



Kinästhetik

Handout zum Workshop am 17. Mai 2014

11. Symposium der

Alzheimer-Gesellschaft Cuxland e. V.

Alzheimer-Gesellschaft Cuxland e. V.

in Kooperation mit

Freie Soziale Dienste zwischen Elbe und Weser e. V.

Bahnhofstr. 15

21762 Otterndorf

Internet: www.freie-soziale-dienste.de

E-Mail: sozialdienste@aol.com

Telefon: 04751/3014

Fax: 04751/3026

Bürozeiten: Montag bis Freitag

8:00 Uhr bis 14:00 Uhr





Grundlagen der Kinästhetik

Bei der Kinästhetik handelt es sich um eine körperdialogische Arbeit mit Menschen in jedem Lebensalter. Pflegende lernen durch gezielte Wahrnehmungsschulung ihren Körper und ihre Bewegungen so einzusetzen, dass sie weniger Kraftaufwand ausüben und gleichzeitig pflegebedürftige Personen gesundheitsfördernd in ihrer Bewegung unterstützen können. Das Konzept ist darauf angelegt den natürlichen Bewegungshaushalt zu fördern und dies zu Gunsten beider Beteiligten – der ausübenden und der pflegebedürftigen Person.

Die sechs Konzepte der Kinästhetik

Die sechs Konzepte der Kinästhetik verhelfen dazu, jede menschliche Aktivität aus einer bestimmten Perspektive zu betrachten. Jede Situation bzw. jeder Bewegungsprozess kann dadurch genau analysiert, reflektiert und verbessert werden. In der praktischen Anwendung gehen die sechs Konzepte jedoch fließend ineinander über.



Knietransfer

1. Die Pflegekraft nimmt beide Oberschenkel der Patientin/des Patienten über ihren/seinen Oberschenkel.
2. Die Patientin/die Patient legt ihre/seine Arme über die Schulter der Pflegekraft. Mit beiden Armen umfasst die Pflegekraft den Brustkorb der Patientin/des Patienten.
3. Durch Zug am Brustkorb wird das Gewicht der Patientin/des Patienten auf den Oberschenkel der Pflegekraft verlagert.
4. Durch eine anschließende Drehbewegung wird die Patientin/der Patient auf den Stuhl bewegt.
5. Die Patientin/der Patient sitzt im Stuhl.





Aufrichten über die Grundposition

1. Die Patientin/der Patient liegt auf dem Rücken, die Pflegekraft fasst beide Hände der Patientin/des Patienten. Durch wechselseitigen Zug an den Armen wird die Patientin/der Patient zum Sitzen gebracht.
2. Eine Hand legt die Patientin/der Patient vor dem Stuhl ab, die Beine werden angewinkelt und kippen zu der Seite, über welche die Patientin/der Patient aufstehen will. Die zweite Hand der Patientin/des Patienten legt die Pflegekraft auf die Sitzfläche des Stuhles.
3. Durch Zug am Beckenkamm und Druck auf den Brustkorb der Patientin/des Patienten wird diese/r in den Vierfüßlerstand bewegt. (Sie/Er erhält evtl. ein Kissen zum Aufstützen der Knie.)
4. Die Patientin/der Patient hält sich am Stuhl bzw. Bett fest und richtet durch Hilfe der Pflegekraft ihren/seinen Oberkörper auf.
5. Ein Bein der Patientin/des Patienten wird im rechten Winkel aufgestellt.
6. Durch Zug am Becken und Druck am Brustkorb wird die Patientin/der Patient aufgerichtet.
7. Die Patientin/der Patient wird von der Pflegekraft in Sitzposition gebracht.
8. Die Patientin/der Patient sitzt im Stuhl.

