

ÜBUNG MACHT DEN MEISTER

Nachhaltige Implementierung von Kinaesthetics. Häufig ist es so: Neue Fähigkeiten werden gelernt und zunächst motiviert umgesetzt, gehen dann aber im Pflegealltag schnell wieder verloren. Damit dies nicht passiert, wurde in der GRN-Klinik Weinheim ein Praxisprojekt durchgeführt, das die erlernten kinästhetischen Fähigkeiten auch im Alltag nachhaltig sichert.

Von Marie-Luise Schmitz

Auf die Gesundheit ihrer Mitarbeiter sollten Führungspersonen besonders achten. Denn gerade in der Pflege treten verstärkt krankheitsbedingte Ausfälle auf. Die

Tätigkeit einer Pflegefachperson geht mit einer hohen körperlichen und geistigen Anstrengung einher. So können sich schon nach ein paar Jahren im Beruf erste Symptome wie Rückenschmerzen äußern.



Eine Pflegefachperson transferiert eine Patientin kinästhetisch von der Bettkante auf den Stuhl: Hierbei legt die Patientin ihre beiden Arme über die Schulter der gebeugten Pflegefachperson. Dieser dreht und streckt sich, es kommt zu einer Gewichtsverlagerung vom Körperstamm auf die Extremität der Patientin, und diese wird in einer gehenden Bewegung aufgerichtet. Dann folgt wiederum eine Dreh- und Beugebewegung durch die führende Pflegefachperson, und die Patientin wird auf den Stuhl abgesetzt.

BALANCED SCORECARD				Abb. 1
Unternehmensziele: Minimierung der Krankheitstage Verkürzung der Hospitaldauer Nachhaltigkeit der Workshops		Strategie und Maßnahmenkonzept: Mitarbeiter-/Patientenumfragen Teilnahme an Workshops Fragebogen Evaluationsmaßnahmen		
Ergebnis-perspektive: ■ Weniger Krank- heitstage ■ Frühere Entlassung der Patienten ■ Höhere Patienten- zufriedenheit	Patienten-perspektive: ■ Wiedererlangung physischer und psychischer Fähigkeiten ■ Motivation der Patienten, ihre Mobilität zu verbessern ■ Ressourcen- förderung	Interne Prozess-perspektive: ■ Auffrischen der kinästhetischen Fähigkeiten ■ Workshops ■ Praxisanleitung ■ Motivation des Pflegefach- personals	Mitarbeiter-perspektive: ■ Gelerntes Wissen anwenden ■ Zeitmanage- ment ■ Anteil der geschulten Mitarbeiter erhöhen ■ Mitarbeiter- zufriedenheit	

Pflegende und Patienten profitieren gleichermaßen

Eine komplexe Art der präventiven Gesundheitsförderung des Pflegefachpersonals bietet Kinaesthetics. Es verhilft zu einer erhöhten Bewegungskompetenz und ermöglicht es Pflegenden wie auch Patienten und Bewohnern, sich im Alltag so zu bewegen, dass Gesundheit, Lernfähigkeit und Lebensqualität effektiv gefördert werden. Durch die kinästhetische Anwendung im Pflegealltag minimiert die Pflegefachperson jede

Art von körperlicher Anstrengung. Sie unterstützt den Positionswechsel des Patienten lediglich durch taktile Impulse. Durch diese professionelle Gewichtsverlagerung der Körperteile kann der Patient ohne viel Kraftaufwand mobilisiert werden.

Eine Pflegefachperson, die Kinaesthetics anwendet, aktiviert und fördert die Bewegungskompetenzen des Patienten. Beispielsweise werden Gelenke und Sehnen sowie der ganze Bewegungsapparat mobilisiert, die Blutzirkulation wird angeregt, Stoffwechselprozesse aktiviert und

der Genesungsprozess positiv unterstützt. Damit hat die Anwendung von Kinaesthetics auch einen positiven Einfluss auf den Heilungsprozess des Patienten und kann die Verweildauer im Krankenhaus verkürzen.

Projekt sichert langfristige Umsetzung

Um kinästhetisches Arbeiten in einem Krankenhaus zu implementieren, ist ein gut strukturiertes Projektmanagement erforderlich. Alle beteiligten Pflegefachpersonen müssen zur Kinästhetik-Fachkraft geschult werden. Nach der Weiterbildung kommt der schwierigste Teil des Projektes: Die erlernten Fähigkeiten müssen in den Pflegealltag integriert und die Nachhaltigkeit gesichert werden.

Hierfür empfiehlt es sich, einen Kinästhetik-Trainer und zwei Fachberater auszubilden, die wiederum das bestehende Pflegefachpersonal in hausinternen Workshops sowie in der Praxis beraten und begleiten. Durch diesen Erfahrungsaustausch wird das fachliche Wissen aller Mitarbeiter verbessert und vertieft. Um den betriebswirtschaftlichen Nutzen zu analysieren und zu verfolgen, sollte ein Projektleiter diese Workshops planen, begleiten und evaluieren.

