

Erweiterungsfragen GSS

Thema: Pflege

1. Nenne und beschreibe die vier Vitalzeichen!

- **Körpertemperatur**
normal zw. 36,3 °C und 37,4 °C,
bei Fieber: Rötung des Gesichtes, Anstieg der Atemfrequenz, verstärkter Durst, allgemeines Krankheitsgefühl

Messung: unter Zunge, axillar, im Ohr, rektal (bei Babys), Stirn, mit Flüssigkeitsthermometer oder digital

Tipps: nicht zur Schule bzw. Arbeit gehen, viel trinken, leichte Kost, Anlegen von Wadenwickel
- **Puls**
ist tastbarer Druck des Blutes, bei Erwachsenen ca. 60 – 80 Schläge pro min

abhängig: Alter, Bewegungszustand, psychische Verfassung, Körpertemperatur
- **Blutdruck**
Druck mit der Blut Arterien durchströmt, Einheit mmHg, Erwachsener ca. 120/80 (systolisch/diastolisch)

abhängig: Alter, Kondition, Aufregung, Anstrengung, Position, Zeit

hoher Druck: belastet, Herz, Gefäße, Organe und Gehirn

niedriger Druck: Schwindel, Ohnmacht, Mangelversorgung der Organe, von Vererbung und Lebensweise abhängig

Messung: manuell oder digital
- **Atmung**
Beobachtung Nebengeräusche, erschwerte Atmung, Schmerzen, Blaufärbung der Lippen

2. Zähle Veränderungen im Alter auf! Nenne Tipps für die Prävention von Unfällen!

- Hautveränderungen
- weniger Muskelmasse
- Dichte der Knochen nimmt ab
- Durstgefühl und Nierenleistung nehmen ab
- Nerven funktionieren langsamer, längere Reaktionszeit

zvg. „Pflegefit - Betreuung und Pflege in der Familie“ (ÖJRK, 2015)

- Sinnesorgane funktionieren schlechter (Alterssichtigkeit, grauer Star, grüner Star, Schwerhörigkeit, verminderter Geschmacks- und Geruchssinn, Tastsinn eingeschränkt)
- Lunge hat weniger Leistung
- Blutgefäße werden spröder
- weniger Schlafbedürfnis

Prävention: regelmäßiges Bewegen, gesunde Ernährung, soziale Kontakte pflegen, Vorsorgeuntersuchungen

Tipps:

- Stolperfallen wie Teppiche vermeiden
- Trittschutz
- Antirutschmatten
- Putzmittel in Originalverpackung
- gute Beleuchtung
- Rauchmelder
- Anziehhilfen
- Griffverdickungen

3. Nenne Tipps für die Körperpflege von Pflegebedürftigen!

- hilf nur wenn nötig
- genügend Zeit nehmen
- führe Hand von verwirrten Personen
- verwende Kleidung die leicht waschbar ist, bügelfrei, bequem, elastisch, weite Öffnungen
- ermutige Personen es selbst zu probieren

Körperpflege beinhaltet Haut, Haare, Nägel, Zahn- und Mundpflege, ist Teil der Hygiene, fördert Erhaltung der Gesundheit

Beachte: Intimpflege am besten von vertrauten Personen, wenn für beide passt, informiere zuerst, von anderen abschirmen, keine Nebentätigkeiten, Eigenständigkeit bewahren, Wünsche berücksichtigen, Hand der Person führen, keine Zugluft, warme Hände, Hilfsmittel wie Hocker, Haltegriffe, ... verwenden

4. Zähle Komplikationen auf, die bei langer Liegedauer und Bewegungsmangel auftreten können!

- Kontrakturen (Versteifung der Gelenke): durch Inaktivität, Schonhaltung, Bewegungseinschränkung

Vorbeugung: im Liegen Dehn- und Streckübungen,

zvg. „Pflegetfit - Betreuung und Pflege in der Familie“ (ÖJRK, 2015)

- Thrombosen (verstopfte Blutbahnen)
Blutgerinnsel, die sich in Arterien oder Venen festsetzen,
ziehende Schmerzen, Haut verfärbt sich blau oder weiß, schwere, müde
Beine, Wadenkrämpfe → Arzt aufsuchen
wenn sich Gerinnsel löst und in Lunge wandert kann zur Lungenembolie
kommen
- Lungenentzündung: entsteht durch falsche Atmung, Keime;

