

Virginia Ann Fernandez / Patricia P Hrebicik  
Lynn E. McGrory / Renny S. Milanovich  
Rosalyn Trautman-Johnson / Joan Zieja

# Häusliche Pflege

Aus dem Amerikanischen von Heike Neuenschwander

Mit einem Anhang zur deutschen Pflegeversicherung  
von Sonja Schieting

Verlag Hans Huber  
Bern • Göttingen • Toronto • Seattle

# Inhalt

Vorwort .....	15
---------------	----

## **Kapitel 1: Hilfe für den Betreuer zu Hause**

• Der Entschluß zur häuslichen Pflege .....	19
SB Das Team zur häuslichen Pflege .....	19
M Vorbereitungen für die Entlassung nach Hause .....	19
ü Vorbereitungen zu Hause .....	23
Ä Umgang mit psychologischen und emotionalen Veränderungen .....	24
SR Der Versuch, weiterhin ein normales Leben zu führen .....	26
M Planung der täglichen Aktivitäten .....	29
M Verhindern, daß man sich völlig verausgabt .....	31
Ä Die richtige Haltung, um Ihren Rücken zu schonen .....	35
• Vorkehrungen für einen Notfall .....	38

## **Kapitel 2: Pflegerische Grundlagen**

Gewährleistung von Sicherheit und Bequemlichkeit .....	43
Hygienisches Waschen der Hände .....	45
Messung lebenswichtiger Funktionen .....	47
Blutdruckmessung .....	52
Hilfe beim Urinieren und Stuhlgang .....	54
Messung der Flüssigkeitszufuhr und -ausscheidung .....	56

## **Kapitel 3: Anzeichen einer Gefahr für die Gesundheit**

Was versteht man unter Anzeichen einer Gefahr für die Gesundheit? .....	61
Allgemeine Anhaltspunkte .....	61
Unspezifische Hinweise auf eine Zustandsverschlechterung .....	64
Hautveränderungen .....	71
Veränderungen des geistigen Zustandes .....	72
Augensymptome .....	73
Veränderungen der Herz- und Lungenfunktionen .....	74

## 6 *Inhalt*

M Probleme im Bereich des Verdauungstraktes . . . . .	77
S Urinveränderungen . . . . .	79

### **Kapitel 4: Hygiene**

Bedeutung der Hygiene . . . . .	83
Körperwäsche im Bett . . . . .	83
Pflege im Bereich der Scheide und des Anus bei einer Frau . . . . .	85
Pflege im Bereich des Penis und des Anus bei einem Mann . . . . .	87
Hilfe in der Badewanne oder unter der Dusche . . . . .	88
Sitzbäder . . . . .	89
Haarpflege . . . . .	91
Haarwäsche im Bett . . . . .	92
Rasieren . . . . .	93
Mundpflege . . . . .	94
Pflege von Zahnprothesen . . . . .	96
Hand- und Nagelpflege . . . . .	97
Fußpflege . . . . .	99

### **Kapitel 5: Maßnahmen, damit sich Ihr Patient wohl fühlt**

• Wie wichtig ist die Behaglichkeit? . . . . .	103
Lagerung des Patienten im Bett . . . . .	103
Hilfe beim Aufstehen . . . . .	105
Massagetechniken . . . . .	107
Methoden zur Schmerzlinderung . . . . .	112
Medikamente gegen Schmerzen . . . . .	113
Möglichkeiten, vom Schmerz abzulenken . . . . .	114
Übungen zur Muskelentspannung . . . . .	116
Atemübungen zur Entspannung . . . . .	117
Hilfe der Autosuggestion bei der Schmerzbewältigung . . . . .	118
Andere Möglichkeiten der Schmerzbekämpfung . . . . .	119
• Transkutane elektrische Nervenstimulation (TENS) . . . . .	122

### **Kapitel 6: Pflegebetten**

Was ist ein Pflegebett? . . . . .	127
Welche Matratze ist geeignet? . . . . .	129
Der richtige Matratzenschoner . . . . .	130
Hilfsmittel zur Vermeidung von Druckstellen auf der Haut . . . . .	131
Nützliches Bettzubehör . . . . .	133
Bettenmachen . . . . .	138