Abb. 2
Bedarfserhebung in Kinaesthetics

Frage 1	Inwieweit lösen Sie folgende Aufgaben kinästhetisch?						
	immer	oft	manchmal	selten	nie	Pflegepersonen	
						1	2
Lagerung im Bett nach oben	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Transfer im Bett zur Seite	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Transfer in die Seitenlage	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Aufrichten an die Bettkante	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Aufrichten in den Stand/Rollator	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Von der Bettkante in den Stuhl/Rollstuhl/Toilettenstuhl	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Gehen	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Warm Up/Cool Down	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Nach Sturz in den Stand	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Hierbei empfiehlt sich das Arbeiten mit der von Kaplan und Norton entworfenen Balance Score Card (BSC). Abbildung 1 zeigt eine mögliche Lösung, wie sie eine BSC zum Thema Kinaesthetics in einem Krankenhaus entwerfen können. Auf einer BSC können Sie das ganze Projekt Kinaesthetics mit seinen Zielen auf einen Blick darstellen. Dieses Instrument durchleuchtet ein Projekt aus vier verschiedenen Perspektiven (Kaplan/Norton 1990).

Ein solches Projekt wurde von April bis September 2013 in der GRN-Klinik Weinheim durchgeführt. Die aktuelle Situation in dem Krankenhaus wurde wie folgt ermittelt: Die Pflegefachpersonen der Inneren Medizin und der interdisziplinären Intensivstation – insgesamt 50 Mitarbeiter/innen – hatten 2011 eine Kinästhetik-Grundausbildung (Kinästhetik-Fachkraft nach VivArte) erhalten. Direkt nach der Ausbildung konnten die Mitarbeiter das erlernte Wissen in der Praxis anwenden. Jedoch wurde durch die im Anschluss fehlende fachliche Begleitung Kinaesthetics nicht oder nur teilweise am Patienten angewendet.

Um die erlernten Fähigkeiten wieder aufzufrischen, wurde das Projekt im Sommer 2013 durch die Pflegedienstleitung initiiert. Die Workshops für jeden Mitarbeiter wurden durch die Kinästhetik-Fachberaterin der Klinik konzipiert und sollten folgende Ziele beinhalten:

- Auffrischung der kinästhetischen Grundkenntnisse,
- Transfer von Kinaesthetics in den Pflegealltag,
- Nachhaltigkeit der Workshops.

Nach einer Analyse der IST-Situation durch den Projektleiter (BA-Student/Pflege) erstellte dieser gemeinsam mit der Kinästhetik-Fachberaterin die Konzepte für die Workshops. In einem Zeitraum von drei Monaten nahm in der Folge jede Pflegefachperson an drei Workshops teil. Mithilfe von strukturierten Interviewleitfäden, die von den Teilnehmern im Vorfeld ausgefüllt wurden (Abb. 2), konnten die Workshops an den Bedarf des Pflegefach-

Zwei Pflegende bringen eine Patientin nach einem Sturz kinästhetisch vom Boden in den Stand: Hierbei handelt es sich um einen Transfer nach Sturz, passiv vom Boden auf den Stuhl beziehungsweise in den Stand, mittels zweier Pflegefachpersonen. Die Gewichtsverlagerung erfolgt im parallelen Bewegungsmuster. Die Patientin wird spielerisch durch gegenseitige Übernahme der Pflegefachpersonen vom Liegen in den Stuhl transferiert.

personals angepasst werden. In diesen Workshops ging es vor allem um den Erfahrungsaustausch.

„Endlich finden Workshops statt“

Das kinästhetische Arbeiten konnte den Teilnehmern wieder intensiv ins Bewusstsein gerufen und der Transfer des theoretischen und praktischen Wissens in den Pflegealltag erleichtert werden. Nach den Workshops wurde erneut der Fragebogen ausgeteilt. Die Ergebnisse zeigten: Die Häufigkeit des kinästhetischen Arbeitens konnte bei den Teilnehmern um 13 Prozent gesteigert werden. Darüber hinaus war bereits nach dem ersten Workshop beim Pflegefachpersonal eine hohe Steigerung der Motivation festzustellen. Sätze wie: „Ich kann es kaum abwarten, das auf Station anzuwenden.“ Oder: „Endlich finden Workshops statt“ sind dabei keine Seltenheit gewesen. Auch vonseiten der Patienten kam positives Feedback.

Für viele Patienten ist die Kinaesthetics-Erfahrung etwas Neues. Sie wurde aber als sehr angenehm empfunden. Durch das Anregen des Stoffwechsels haben die oft bettlägerigen Patienten eine positiv veränderte Körperwahrnehmung registriert und nehmen sichtlich aktiver am Leben teil.

Weitere Workshops sind bereits geplant. Nachdem durch das Projekt die theoretischen Kenntnisse aufgefrischt und die praktischen Fähigkeiten weiterentwickelt werden konnten, empfiehlt es sich, Praxisbegleittage in der direkten und aktivierenden Pflege am Patienten einzuführen, um die Nachhaltigkeit der Anwendung zu sichern.

Marie-Luise Schmitz, Pflegedienstleiterin
GRN-Klinik Weinheim
Röntgenstraße 1, 69469 Weinheim
Marie-Luise.Schmitz@grn3.de

