

3 Lernkarten

- passend zur Lern-Schablone 'Kontraktur-Risiko' -



**Mein Pflegeguide für
den praktischen Einsatz**
vom Elsevier-Verlag

Thema Kontrakturprophylaxe
im Kapitel 2.9

Thema auch auf Instagram



Insta-Profil: [pflege_schablonen](#)



Frage

Fallbeispiel

Die Patientin Frau Franziska Heidele hat Morbus Parkinson. Sie lebt seit zwei Jahren in einer Pflegeeinrichtung.

Der Rigor (Muskelsteifigkeit) tritt bei ihr insbesondere in der Früh auf.

Die Arme sind stark angewinkelt, die Finger nach innen gekrümmt und der Oberkörper nach vorne gebeugt, so dass sie Hilfe bei der morgendlichen Versorgung braucht.

Welche Gelenke sind bei Frau Heidele primär kontrakturgefährdet?

Begründen Sie Ihre Antwort auf Basis einer pflegfachlichen Einschätzung.

© S. Geppert / 2021

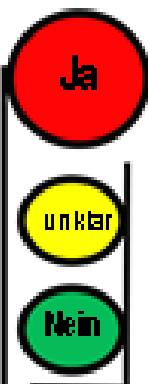


Antwort

▪ Pflegefachliche Einschätzung

Hat der Patient aktuell ein reduziertes Bewegungs- und Aktivitätslevel und/oder eine unphysiologische Körper- und Gelenkstellung/-haltung bzw. sind diese krankheits-/zustandsbedingt zu erwarten?

-> Rigor der Arme, Hände & Oberkörper führt zu einem reduzierten Bewegungslevel und zu einer unphysiologischen Körper- & Gelenkhaltung.



→ Welche Gelenke sind die primär gefährdeten für Funktions- und Bewegungseinschränkungen?

(Kopf-, Schulter-, Ellenbogen-, Hand-, Finger-, Hüft-, Knie-, Sprung- und/oder Zehen-Gelenk/e)

-> Bei Frau Heidele sind Hüft-, Schulter-, Ellenbogen-, Hand- und Fingergelenke primär kontrakturgefährdet

→ **Arbeitsauftrag:** Differenzierte Einschätzung zur Eigen-, Körper- & Gelenkbeweglichkeit

© S. Geppert / 2021



Frage

Fortsetzung Fallbeispiel

Frau Heidele ist aufgrund ihres Rigors kontrakturgefährdet.

**-> Arme stark angewinkelt, Finger nach innen gekrümmt, Oberkörper nach vorne gebeugt
Es bedarf einer differenzierten Einschätzung der Eigen-, Körper- und Gelenkbeweglichkeit.**

Wie schätzen Sie die Eigen-, Körper- und Gelenkbeweglichkeit der Bewohnerin Frau Heidele pflegfachlich ein?

Nennen Sie acht zentrale Bewegungsrichtungen von Gelenken mit Fachbegriff.

© S. Geppert / 2021



Antwort

- **Eigenbewegung der Patientin**
 - > **Mobilität im Liegen, Sitzen, Stehen, Gehen, Positionierung & Transfer sind wegen des Rigors / Muskelsteifigkeit vermindert/eingeschränkt**
- **Körperbewegung/-haltung**
 - > **unnatürliche/unphysiologische Haltung des Körpers und der Extremitäten / Arme stark angewinkelt, Finger gekrümmt, Oberkörper gebeugt**
- **Gelenkbeweglichkeit**
 - > **Bewegungsrichtungen/Freiheitsgrade von Hüft-, Schuler, Ellenbogen-, Hand- und Fingergelenken wegen des Rigors stark eingeschränkt bis fehlend**
- **8 zentrale Bewegungsrichtungen von Gelenken**
 - **Flexion/Beugung & Extension/Streckung**
 - **Abduktion/Abspreizen & Adduktion/Heranziehen**
 - **Innenrotation/ Drehung nach innen & Außenrotation / Drehung nach außen**
 - bzw. Pronation/Einwärtsdrehung Hand/Fuß**
 - & Supination/Auswärtsdrehung Hand/Fuß**
 - **Anteversion/nach vorne drehen & Retroversion/nach hinten drehen bzw. zurück wenden**

© S. Geppert / 2021



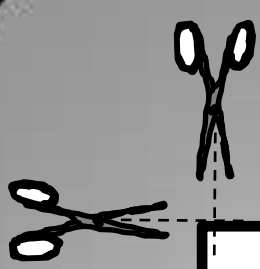
Frage

Fortsetzung Fallbeispiel

Sie versorgen heute Morgen die Bewohnerin Frau Franziska Heidele, die sich wegen ihres ausgeprägten Rigors (Muskelsteifigkeit) nicht selbständig waschen & kleiden kann.

Nennen Sie 4 Maßnahmen zur Kontrakturprophylaxe, die Sie vor, während und/oder nach der morgendlichen Versorgung durchführen können.

© S. Geppert / 2021



Antwort

- **Pflege- und alltagsintegrierte mobilitätsfördernde Bewegungsübungen**
 - > **aktivierende Pflege (z.B. Zahnbürste von Patientin halten lassen zum Auftragen der Zahnpasta, Frühstück (bissengroße Stücke) selbständig essen lassen)**
 - > **lebensweltorientierte haushaltsnahe Aktivierung (z.B. Kleidung in Wäschesack abwerfen)**
- **Mobilitätsfördernde Bewegungseinheiten als Einzel- und/oder Gruppenintervention mit/ohne Hilfsmitteln/Materialien**
 - > **soziale Betreuung / Aktivierungsangebot (z.B. Musikgruppe mit Orff-Instrumenten)**
- **Singulär-initiierte Bewegungseinheiten gemäß physiologischer Bewegungsachse**
 - > **Streck- & Beugeübungen für die primär kontrakturgefährdeten Gelenke der Patientin**
- **Wechsel der Körperstellung/-haltung gemäß Bewegungsförderungsplan**

© S. Geppert / 2021

-> **Fr. Heidele hat (noch) keinen**