

- 4 Altern ist keine Krankheit. Trotzdem treten bei jedem Menschen mit Fortschreiten des Lebensalters mehr oder weniger ausgeprägte Rückbildungsprozesse auf. Tragen Sie typische Veränderungen im Alter zusammen. Zur Hilfestellung werden Oberbegriffe vorgegeben.

Haut

Faltenbildung, Abnahme der Spannung, Austrocknung

Schmecken

Geschmacksempfinden ändert sich, Durstgefühl lässt nach

Muskeln

Abnahme der Muskelmasse und der körperlichen Kraft

Gelenke

abnehmende Beweglichkeit, belastungsbedingter Knorpelschwund

Sehvermögen

Anpassung der Linse nimmt ab (Altersweitsichtigkeit)

Stoffwechsel

Energiereserven und Stoffwechselaktivität sind vermindert

Thermoregulation

Veränderung des Temperaturempfindens

Immunsystem

Anfälligkeit für Infektionen steigt

Hörvermögen

Abnahme des Hörvermögens (Altersschwerhörigkeit)

Organfunktionen

Leistung sämtlicher Organe nimmt ab (z.B. Herz, Verdauung, Niere)

Geistige Veränderungen

Merkfähigkeit, Aufnahme- und Verarbeitungsgeschwindigkeit lassen nach

Fortpflanzung

Frau: nach den Wechseljahren

Fruchtbarkeit beendet

Mann: Potenz sinkt, Zeugungsfähigkeit bleibt aber erhalten



Knochen

Verminderung der Knochendichte; die Knochen werden dadurch instabiler und anfällig für Brüche

Der Pflegeprozess

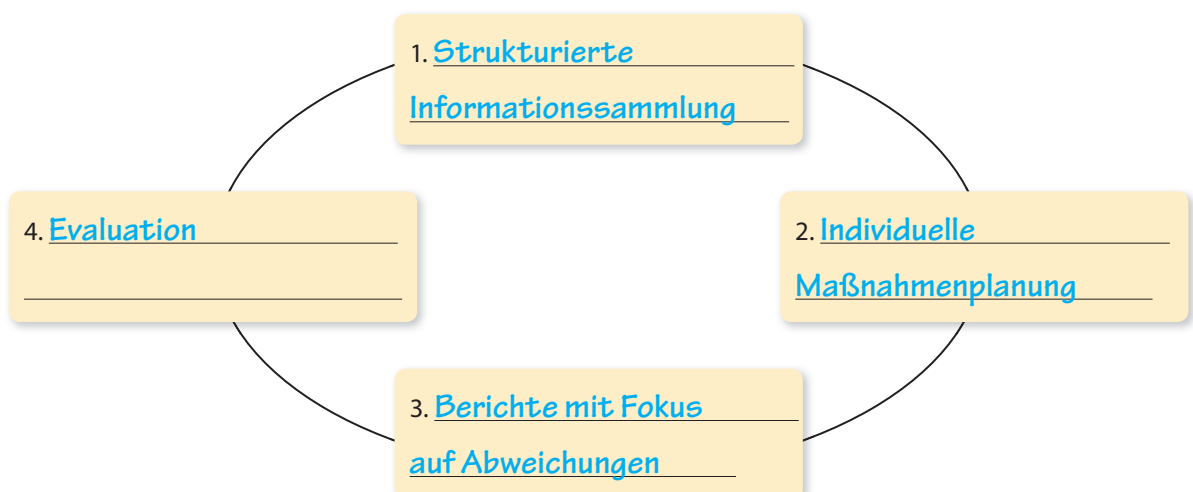
- 1 Der Pflegeprozess ist die Arbeitsgrundlage in der professionellen Pflege. Die notwendigen Einzelschritte können in einem Regelkreis dargestellt werden. Bringen Sie die vorgegebenen Begriffe in eine logische Reihenfolge. (Darstellung des inhaltlich gleichen Regelkreises ist je nach Autor auch als 4- bzw. 5-Phasen-Modell möglich.)

Planung von Zielen; Planung von Maßnahmen; Einschätzung / Informationssammlung; Überprüfung und Beurteilung der Wirkung der Pflege; Durchführung der Pflegemaßnahmen; Benennung der Ressourcen und Probleme



- 2 Für die Entbürokratisierung der Pflegedokumentation wurde das „Strukturmodell“ entwickelt, das sowohl in der ambulanten als auch in der stationären Altenpflege angewandt werden kann. Dieses Modell ist wieder 4-schrittig und löst sich vom 6-Phasen-Modell, das sich an den ABEDLs® orientiert (siehe Aufgabe 1). Zeigen Sie zum Vergleich zu Aufgabe 1 die Teilschritte des Strukturmodells auf.

