



■ Altenzentrum Santa Teresa

Große Nelkenstraße 12 - 16
60488 Frankfurt - Hausen

Telefon 0 69 - 24 78 60 - 0
Fax 0 69 - 78 11 37
Email santa.teresa@caritas-frankfurt.de
Internet www.caritas-frankfurt.de

Leitung Gesche Oppermann

Träger Caritasverband Frankfurt e.V.
Mitglied im Dachverband: Caritasverband Frankfurt e.V.

„So etwas hätte ich gerne viel eher gekannt“

Eigentlich sei es bedauerlich, dass das pflegetherapeutische Aktivitas®-Konzept erst jetzt allmählich in Altenpflegeheimen eingeführt wird. Dabei sei es bereits über 20 Jahre in der Krankenpflege bekannt.

„Das Konzept ist ein Mix aus Grundprinzipien mehrerer Therapienformen. Es hilft insbesondere demenzkranken Menschen, die immobil und bettlägerig sind, so dass sie wieder besser wahrnehmen, altbekannte Bewegungsabläufe wagen, gar soziale Kontakte aktivieren und sich insgesamt wohler fühlen“, berichtet Marliese Zwermann vom Altenzentrum Santa Teresa in Frankfurt am Main - Hausen. Dort wird das Konzept seit 2005 von Ute Müller-Hesselbach, Fachhochschule Frankfurt, den Mitarbeitern theoretisch und praktisch vermittelt.

Das Aktivitas®-Pflegekonzept wurde in den 80er Jahren von der Pflegewissenschaftlerin Marlies Beckmann, Frankfurt aus der Praxis heraus entwickelt.

Gute Wirkungen des Frankfurter Sofortprogramms

Zwermann ist seit 2006 Projektleiterin im Rahmen des Frankfurter Sofortprogramms, das aus städtischen Mitteln finanziert wird. Es läuft dort bereits seit 2001 und bewirkte unter anderem, dass es nun einen Wohnbereich nur für Demenzkranke gibt. Von 2002 - 2005 brachte der Caritasverband Frankfurt e.V. jährlich die gleiche Förder-summe ein, um das Pflege- und Betreuungskonzept durch das Arbeiten in Anlehnung an das Psychobiographische Pflegemodell nach Erwin Böhm zu erweitern. „Gerade die Kernaussage Böhms: Vor den Beinen muss die Seele

bewegt werden!, ist uns wichtig“. Seit 2003 gibt es in jedem Wohnbereich eine Präsenzkraft, die die Bewohner bei alltäglichen eigenen Aktivitäten unterstützt. „Wir wollen soviel Alltagsnormalität wie möglich und nur so viel organisatorische Einschränkungen wie nötig.“ Zudem durchlief das gesamte Personal Schulungen, um Pflege und Betreuung individueller zu gestalten. Dadurch hätten die Mitarbeiter insgesamt ihre Fachlichkeit und Beobachtungsfähigkeit geschärft. Von den Angeboten des Sofortprogramms seien bislang vorwiegend die mobilen demenziell erkrankten Bewohner erreicht worden. Und daher sollten ab 2005 diejenigen Demenzkranken einbezogen werden, die die bestehenden Angebote wegen Immobilität nicht mehr nutzen könnten. Der Anteil dieser Personengruppe steige.

Bettlägerigkeit eindämmen

Projektleiterin Zwermann ist selbst jahrelang in der Pflege erfahren und weiß genau, wovon sie spricht, wenn sie an bettlägerige, demenzkranke Menschen denkt, die zu wenig äußere Anreize hatten, um die ihnen verbliebenen Möglichkeiten der Wahrnehmung und Bewegung zu erhalten oder neu zu initiieren. Wer in einem Zustand ist, in dem ihm nahezu alle Lebensäußerungen geschwunden sind, kann kaum noch sein Personsein leben. Doch wie kann Abhilfe geschaffen werden? Wie kriegt man es hin,

dass jemand, der Tag ein Tag aus liegt, zu einem aufrechten Sitzen gelangt, das ihn für zehn Minuten am Tag wach macht, oder das ihn gar befähigt wieder aufzustehen?