Bettenmachen, wenn der Patient im Bett liegt . . . . .	142
Wie richte ich ein leeres Bett her? . . . . .	144

**Kapitel 7: Ernährung des Patienten**

ü Welche Rolle spielt die Ernährung bei einer Krankheit? . . . . .	149
K Auswahl gesunder Mahlzeiten . . . . .	149
B Was ist eine Portion? . . . . .	152
K Wie bewahre ich Nährstoffe beim Kochen? . . . . .	153
M Zusätzliches Eiweiß und Kalorien in der Ernährung . . . . .	154
\$s Kalziumreiche Ernährung . . . . .	156
R Salzreduktion . . . . .	157
W. Kaliumreiche Ernährung . . . . .	158
M Wie verhindere ich eine unerwünschte Gewichtszunahme? . . . . .	160
1* Was tun, um den Appetit anzuregen? . . . . .	161
3S Das Füttern eines bettlägerigen Patienten . . . . .	163
M Verwendung von Hilfsmitteln, die das Füttern erleichtern . . . . .	164
8 Abhilfe bei Kau- und Schluckproblemen . . . . .	167

**Kapitel 8: Verabreichung von Medikamenten**

• Korrekter Umgang mit Medikamente . . . . .	171
M Orale Einnahme von Medikamenten . . . . .	172
M Subhnguale und bukkale Verabreichung von Medikamenten . . . . .	175
* Lokale Anwendung von Medikamenten . . . . .	176
S» Augentropfen . . . . .	178
* Augensalben . . . . .	180
** Ohrentropfen . . . . .	181
** Nasentropfen . . . . .	182
"J Gebrauch eines Inhalationsgerätes . . . . .	183
-f Einführen von Zäpfchen . . . . .	185
f* Wie mache ich einen Einlauf? . . . . .	186
• Wie verabreiche ich mir selbst einen Einlauf? . . . . .	188
*' Vaginale Anwendung von Medikamenten . . . . .	189
~ Allgemeines zum Thema Spritzen . . . . .	191
'>- Wie kann man Schmerzen bei der Injektion vermeiden? . . . . .	194
*> Vorbereitungen für eine Spritze . . . . .	194
*>' Subkutane Injektionen . . . . .	197
•* Insulinverabreichung . . . . .	198
^ Mischen von Insulin in der Spritze . . . . .	200
y- Abwechseln der Spritzstellen . . . . .	201
r Heparininjektionen . . . . .	203
" Intramuskuläre Injektionen . . . . .	203

## **Kapitel 9: Intravenöse Therapie**

Grundlegende Vorbereitungen . . . . .	209
Pflege eines diskontinuierlich verwendeten intravenösen Zuganges. . . . .	209
Durchspülen eines diskontinuierlich verwendeten intravenösen Zuganges ..	210
Vorbereitungen für eine Infusion. . . . .	211
Vorbereitung der Infusionsflasche oder des Infusionsbeutels. . . . .	212
Verabreichung der Lösung. . . . .	215
Beenden der Infusion. . . . .	216
Pflege eines zentralvenösen Zuganges. . . . .	217
Die totale parenterale Ernährung. . . . .	219
Pflege eines implantierten venösen Zuganges. . . . .	224

## **Kapitel 10: Inkontinenz**

Was ist Inkontinenz?. . . . .	231
Blasentraining . . . . .	233
Übungen für die Beckenmuskulatur . . . . .	236
Verwendung eines Kondomkatheters. . . . .	237
Verwendung von Inkontinenzslips. . . . .	240
Darmtraining . . . . .	240
Manuelle Anregung der Darmtätigkeit . . . . .	242

## **Kapitel 11: Druckgeschwüre**

Entstehung von Druckgeschwüren . . . . .	247
Bevorzugte Körperareale für die Entwicklung von Druckgeschwüren . . . . .	248
Stadieneinteilung von Druckgeschwüren. . . . .	250
Dokumentation der Druckgeschwüre . . . . .	252
Hautpflege. . . . .	254
Regelmäßiges Umlagern des Patienten nach Plan. . . . .	255
Lageänderungen im Rollstuhl. . . . .	255
Behandlung von Druckgeschwüren. . . . .	256