Fieber, schwere Atmung, Schmerzen beim Atmen, Husten,
Haut verfärbt sich blau

Vorbeugung: Atemübungen, frische Luft, höhere Luftfeuchtigkeit, genügend
Flüssigkeit, Mundpflege, Verschlucken (Aspiration) vermeiden

5. Nenne Störfelder bei Demenz! Erläutere Tipps für den Umgang mit dementen Personen.

Störfelder können sein:

- Orientierungsstörung,
- gestörtes Kurzzeitgedächtnis,
- innere Unruhe,
- Wahnvorstellungen,
- Sprachstörungen,
- Reaktionsfähigkeit lässt nach,
- Schlaf- Wach-Rhythmus gestört,

Umgang:

- Wertschätzung,
- langsam sprechen, deutlich in kurzen Sätzen,
- einfache Fragen,
- Personen beim Vornamen nennen,
- respektvoll,
- bei Konflikten ablenken,
- Verständnis,
- sinnvolle Beschäftigung,
- miteinander Spaß haben,
- Lob, Anerkennung

6. Benenne Hilfsmittel zur Nahrungsaufnahme und Ausscheidung!

Trinken: Strohhalm, Schnabeltasse, Trinkflasche, Verdickungsmittel (Apotheke)

Essen: Klettband, Griffverdickung, Griffe für Becher und Gläser, Antirutschmatten, Saugnäpfe, PEG - Sonde

zvg. „Pflegeteam - Betreuung und Pflege in der Familie“ (ÖJRK, 2015)

Ausscheidung: Leibschüssel, erhöhte Toilettensitze, Harnflaschen, Inkontinenz-Slips, Schutzhosen, Unterlagen, Katheter

7. Erkläre den Begriff Dekubitus und nenne Maßnahmen zur Vermeidung!

Druckgeschwür, wund liegen

begünstigt durch:

- eingeschränkte Beweglichkeit,
- Gefäß – und Hauterkrankungen,
- Inkontinenz,
- vor allem wo geringes Fettgewebe (v.a. Fersen, Steißbein, Schultern, Ellbogen, Hinterkopf, Ohren, Hüfte)
-

Es gibt vier Schweregrade:

1. Grad: Hautrötung
2. Grad: Haut defekt, teilweise verloren, bildet Blase, Hautabschürfung oder Geschwür
3. Grad: tiefes, offenes Geschwür, Hautschichten gehen verloren,
4. Grad: Muskeln, Knochen, Sehnen, Gelenkkapseln gehen verloren

Vermeidung:

- Lagewechsel (Mikrolagerung, V-Lagerung, A – Lagerung, ...),
- Weichlagerung,
- Mangelversorgung vermeiden,
- passende Textilien sollen saugfähig und faltenfrei sein,
- Hautbeobachtung

Aufgabenstellung 1

Deiner Kollegin ist kalt und sie hat eine heiße Stirn. Was könnte der Grund sein und wie sollte sie sich richtig verhalten? Welche anderen Vitalzeichen kennst du noch? Beschreibe diese und wie können sie gemessen werden? Welche Tipps gibt es zu beachten?

Aufgabenstellung 2

Du hilfst deinem Opa im Haushalt. Wie kannst du vermeiden, dass er sich verletzt? Welche Veränderungen treten im Alter auf? Nenne Tipps zur Unfallvermeidung.

Aufgabenstellung 3

Du hilfst deiner pflegebedürftigen Großmutter bei der täglichen Körperpflege. Was gibt es dabei zu beachten?

Aufgabenstellung 4

Dein Großvater ist schon seit einigen Monaten pflegebedürftig und kann nicht mehr selbstständig aus dem Bett. Du führst mit ihm Dehn- und Streckübungen durch um Kontrakturen vorzubeugen. Erkläre! Welche anderen Komplikationen können durch lange Liegedauer und Bewegungsmangel noch auftreten?

Aufgabenstellung 5

Du stellst fest, dass deine Großmutter dich nicht mehr erkennt und Dinge sieht, die nicht da sind. Woran könnte sie erkrankt sein und wie solltest du mit ihr umgehen?

Aufgabenstellung 6

Dein krebskranker Onkel kann nicht mehr selbstständig trinken und essen, außerdem ist er inkontinent. Welche Hilfsmittel kannst du einsetzen?

Aufgabenstellung 7

Beim Waschen deiner pflegebedürftigen Tante bemerkst du Hautrötungen an den Schultern. Was solltest du unternehmen, um Schlimmeres zu vermeiden? Was könnten Gründe dafür sein?