

bei bettlägerigen Pflegebedürftigen – eine Positionsveränderung durchzuführen. Durch sie wird die Reibung zwischen Pflegebedürftigem und Unterlage vermindert. Somit lässt sich der Pflegebedürftige leichter bewegen und die Pflegenden brauchen weniger Kraft. Viele Gleitmatten können aufgrund ihrer stofflichen Beschaffenheit im Bett verbleiben. So ist es leichter, durch Ziehen oder Schieben an der Matte kleine Lageveränderungen durchzuführen. Dies ist wichtig zur Vorbeugung von Druckgeschwüren (Dekubitus). Die Gleitmatte kann auch bei der Mobilisation z.B. vom Bett in den Rollstuhl (ähnlich wie das Rutschbrett oder in Kombination damit) genutzt werden.

Diese Aufzählung ist nicht abschließend. Es gibt darüber hinaus noch weitere kleine Hilfsmittel, über die Sie sich z.B. in Sanitätshäusern erkundigen können.

#### **Bitte beachten Sie:**

Wenn Sie ein kleines Hilfsmittel kaufen wollen, vergleichen Sie zunächst die Preise und Produkte unterschiedlicher Anbieter. Wenn Sie ein kleines Hilfsmittel erworben haben, probieren Sie es zunächst an einem gesunden Menschen aus, z.B. Ihrem Partner.

Üben Sie gründlich, begeben Sie sich auch selbst einmal in die Rolle des Pflegebedürftigen. Nur so können Sie mögliche Ängste des Pflegebedürftigen verstehen und besser damit umgehen.

Erklären Sie dem Pflegebedürftigen genau, was Sie vorhaben, wenn Sie ein kleines Hilfsmittel einsetzen. Denken Sie bitte auch daran, die noch vorhandenen Fähigkeiten des Pflegebedürftigen zu nutzen. Das entlastet nicht nur Ihren Rücken, sondern stärkt auch das Selbstwertgefühl und die Restmobilität des Pflegebedürftigen.

#### **Tipps zum Einsatz kleiner Hilfsmittel**

- Hilfsmiteleinsetz vorher gründlich üben
- Den Pflegebedürftigen über geplante Maßnahmen informieren
- Vorhandene Fähigkeiten des Pflegebedürftigen nutzen
- Nicht die eigenen Kräfte überschätzen
- Wenn möglich zu zweit arbeiten
- Bett auf die richtige Höhe bringen
- Drehbewegungen der eigenen Wirbelsäule vermeiden, wenn Lasten transportiert werden
- Schmuck, Uhren und Ringe ablegen, um den Pflegebedürftigen nicht zu verletzen
- Lange Haare zusammenbinden, damit der Pflegebedürftige nicht danach greifen kann

Die Pflegekassen bieten für pflegende Angehörige kostenlose Kurse an. **Nutzen Sie dieses Angebot!**

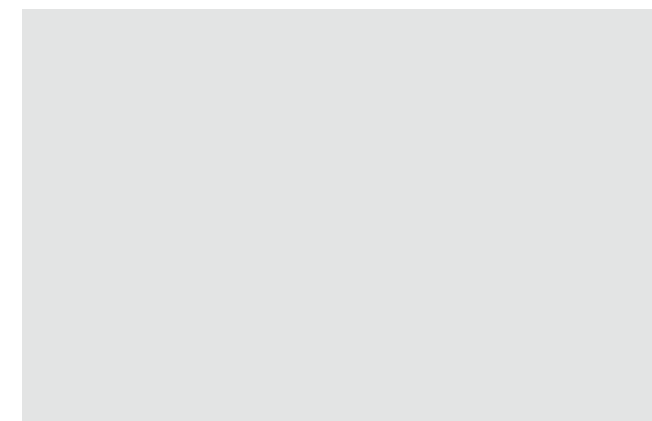
## Ihre Gesundheit ist uns wichtig

#### **Weitere Informationen zu diesem Thema:**

- Unfallversicherungsschutz für Pflegende (GUV-I 8511)
- Rückengerechtes Arbeiten (GUV-I 8514)
- Hautschutz (GUV-I 8516)
- Schutz vor Infektionen (GUV-I 8517)
- Bewegen von Patienten (GUV-I 8557)
- Belastungen bei der Pflege (GUV-I 8608)
- Rückengerechtes Arbeiten in der Pflege und Betreuung (GUV-I 8609)
- CD-ROM: Rückengerechtes Arbeiten im Gesundheitsdienst (GUV 77.60)

Sie haben Fragen?

Rufen Sie uns an! Wir informieren Sie gerne.



Herausgeber: Bundesverband der Unfallkassen, Fockensteinststraße 1, 81539 München, [www.unfallkassen.de](http://www.unfallkassen.de) · Stand Juni 2007 · Bestell-Nr. GUV-I 8515



GUV-I 8515

## Sicheres Arbeiten in der häuslichen Pflege Kleine Hilfsmittel



**Gesetzliche  
Unfallversicherung**

## Allgemeine Hinweise

Pflege ist Schwerarbeit – nicht nur für professionelle Pflegekräfte sondern auch für pflegende Angehörige. Pflegebedürftige Personen benötigen oft Hilfe bei der Lageveränderung, der Mobilisation und anderen Aktivitäten des täglichen Lebens. Der sachgerechte Einsatz von Hilfsmitteln kann diese Arbeit erleichtern und den Pflegenden helfen, ihren eigenen Körper nicht zu überlasten.