Der 4-phasige Pflegeprozess im Sinne des Strukturmodells



- 3 Beobachtung ist eine zielgerichtete, geplante Wahrnehmung und die anschließende Bewertung der Ergebnisse. Lesen Sie das Fallbeispiel. Arbeiten Sie die Beobachtungsergebnisse heraus und ordnen Sie diese den vorgegebenen Beobachtungskriterien zu.

Frau Krämer, 76 Jahre, hat eine fortgeschrittene Osteoporose, die u.a. durch den ausgeprägten Rundrücken erkennbar ist. Durch die Veränderungen der Wirbelkörper hat Frau Krämer trotz medikamentöser Therapie häufig starke Rückenschmerzen.

Heute ist wieder so ein Tag. Frau Krämer sitzt abseits der anderen Bewohner und meidet jeden Kontakt. Sie hat eine nach vorn gebeugte Schonhaltung eingenommen. Die Augen sind geschlossen und das Gesicht ist schmerzlich verkrampft. Nach wiederholter Ansprache der Bewohnerin ist ein Wimmern, ein leiser Hinweis auf die Rückenschmerzen und die Bitte, sie auf ihr Zimmer zu begleiten, zu vernehmen. Mit kleinen, trippelnden Schritten geht sie, unterstützt durch die Pflegekraft, in ihr Zimmer. Dort lässt sie sich beim Ablegen ihrer Kette und ihres Armbands helfen. Schmuck und gepflegte Kleidung sind Frau Krämer, einer ehemaligen Sekretärin, noch immer sehr wichtig. Dann legt sie sich in ihren Liegesessel und versucht, eine schmerzarme Position zu finden.



Sprache und Stimme: **leise Stimme und Wimmern; Sprache aber verständlich**

Äußeres Erscheinungsbild: **gepflegtes Äußeres (Kleidung, Schmuck)**

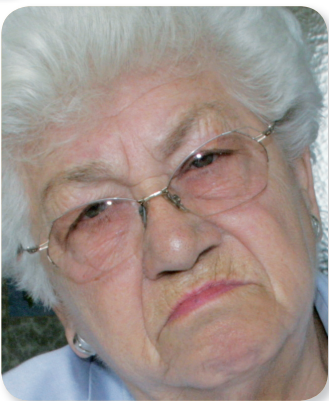
Kommunikations- und Kontaktfähigkeit: **sitzt abseits, vermeidet Kontakt**

Haltung: **nimmt nach vorn gebeugte Schonhaltung ein (Rundrücken)**

Gangbild: **kleine, trippelnde Schrittfolge**

Mimik: **geschlossene Augen, Gesichtsausdruck vom Schmerz gezeichnet**

- 4 Betrachten Sie die Personen. Notieren Sie Ihre Beobachtungen hinsichtlich des Gesichtsausdrucks.



individuelle Beantwortung

abweisend, pessimistisch,

unzufrieden, launisch...



individuelle Beantwortung

ausweichender Blick,

zurückhaltend, ängstlich,

verlegen...



individuelle Beantwortung

freundlich, optimistisch,

lebensbejahend, offen...

5 Eine spezielle Form der Rehabilitation ist die geriatrische Rehabilitation, die speziell für ältere Menschen mit Multimorbidität entwickelt wurde. Ziel ist es, Pflegebedürftigkeit nach einer schweren Erkrankung zu verhindern bzw. aufzuhalten. Auf der linken Seite sind die verschiedenen Berufsgruppen aufgezeigt, die in einem Rehabilitationsteam zusammenarbeiten. Ordnen Sie die rechts aufgelisteten Aufgabengebiete den jeweiligen Berufsgruppen zu, indem Sie Verbindungslinien ziehen.