## **Kapitel 12: Verbände, Umschläge und Binden**

Allgemeines zum Thema Verbände, Umschläge und Binden. . . . .	261
Wundreinigung und Anlegen eines trockenen, sterilen Verbandes. . . . .	262
Anlegen eines feuchten Verbandes. . . . .	265
Verwendung eines Ableitungs- oder Drainagebeutels. . . . .	266
Anlegen von feucht-trockenen Umschlägen . . . . .	268
Auftragen von speziellen wundreinigenden Substanzen. . . . .	269
Verwendung von Binden. . . . .	270

- Anlegen von Mullbinden . . . . . 271
- Anlegen von elastische Binden . . . . . 272
- Anlegen eines Tragetuches . . . . . 274
- Anlegen einer Bauchbinde . . . . . 275
- Wann braucht man ärztliche Hilfe? . . . . . 277

**Kapitel 13: Krücken und Spazierstöcke**

- Wahl einer Krücke . . . . . 281
- Lernen Sie, mit Krücken zu gehen . . . . . 282
- Der richtige Einsatz von Krücken auf einer Treppe . . . . . 283
- P Wie man sich mit Krücken hinsetzt und wieder aufsteht . . . . . 286
- Was tun bei einem Sturz? . . . . . 288
- M Wahl eines Spazierstockes. . . . . 289
- M Das richtige Gehen mit einem Spazierstock . . . . . 290
- Der richtige Einsatz eines Spazierstockes auf einer Treppe . . . . . 292
- Wie man sich mit einem Spazierstock hinsetzt und wieder aufsteht . . . . . 294
- m Spezielle Hilfsmittel . . . . . 295

**Kapitel 14: Krankengymnastik**

- ü Die Bedeutung der Krankengymnastik . . . . . 299
- Lockerungsübungen für Hände und Füße . . . . . 299
- Aktive Bewegungsübungen . . . . . 303
- B Passive Bewegungsübungen. . . . . 307
- M Isometrische Übungen. . . . . 311
- Übungen zur Stärkung der Rückenmuskulatur. . . . . 315

**Kapitel 15: Gehhilfen und Rollstühle**

- Was es bedeutet, sich möglichst frei bewegen zu können . . . . . 323
- Anpassungen im Haus . . . . . 323
- Sichere Benutzung der Gehhilfe oder des Rollstuhles . . . . . 325
- ü Welche Arten von Gehhilfen gibt es? . . . . . 326
- 35 Der Drei-Schritt-Gang . . . . . 327
- 39 Der Zwei-Schritt-Gang mit Schwingbewegung . . . . . 328
- ü Der Vier-Schritt-Gang . . . . . 330
- M Der Zwei-Schritt-Gang . . . . . 331
- Wie setzt man sich auf einen Stuhl? . . . . . 332
- Wie steht man auf? . . . . . 333
- » Was tun bei einem Sturz mit der Gehhilfe? . . . . . 334
- 36 Was Sie generell über Rollstühle wissen sollten. . . . . 335
- ü Was Sie über das Ein- und Aussteigen in einen Rollstuhl wissen sollten. . . . . 337

## 10 *Inhalt*

£*	Wie setzt man sich aus dem Stand in einen Rollstuhl? . . . . .	337
ü	Wie gelangt man sitzend in einen Rollstuhl? . . . . .	339
sf	Wie kommt man sitzend rückwärts in einen Rollstuhl? . . . . .	339
'T	Wie kommt man sitzend vorwärts in einen Rollstuhl? . . . . .	341
'S	Verwendung eines Brettes, um besser in und aus dem Rollstuhl zu gelangen . . . . .	341
i	Umsteigen vom Rollstuhl in ein Auto . . . . .	342
^	Was tun bei einem Sturz aus dem Rollstuhl? . . . . .	344