Generell unterscheidet man kleine Hilfsmittel von technischen Hilfsmitteln. In diesem Faltblatt finden Sie eine Übersicht über die gängigsten kleinen Hilfsmittel. Zu den technischen Hilfsmitteln zählen z.B. Pflegebetten und Liftsysteme auf die an dieser Stelle nicht weiter eingegangen wird.

Grundsätzlich dürfen alle medizinischen Hilfsmittel nur nach einer sach- und fachgerechten Einweisung angewendet werden. Einerseits muss der Umgang mit den entsprechenden Hilfsmitteln geübt werden, damit diese ihren Zweck – die Pflege zu erleichtern – auch erfüllen können. Falsch angewendete Hilfsmittel können sowohl den Pflegebedürftigen als auch die Pflegenden schädigen. Zudem führt das falsche Anwenden oft dazu, dass eine Erleichterung der Pflege für die Pflegenden nicht spürbar wird. Andererseits handelt es sich bei medizinischen Hilfsmitteln um Medizinprodukte nach dem Medizinproduktegesetz (MPG) und den dazugehörigen Verordnungen.

Ein falscher Einsatz von Hilfsmitteln, der zur Schädigung des Pflegebedürftigen führt, kann haftungsrechtliche Konsequenzen haben.

Die Einweisung in den Gebrauch kann z.B. durch professionelle Pflegefachkräfte oder geschulte Mitarbeiter von Sanitätshäusern vorgenommen werden. Scheuen Sie sich nicht, dies einzufordern!

Kleine Hilfsmittel sind grundsätzlich vom Arzt verschreibungsfähig. Nähere Informationen hierzu erhalten Sie von Ihrer Kranken- oder Pflegekasse.

### 1 Die Bettleiter

Aus der Kindheit sind Ihnen vielleicht noch Hängeleitern an Baumhäusern bekannt. Eine Bettleiter erinnert zunächst daran. Sie kann aus verschiedenen Materialien mit Sprossen oder Schlaufen bestehen und unterschiedlich lang sein (ca. 110-150 cm). Die Bettleiter wird am Fußende des Bettes befestigt und hilft bettlägerigen Pflegebedürftigen sich selbst aufzurichten. Dies unterstützt ihre Selbständigkeit und entlastet die Pflegenden.

### 2 Die Anti-Rutsch-Matte

Eine Anti-Rutsch-Matte erinnert zunächst an ein Platz-Set aus Kunststoff. Sie besteht aus einem rutschhemmenden Material. Die Anti-Rutsch-Matte verhindert z.B. dass die Füße des Pflegebedürftigen auf dem Bettlaken wegrutschen. Dies kann sonst leicht passieren, wenn sich der Pflegebedürftige selbständig oder mit Hilfe im Bett kopfwärts bewegen will.

### 3 Das Rutschbrett

Ein Rutschbrett aus Kunststoff verfügt über eine glatte Oberfläche und eine rutschhemmende Unterseite. Mit Hilfe eines Rutschbrettes kann sich der Pflegebedürftige z.B. selber vom Bett zum Rollstuhl oder umgekehrt ziehen oder schieben. Hierbei können kleinere Höhenunterschiede selbständig oder mit Hilfe leichter überwunden werden. Schaffen Sie – wenn möglich! – immer ein leichtes Gefälle. Inzwischen gibt es Rutschbretter in vielen Formen und Materialien.

### 4 Der Haltegürtel

Haltegürtel bestehen aus flexiblen und waschbaren Kunstfasern, z.B. Nylon. Sie dienen dazu, den Pflegebedürftigen beim Aufstehen, Gehen und Setzen zu unterstützen. Zum einen kann

der Haltegürtel dem Pflegebedürftigen eng um die Taille gelegt werden und der Pflegenden hat ihn sicher „im Griff“, andererseits kann sich der Pflegenden den Haltegürtel auch selber anlegen und dem Pflegebedürftigen so die Möglichkeit geben, sich festzuhalten.

### 5 Die Drehscheibe

Eine Drehscheibe besteht aus einer fest am Boden haftenden Scheibe, auf der eine weitere Scheibe liegt, die in jede Richtung gedreht werden kann. Sie ähnelt einem drehbaren Tortenteller. Eine Drehscheibe erleichtert das Umsetzen des noch stehfähigen Pflegebedürftigen. z.B. vom Bett in den Rollstuhl. Der Pflegebedürftige kann auf der Drehscheibe stehend in jede gewünschte Richtung gedreht werden. Die Drehscheibe sollte nur eingesetzt werden, wenn der Umgang mit ihr sehr gut geübt wurde und der Pflegebedürftige den Einsatz toleriert. Die Drehscheibe muss regelmäßig gewartet und gereinigt werden, da sie sonst schnell schwergängig wird.

### 6 Die Gleitmatte

Gleitmatten sind Stoffschläuche, meist aus Ballonseide oder ähnlichen Materialien. Sie ähneln Schlafsäcken, sind jedoch an beiden Enden offen. Gleitmatten dienen dazu – insbesondere