Berufsgruppe	Aufgabengebiete
Pflegekräfte	Medizinische Diagnostik, Festlegung der Diagnose, Erstellung eines individuellen Behandlungsplans
Arzt	Hirnleistungstraining, Gesprächsführung, Aufmerksamkeitstraining
Physiotherapeut	Anleitung, Begleitung, Motivation und Unterstützung bei allen ABEDLs, Förderung der Selbstpflege durch aktivierende Pflege
(Neuro-)Psychologe	Training Alltagskompetenzen, z.B. Anziehtraining, Mobilisationstraining; Förderung von Wahrnehmung und Konzentration
Ergotherapeut	Erfassung und Therapie bei Mangelernährung, Kostanpassung bei Schluckstörungen
Med. Bademeister	Training bei Sprach- und Schluckstörungen zur Verbesserung der Kommunikationsmöglichkeiten
Ernährungsberater	Beratung, Stellen von Anträgen, Angehörigenberatung, Heimplatzsuche, Wohnraumanpassung
Logopäde	Bäder und Massagen gegen Schmerzen und Verspannungen
Sozialarbeiter	Übungen zur Förderung von Beweglichkeit, Geschicklichkeit, Koordination und Muskelkraft



Fest / Feiertage		Bedeutung und Religion
6	Ramadan	islamischer Fastenmonat, eine der fünf Säulen des Islams, Muslime fasten während dieser Zeit von Sonnenaufgang bis Sonnenuntergang
7	Sart-Thai-Tag	buddhistischer Gedenktag für die Verstorbenen; Angehörige gedenken in Trauer und Erinnerung an verstorbene Familienmitglieder
8	Ramadanfest	islamisches Fest am Ende des Fastenmonats, ist das Fest des Fastenbrechens, nach dem Opferfest höchster islamischer Feiertag
9	Rosch ha-Schana	jüdisches Neujahrsfest, zweitägiges Fest; Symbolkraft hat das Essen bestimmter Speisen (Apfel mit Honig, Kopf eines Fisches, Granatapfel)
10	Divali-Fest	indisches Fest der Lichter; spektakuläres, buntes, religiöses Fest; Lichter weisen den Seelen der Verstorbenen den Weg in den Himmel (Hinduismus)
11	Opferfest (Kurban Bayrami)	wichtigstes islamisches religiöses Fest, gefeiert am Ende der Wallfahrt nach Mekka; erinnert an die Bereitschaft Abrahams, seinen Sohn zu opfern
12	Weihnachten	christliches Fest zur Geburt von Jesus Christus, beginnt mit Heiligabend und endet mit dem zweiten Weihnachtsfeiertag

6 Die Zahl der zu betreuenden ausländischen älteren Menschen steigt. Das erfordert von den Pflegekräften auch ein Grundwissen über die fünf Weltreligionen. Testen Sie Ihr Wissen im nachfolgenden Quiz. Kreuzen Sie jeweils eine Antwort an.

Welches Symbol steht für das Christentum?		
<input type="radio"/> Halbmond	<input checked="" type="checkbox"/> Kreuz	<input type="radio"/> Davidstern
Wie nennt man die Bauwerke, in denen Hindus beten?		
<input type="radio"/> Synagogen	<input type="radio"/> Kirchen	<input checked="" type="checkbox"/> Tempel
An welchem Ort soll Jesus zur Welt gekommen sein?		
<input type="radio"/> in einem Wüstenzelt	<input type="radio"/> in einer Entbindungsklinik	<input checked="" type="checkbox"/> in einem Stall



Unterstützung bei der Ernährung und im Haushalt

1 Sie haben bei Ihren Praxiseinsätzen schon erste Erfahrungen in den Bereichen Ernährung und Haushalt gesammelt. Welche Tätigkeiten sind auf den Abbildungen erkennbar?



Hilfe bei der
Nahrungsaufnahme



Reinigungsarbeiten im
Haushalt, z.B. im
Sanitärbereich



Essen austeilen



Tätigkeiten in der
Küche, z.B. Geschirrspüler ausräumen



Mahlzeiten vorbereiten,
z.B. Tische eindecken



Einkaufen mit / für
Senioren

Welche Aufgaben haben Sie darüber hinaus in diesem Zusammenhang bereits übernehmen dürfen?

