

ADL-Training

**Aktivität
Von
Täglichen
Leben**

Umfasst:
Wasch- und Anziehtraining
Essen
Mobilitätstraining
Toilettentraining

Waschen und Anziehen

Hierarchie der Ziele nach Dringlichkeit

Pflege	Ergotherapie
1. Patient ist gepflegt	1. Wiedererwerb aller möglichen Funktionen die für Selbständigkeit notwendig sind;
2. Haut ist intakt	2. Maximal mögliche Selbständigkeit in jeder Therapieeinheit;
3. Verbandwechsel, Anwendung von Salben, Anlegen von Bandagen usw. wurden durchgeführt	3. Patient ist gepflegt
4. Patient hilft mit, so weit es zeitlich möglich ist	4. Bandagen werden angelegt, Salben angewendet

Vorgangsweise

Von der Verordnung bis zum Erstgespräch

<p>1. Verordnung durch Physikalischen Facharzt</p>	<p>Der Physikalische Facharzt erhebt nicht nur Befunde wie Schmerz, Einschränkung von Kraft und Beweglichkeit, sondern erfasst auch Einschränkungen der Selbständigkeit, die durch die Diagnose bedingt sind sowie Behandelbarkeit von Funktionsverlust sowie die Ressourcen und beurteilt das Rehabilitationspotential</p>
<p>2. Erfassen der Diagnosen sowie Informationserhebung in der Krankengeschichte</p>	<p>Auf Grund der Diagnosen wissen wir bereits etwas über die möglichen Probleme des Patienten</p>
<p>3. Kontaktaufnahme Herstellen eine Vertrauensverhältnisse</p>	<p>Am Ende eines Erstgesprächs wissen wir im Groben über Probleme und Ressourcen im physischen, kognitiven, emotionalen und sozialen Bereich bescheid.</p>
<p>4. Information über die Möglichkeiten und Ziele</p>	<p>Der Patient soll soweit es ihm möglich ist, seine Ziele selbst formulieren!</p>

Möglichkeiten der Befunderhebung

1. FIM	
2. Motorischer Status	<ul style="list-style-type: none">- Grobmotorik- Feinmotorik- Beurteilung der Koordination- Handkraft- Bewegungseinschränkungen - Schmerzen
3. Kognitive Ressourcen	<ul style="list-style-type: none">- Mini Mental State- Gedächtnistest- Testung bezüglich Wahrnehmung (Neglect,...) und Handlungsplanung (Apraxie)
4. Beurteilung des emotionalen Befindens	<ul style="list-style-type: none">- Stimmung- Krankheitsverarbeitung- Verlustbewältigung- Compliance- Abklärung bez. Depression anregen
5. Information über das soziale Umfeld	<ul style="list-style-type: none">- Interaktion mit Angehörigen / Pflege- Probleme, Wünsche,....

Ablauf eines ADL-Trainings

Durchschnittliche Dauer pro Tag. Zw.30 und 60 Minuten

Frequenz: täglich

Dauer im Rahmen des Therapieverlaufs: solange der Patient Fortschritte macht oder absehbar sind bzw. bis der Patient die bestmögliche Selbständigkeit erreicht ist

1. Mobilisation	Das Waschtraining erfolgt <u>nie im Bett</u> (Nicht zu verwechseln mit Basaler Stimulation = Therapie aber kein Waschtraining)
2. Toilettentraining	Wird, soweit es sinnvoll ist, immer im Rahmen des ADL-Trainings durchgeführt
3. Körperpflege	Beim Waschbecken In der Dusche Bäder werden im Rahmen des Waschtrainings nicht durchgeführt
4. Ankleiden	Erfolgt entweder beim Waschbecken oder auf Sessel oder im Rollstuhl beim Fenster am Handlauf Warum: maximale Sicherheit beim Aufstehen

Was macht die Unterstützung beim Waschen und Ankleiden zur Therapie ? - Beispiele

Kann Socken nicht anziehen		
darf Beine nicht überschlagen wegen TEP	Erreicht Vorfuß beim Beinüberschlagen nicht, weil Muskeln verkürzt sind	Erreicht Vorfuß nicht, weil Bauchmuskulatur zu schwach ist, um Bein zu überschlagen oder anzuheben
Strumpfanzieher Verwendung üben!	<p>1 Strumpf nur über Vorfuß ziehen, dann selbst fortsetzen lassen</p> <p>2. täglich Strumpf weniger weit über den Fuß ziehen</p> <p>3. Strumpf über Vorfuß ziehen lassen</p>	<p><u>Variante 1</u> Gewichtsabnahme beim Beinüberschlagen, Hilfestellung wird mit der Zeit reduziert</p> <p><u>Variante 2</u> Stellt Bein auf Stockerl etc. ab</p>

Was macht die Unterstützung beim Waschen und Ankleiden zur Therapie ?

Kann Wasser beim Waschbecken nicht aufdrehen

Kann Arme nicht hoch genug heben	Weiß nicht wie Einhänderarmatur funktioniert	Zu wenig Kraft in den Händen
Variante 1 Gewichtsabnahme	- bei intaktem Gedächtnis 1 x anleiten	- Hilfestellung beim gemeinsamen Wasseraufdrehen täglich
Variante 2 Wasser im Stehen aufdrehen	- bei Apraxie täglich Zeigen, führen,...	etwas reduzieren
.....	- bei Demenz täglich anleiten	

Was macht die Unterstützung beim Waschen und Ankleiden zur Therapie ?

Probleme beim Transfer		
------------------------	--	--

Kann plegisches Bein nicht belasten	Hat Angst vor Oberkörpervorlage	Vergisst auf Bremsen beim Rollstuhl, sturzgefährdet
Transfer nach Bobath (plegisches Bein stabilisieren)	Zeit geben, sich an Sitzen zu gewöhnen, von vorne sichern, Oberkörpervorlage sanft einleiten	Bremsen bei jedem Transfer selbst übernehmen lassen, immer wieder erinnern

Was können Sie am Ende eines ADL-Trainings erwarten

1. genaue Information über das, was ein Patient kann
 - entweder ist der Patient wieder völlig selbständig
 - er ist nur teilweise selbständig
 - eine Verbesserung der Selbständigkeit ist nicht möglich

2. Information über Art der Hilfestellungen die weiterhin notwendig sind

3. Aufklärung über die Ursachen von Schwierigkeiten, die ein Patient im Alltag weiterhin haben wird

Wozu ADL-Training nicht gedacht ist:

Entlastung der Pflege bei Personalmangel

Als „Beschäftigungstherapie für Ergotherapeuten“

Was wir uns daher wünschen:

1. Wenn Sie ein ADL-Training verordnen lassen,

Dann sollten sie dies im Team besprechen, denn

sie sollten sich darüber im Klaren sein, daß bei den meisten Patienten im Pflegeheim Selbständigkeit nicht vollständig wiederhergestellt werden kann

sie sollten wissen, daß das Ergebnis eines Wasch- und Anziehtrainings sehr oft ein Umdenken im Ablauf ihrer Pflegehandlungen bedeuten sollte, wenn die Therapie ein langfristiges Ergebnis haben soll.

Ohne Weiterführung der erarbeiteten Abläufe von Ihrer Seite ist Therapie von vornherein sinnlos, außer ein Patient erlangt völlige Selbständigkeit bzw. ist zu 100% motiviert seine Selbständigkeit beizubehalten.