

Definition:

Maßnahme zur positiven Beeinflussung der Körperwahrnehmung und Atmung.

Ziel der Maßnahme:

- gleichmäßige, ruhige und tiefe Atmung
- Unterstützung der Körperwahrnehmung

Indikation:

- Schmerzen
- Depression
- Unruhe und Angst
- Wahrnehmungsverluste (z.B. Alzheimer)
- Einschlafstörungen

Kontraindikation:

- Bestrahlungsfelder
- Frakturen im Thoraxbereich und im Bereich der Wirbelsäule

Häufigkeit:

- jederzeit, in ungestörter Atmosphäre

Material:

- unparfümierte Lotion oder spezielle Einreibungsöle

Vorbereitung:

- angepasste Raumtemperatur
- Ablegen von Schmuck und Uhr, ggf. Anwärmen der eigenen Hände
- Patient in die angemessene Position bringen
- Position, sitzend (frei zugängliche Rückenpartie) – an der Bettkante- auf einem Stuhl (mit der Brust in Richtung Lehne), die Arme bequem abgestützt, ggf. mit einem Kissen vor der Brust, Füße haben Bodenkontakt
- Liegende Position – 135° Lagerung oder Seitenlage, in Seitenlage wird nur eine Lungenhälfte stimuliert
- PSA bereitstellen (Handschuhe, Mundschutz, Schürze)

Durchführung:

- bequeme Position der Pflegekraft
- hygienische Händedesinfektion und ggf. PSA anlegen
- Pflegegelotion in der Hand anwärmen und gleichmäßig vom Nacken zum Steiß auftragen und die Brustkorbseiten mit einbeziehen
- Hände jetzt nicht mehr gleichzeitig vom Körper nehmen, der Handwechsel erfolgt versetzt
- die anschließenden Kreisbewegungen erfolgen synchron zum Atemrhythmus der Pflegekraft (Ausatmen = Abwärtsbewegung, Einatmung = Aufwärtsbewegung)
- die Hände beschreiben spiegelsymmetrische Kreise vom Nacken zum Steiß
- die Abwärtsbewegungen neben der Wirbelsäule erfolgen mit Druck auf Daumen und Zeigefinger
- die Aufwärtsbewegungen an den Brustkorbseiten mit nachlassendem Druck, die Hände bleiben flach und die Finger zusammen
- dieser Vorgang wird 5- 8 mal wiederholt
- die Einreibung erfolgt mit deutlichen Ausstrichen vom Nacken bis zum Steiß

Beobachtung:

Befindlichkeit des Patienten während der Einreibung

Nachbereitung:

Patient nach seiner Befindlichkeit befragen. Pat. nach Plan oder Notwendigkeit anziehen und lagern. Patientenmobilisation bei Bedarf und nach seiner Möglichkeit. Bestehende Wünsche, wenn möglich erfüllen, Materialentsorgung. Auf persönliche Hygiene (PSA ablegen, Handschuhe abwerfen, hygienische Händedesinfektion durchführen) achten und Besonderheiten und Durchführung dokumentieren.

- Material entsorgen
- Arbeitsplatz aufräumen
- PSA ablegen und Händedesinfektion durchführen

Dokumentation:

- Einreibung mit Positionsangabe (Sitzen/Liegen) in die Pflegedokumentation eintragen
- evt. Besonderheiten eintragen

Qualifikation:

- Pflegefachkräfte und angeleitete Mitarbeiter

Schutzmaßnahmen und Hinweise zu Infektionsgefahren:



Jeder Kontakt mit Patienten, insbesondere mit Körperflüssigkeiten, Urin, Stuhl, Blut und Sekret kann zu Infektionen führen.

Persönliche Schutzausstattungen (PSA) sind daher grundsätzlich entsprechend dem Bedarf zu verwenden. Insbesondere wenn Infektionserkrankungen bekannt sind.

Muss bei Tätigkeiten mit einer Durchnässung der PSA gerechnet werden, ist ein entsprechender Schutz (Wasserundurchlässige PSA) zu verwenden.

PSA besteht aus:

- Schutzbrille, oder Gesichtsschutz
- Fußschutz (auch Fusslinge; Schuhüberzieher)
- Handschutz (Schutzhandschuhe auch medizinisch)
- Schutzkleidung (Kurzarm, Langarm, Schürze)
- Mundschutz
- Kopfschutz medizinisch (Kopfhaube)



Hautpflege nicht vergessen!