Individuelle Beantwortung

2 Finden Sie im Suchworträtsel die sechs Nährstoffe von Lebensmitteln heraus. Ordnen Sie diese anschließend in energieliefernde und nicht energieliefernde Nährstoffe. (β = ss, → ↓ ↘)



Energieliefernde Nährstoffe

Kohlenhydrate

Eiweiß

Fette

Nicht energieliefernde Nährstoffe

Mineralstoffe

Vitamine

Wasser



- 17** Der Ernährungskreis der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) dient als Wegweiser für eine vollwertige Ernährung. Er teilt das reichhaltige Lebensmittelangebot in sieben Gruppen ein und erleichtert so die tägliche Lebensmittelauswahl. Je größer ein Kreissegment ist, desto größere Mengen sollten täglich aus der Gruppe verzehrt werden. Lebensmittel aus kleinen Segmenten sollten sparsam verwendet werden. Für eine abwechslungsreiche Ernährung sollte die Lebensmittelvielfalt der einzelnen Gruppen genutzt werden. Schneiden Sie die Puzzleteile aus und kleben Sie diese zu einem vollständigen Ernährungskreis auf der Rückseite auf. Benennen Sie anschließend die sieben Lebensmittelgruppen.

Lebensmittelgruppen	
1 <i>Getreide, Getreideprodukte, Kartoffeln</i>	5 <i>Fleisch, Wurst, Fisch und Eier</i>
2 <i>Gemüse und Salat</i>	6 <i>Öle und Fette</i>
3 <i>Obst</i>	7 <i>Getränke</i>
4 <i>Milch und Milchprodukte</i>	

Hier sorgfältig abtrennen und Puzzleteile auf der Rückseite aufkleben.



8 Seit Januar 2017 wird die Einschätzung der Pflegebedürftigkeit in Pflegegraden angegeben, um Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz besser gerecht werden zu können. Davor wurde in Pflegestufen eingeteilt. Lesen Sie die nachfolgenden Aussagen und kreuzen Sie die richtigen Inhalte an.

<input checked="" type="checkbox"/>	Die bisherigen drei Pflegestufen wurden durch fünf neue Pflegegrade ersetzt.
<input checked="" type="checkbox"/>	Einordnung erfolgt durch ein Gutachten des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen oder anderer unabhängiger Gutachterinnen oder Gutachter.
<input type="checkbox"/>	Die Einstufungsformulare sind in einem gemeinsamen Gespräch zwischen dem Pflegebedürftigen, seinen Angehörigen und den betreuenden Pflegekräften auszufüllen und an die Pflegekasse weiterzuleiten.
<input checked="" type="checkbox"/>	Das Gutachten auf der Grundlage des Neuen Begutachtungs-Assessments (NBA) geht an die Pflegekasse. Die Pflegekasse kann sich an die Empfehlung des MDKs halten, muss aber nicht. Das bedeutet, dass letztendlich die Pflegekasse über den Pflegegrad entscheidet.
<input type="checkbox"/>	Ein zweistufiger Test zur Ermittlung der körperlichen Fähigkeiten bildet die Grundlage des Einstufungsverfahrens.

9 Das Neue Begutachtungs-Assessment (NBA) beurteilt anhand von sechs Modulen, ob Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten vorhanden sind und damit eine Pflegebedürftigkeit vorliegt. Geben Sie diese Bereiche an.



18 Lösen Sie das Kreuzworträtsel und testen Sie dadurch Ihr Wissen im Bereich „Rechtskunde“. (ö = oe; ä = ae)

Senkrecht:	Waagrecht:
1 rechtliche Vereinbarung zwischen mindestens zwei Personen (Partnern)	8 Fähigkeit, Träger von Rechten und Pflichten zu sein
2 Handlungen, die zur Abwehr eines Angriffs erfolgen	9 letztwillige Verfügung
3 Fähigkeit, für sein Handeln verantwortlich zu sein	10 unerlaubte Handlung (im Zivilrecht) bzw. Straftat (im Strafrecht)
4 Eingriff in die körperliche Unversehrtheit einer Person	11 Verpflichtung bestimmter Berufsgruppen, ihnen anvertraute Geheimnisse nicht an Dritte weiterzugeben
5 rechtliche Vertretung Volljähriger, bei deren Unvermögen, eigene Angelegenheiten selbst regeln zu können	12 gesetzlich geregeltes System von Pflichtversicherungen
6 Maß, das den Schweregrad der Pflegebedürftigkeit einer Person bestimmt	13 gegenseitiger Vertrag, durch den sich der Arbeitnehmer zur Leistung der Arbeit und der Arbeitgeber zur Gewährung des vereinbarten Entgelts verpflichtet
7 Gesetz, das die stationäre Pflege älterer Menschen regelt	14 Rechte, die dem Bürger von einem Staat garantiert werden

