

Friedhelm Henke

Alternative Pflegemaßnahmen

Verlag W. Kohlhammer

.-'{'•/[•s - £>dr3

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
1 Begriffserklärungen	11
1.1 Gesundheit	11
1.2 Krankheit	13
1.3 Gesundheit und Krankheit als dynamische Entwicklungsbegriffe	14
1.4 Ganzheitliche Pflege	15
1.5 Alternative Pflegemaßnahmen	18
2 Alternative Pflegemaßnahmen zur Körperpflege	21
2.1 Waschungen	21
2.1.1 Grundsätzliche Überlegungen	21
2.1.2 Ganzkörperwaschung	22
2.1.3 Oberkörperwaschung	23
2.1.4 Unterkörperwaschung	23
2.1.5 Belebende Körperwaschung	24
2.1.6 Schweißreduzierende/fieberreduzierende Körperwaschung	24
2.1.7 Beruhigende Körperwaschung	25
2.2 Bäder	26
2.2.1 Wirkungen	26
2.2.2 Kaltes Armbad	27
2.2.3 Warmes Armbad	28
2.2.4 Ansteigendes Armbad	29
2.2.5 Kaltes Fußbad	29
2.2.6 Warmes Fußbad	30
2.2.7 Ansteigendes Fußbad	31
2.2.8 Wechselfußbäder	32

2.2.9	Sitzbad	33
2.2.10	Ansteigendes Vollbad	33
2.2.11	Heißes Vollbad	34
2.2.12	Kaltes Vollbad	35
2.3	Hautpflege	35
2.3.1	Säureschutzmantel	35
2.3.2	Trockenbürsten	37
2.3.3	Hauttypen	38
2.3.4	Pflege bei fettiger Haut	39
2.3.5	Pflege bei trockener Haut	40
2.4	Mund- und Zahnpflege	40
2.5	Einreibungen	42
2.5.1	Anwendungsgebiete	42
2.5.2	Technik der pflegerischen Einreibung	43
2.5.3	Einreibung zur Unterstützung der Atmung	44
3	Alternative Pflegemaßnahmen mittels Wickel und Auflagen	45
3.1	Pflegerischer Einsatz von Wärme- und Kälteanwendungen	45
3.2	Gefahren	47
3.3	Zusätze für Wickel und Auflagen	48
3.4	Allgemeine Vorbereitung des Patienten	50
3.5	Einzelne Wickel und Auflagen	51
3.5.1	Fiebersenkender Wadenwickel	51
3.5.2	Zwiebelaufgabe bei Ohrenschmerzen	54
3.5.3	Quarkaufgabe bei Halsschmerzen	56
3.5.4	Fußwickel/Nasse Socken bei Schlafstörungen	58
3.5.5	Brustwickel	60
3.5.6	Kamillebauchaufgabe	62
3.5.7	Heublumenaufgabe bei Schmerzen und Unruhe	64
3.5.8	Kartoffelkataplasma	65
3.5.9	Schwitzpackung zur Kreislauf- und Stoffwechsellanregung	67

4	Alternative Pflegemaßnahmen mittels Massagen	71
4.1	Massageeffekt	71
4.2	Massage einzelner Körperregionen	73
4.2.1	Bauchmassage	73
4.2.2	Rücken-, Nacken- und Schultermassage	74
4.2.3	Fuß- und Beinmassage	76
5	Alternative Pflegemaßnahmen zur Ernährung des Kranken	79
5.1	Ausgewogene Ernährung	79
5.1.1	Grundnährstoffe	79
5.1.2	Vitamine und Mineralstoffe	82
5.1.3	Hilfen für eine ausgewogene Ernährung	87
5.2	Fehlernährung	89
5.2.1	Einseitige Kostformen	89
5.2.2	Hilfen bei Magen-/Darmschleimhautentzündungen	90
5.2.3	Diät bei Durchfall	90
5.2.4	Hilfen bei Verstopfung (Obstipation)	92
5.3	Spezielle Ernährungshinweise	93
5.3.1	Ernährung bei Übergewichtigen	93
5.3.2	Ernährung bei Untergewichtigen	98
5.3.3	Ernährung zur Verbeugung einer Osteoporose	99
5.3.4	Ernährung bei Schlafstörungen	100
	Literaturverzeichnis	105
	Abbildungsverzeichnis	107
	Tabellenverzeichnis	108
	Stichwortverzeichnis	109