Eigene Körperbewegung im Rollenspiel kennen lernen

Das Zauberwort heißt Aktivitas®-Pflege, die von zwanzig Pflegekräften in Santa Teresa erlernt wurde, um in den vier Wohnbereichen des Hauses etwas zu vermitteln, das



Marliese Zwermann (rechts) und die 96-jährige Sophie Brell (links), die das Heimbeiratsamt in Santa Teresa bekleidet

therapeutische und präventive Wirkungen auf die Bewohner während der täglichen Pflegehandlungen entfaltet. Wer nicht mehr von außen zu eigenen Bewegungsabläufen hingeleitet wird, gerät in eine immer größere Lethargie. Daher lernen die Pflegenden in den Schulungen zunächst einmal spielerisch selbst, wie man sich selbst z.B. im Bett bewegt, um aus der Liegehaltung aufzustehen. Das eigene Körpergefühl ist dann die

Verstehensgrundlage für die Situation des Bewohners, der sich vielleicht gar nicht mehr selbst aufrichten kann. Die Mitarbeiter müssen auch die eigenen Emotionen zulassen, Grenzen erkennen und respektieren, wenn sie einen engen Körperkontakt mit dem Bewohner anbahnen, um ihn an Wahrnehmungen und Bewegungsabläufe heranzuführen, die er „vergessen“ hat.

Körper und Geist durch Reaktivierung animieren

Um die Lebensqualität der immobilen, demenzkranken Menschen zu bessern, müssen sich die Pflegekräfte sehr bewusst auf den Pflegeablauf einlassen. Sie müssen in einer speziellen Pflegetechnik z.B. seinen steifen Arm so führen, dass er das Gefühl bekommt, diese Bewegung fast alleine gemacht zu haben. „Sich auf diesen zwischenmenschlichen Ablauf zu konzentrieren, das stärkt die Reflexionskraft des Personals in Bezug auf sich selbst und auf den Erkrankten,“ berichtet Zwermann. Und dass das Aktivitas-Konzept auch regelmäßig angewendet wird, dafür wurden aus den zwanzig ausgebildeten Mitarbeitern einige zu Multiplikatoren weitergebildet, die dafür sorgen, dass es in den Teams stetig praktiziert und evaluiert wird. Denn die beständige und differenzierte Anwendung helfe den Betroffenen, sich wieder als Person zu fühlen und auch wieder ein Stück weit Lebenslust zu empfinden.

Stimulierende Mundpflege bei Demenzkranken

Marliese Zwermann berichtet, dass Wahrnehmungs- und Bewegungsarmut dazu führt, dass demenziell Erkrankte oft sehr verkrampft seien und der Betreffende liege so steif wie ein Brett in seinem Bett. Bei fortgeschrittener Demenz können Schluckstörungen auftreten. Hier habe sich die stimulierende Mundpflege als ein Weg erwiesen, der behilflich ist, dass der betreffende Mensch wieder ein Gefühl für seinen Mund und für das Schlucken entwickeln könne. Es sei sogar möglich, dass derjenige wieder zum Kauen und Schlucken zurückfinde, wenn die Stimulation oft genug angeboten werde.

Bei Unruhe hilft eine Massage

Wenn sich der Tag zum Abend neigt, werden demenziell Erkrankte oft unruhig. „Dann spricht man vom Sunset-Syndrom“, sagt die Projektleiterin. Wenn die beunruhigten Personen dann auf ihr Zimmer gebracht würden und erhielten eine Einreibung des Rückens mit einem ätherischen Öl, dann habe dies eine enorm beruhigende Wirkung auf sie. Aus all diesen Erfahrungen, die Übung und Konzentration erforderten und die auch während der Pflegearbeit angewendet werden könnten, hätten die Mitarbeiter ein neues Selbstbewusstsein entwickelt. Wenn ein Bewohner vor dem Essen sitzt und nicht mehr weiß, wo und wie er anfangen soll, dann haben die Pflegekräfte ein Wissen, wie man ihn dazu bewegt, die Speise vielleicht auch selbst zu sich zu nehmen. Hierbei könnten Mitarbeiter die so wichtigen Erfolgserlebnisse erfahren.

Bei all diesem Wissen und Aktivieren, so Marliese Zwermann, habe das Personal jedoch auch eine Ahnung darüber, wann ein Menschen nicht mehr kann und nicht mehr will. Das sei eine Grenze, die erfüllt, empfunden, erkannt und somit respektiert werden müsse.

Projektleitung: Marliese Zwermann

Gespräch und Redaktion: Beate Glinski-Krause

Mit freundlicher Unterstützung von:

Frankfurter Sparkasse