### **Kapitel 16: Sauerstofftherapie**

3	Bedeutung der Sauerstoffverabreichung . . . . .	349
∧	Was Sie über die häusliche Verwendung von Sauerstoffsystemen wissen sollten . . . . .	350
•	Verwendung von Sauerstofftanks oder flüssigem Sauerstoff . . . . .	353
V	Verwendung von Geräten zur Konzentrierung von Sauerstoff . . . . .	355
'''	Sauerstoffsonden oder -masken . . . . .	357
- *	Tragbare Sauerstoffausrüstungen . . . . .	358
'<•	Wann sollten Sie den Arzt rufen? . . . . .	359
*	Schnelle Abhilfe bei Problemen . . . . .	360
	Erkennen von Problemen . . . . .	360

### **Kapitel 17: Absaugen**

H	Was bedeutet Absaugen? . . . . .	365
4-	Was braucht man zum Absaugen? . . . . .	365
fi	Förderung einer tiefen Atmung und des Abhustens . . . . .	367
Ä	Vorbereitungen zum Absaugen . . . . .	369
-*	Absaugen des Rachens . . . . .	371
r*	Absaugen des Nasenraumes . . . . .	373
T*	Wie macht man einen Absaugkatheter keimfrei? . . . . .	376
f	Schnelle Abhilfe bei Problemen . . . . .	377
?'	Wann sollten Sie den Arzt rufen? . . . . .	378

### **Kapitel 18: Pflege eines Tracheostomas**

ff	Was ist ein Tracheostoma? . . . . .	383
W	Was ist ein Luftröhrenkatheter? . . . . .	383
?*	Welche Hilfsmittel braucht man? . . . . .	385
3!	Reinigung der inneren Kanüle . . . . .	385
%	Vorbereitung der Fixierungsbänder und Befestigen des Trachealkatheters . . . . .	387
8	Anfertigen eines Hautschutzes . . . . .	389
iS	Absaugen des Tracheostomas . . . . .	390
&	Wiedereinführung des Trachealkatheters . . . . .	393

Verwendung eines Spezialkragens zur Sauerstofftherapie bei Tracheostoma . . . . .	394
Spezielle Hilfsmittel . . . . .	397
Leben mit einem Tracheostoma . . . . .	399

## Kapitel 19: Atemtherapie

W Verwendung eines Trainingsspirometers . . . . .	405
M Gefahrlose Anwendung eines Luftbefeuchters oder Verneblers. . . . .	406
2* Was können Sie tun bei Kurzatmigkeit? . . . . .	407
fi Übungen für gesündere Lungen und leichteres Atmen. . . . .	409
äfc Physiotherapie. . . . .	413
5 Techniken zur Förderung einer forcierten Ausatmung . . . . .	415
4S Handhabung des Zubehörs für eine Inhalationstherapie. . . . .	417
*£ Durchführung einer Inhalationstherapie. . . . .	418
se? Verwendung eines Handinhalationsgerätes. . . . .	418
f* Verwendung eines Turboinhalationsgerätes. . . . .	419
6 Einsatz von kontinuierlichem positivem Luftdruck . . . . .	422
& pfl <sub>e</sub> g eines Patienten mit künstlicher Beatmung . . . . .	423

## Kapitel 20: Ernährungs sonden und -pumpen

Bedeutung von Ernährungs sonden. . . . .	429
Vorbereitungen für eine intermittierende Sondenernährung . . . . .	430
Verabreichung einer intermittierenden Sondenernährung . . . . .	432
Vorbereitungen für eine kontinuierliche Sondenernährung . . . . .	435
Verabreichung einer kontinuierlichen Sondenernährung . . . . .	437
Wechsel des Nährstoffbeutels. . . . .	438
Verabreichung von Medikamenten durch eine Magensonde. . . . .	439
Pflege eines Patienten mit Magensonde. . . . .	441
Mundpflege. . . . .	442
Verabreichung von Medikamenten durch eine Magen fistel . . . . .	443
Pflege eines Patienten mit Magen fistel. . . . .	444
Probleme, die häufig auftreten . . . . .	445
Wann sollten Sie den Arzt informieren? . . . . .	447

## Kapitel 21: Gips verbände

Bedeutung eines Gipsverbandes. . . . .	451
Was versteht man unter Knochenheilung? . . . . .	451
Berechnung der Heilungsdauer. . . . .	453
Pflege des Gipses. . . . .	454
Probleme mit einem Gipsarm oder Gipsbein. . . . .	456



## 12 Inhalt

- Übungen für einen Arm oder ein Bein im Gipsverband . . . . . 460
- Entfernung des Gipsverbandes . . . . . 463

### **Kapitel 22: Urinkatheter und Nierenfisteln**

- Bedeutung von Urinkathetern . . . . . 467
- Pflege eines Urinkatheters. . . . . 467
- Anlegen eines Urinbeutels am Bein. . . . . 469
- Leeren eines Urinbeutels am Bein. . . . . 473
- Befestigung eines Urinbeutels am Bett . . . . . 473
- Wie kann man Blasenentzündungen verhindern?. . . . . 474
- Was tun bei einem verstopften Dauerkatheter?. . . . . 476
- Entfernung eines Dauerkatheters. . . . . 479
- Wie katheterisiert man sich als Mann selbst?. . . . . 481
- Wie katheterisiert man sich als Frau selbst?. . . . . 482
- Pflege einer Nierenfistel. . . . . 483

### **Kapitel 23: Pflege bei Dialysepflicht**

- f? Versorgung einer arteriovenösen Fistel . . . . . 487
- 'S Peritonealdialyse . . . . . 489
- "X Kontinuierliche ambulante Peritonealdialyse (CAPD). . . . . 491
- \*~ Wie lassen sich Komplikationen bei der Peritonealdialyse vermeiden?. . . . . 497

### **Kapitel 24: Pflege eines Stomas**

- Was ist ein Stoma?. . . . . 501
- m Stomabeutel . . . . . 502
- R Anlegen eines Stomabeutels . . . . . 502
- P Entleeren eines Stomabeutels . . . . . 504
- 3! Entfernen eines Stomabeutels. . . . . 506
- ö Reinigung eines wiederverwendbaren Stomabeutels . . . . . 507
- 8J Spülung eines Kolostomas. . . . . 508
- Wf Was tun, wenn Probleme beim Spülen auftreten?. . . . . 512
- S<sup>4</sup>- Leben mit einem Kolostoma . . . . . 513
- W Pflege eines Harnwegsstomas . . . . . 515
- IP Wann sollten Sie den Arzt rufen?. . . . . 520

### **Kapitel 25: Spezielle Probleme bei Erwachsenen**

- Generelle Bemerkungen zu besonderen Untersuchungen und gezielten Maßnahmen bei ausgewählten Erkrankungen. . . . . 523
- Langzeit-EKG . . . . . 523

- Vom Umgang mit einem Herzschrittmacher . . . . . 524
- B Schrittmacherkontrolle mit Hilfe des Telefons. . . . . 525
- 8 Pflege einer Gallengangsdrainage . . . . . 527
- W Untersuchung des Urins auf Ketonkörper . . . . . 530
- H Kontrolle des Blutzuckers. . . . . 531
- II Wie kann man eine Unterzuckerung (Hypoglykämie) vermeiden? . . . . . 535
- f Wie kann man andere diabetesbedingte Komplikationen vermeiden? . . . . . 537
- E Tafeln, die eine Kommunikation ermöglichen . . . . . 538
- Pflege eines Patienten mit Morbus Alzheimer. . . . . 540
- B Pflege eines Patienten nach einer Gehirnerschütterung . . . . . 544
- B Pflege eines Patienten mit AIDS. . . . . 546
- 8 Wie geht man mit Nebenwirkungen einer Chemotherapie oder Bestrahlung um? . . . . . 549

**Kapitel 26: Spezielle Probleme bei Kindern**

- ÜB Kontrolle des Flüssigkeitsgleichgewichts. . . . . 557
- i§ Betreuung eines Kindes mit einem Anfallsleiden. . . . . 558
- M Behandlung bei Durchfällen. . . . . 559
- Ä Betreuung eines Kindes mit Hämophilie. . . . . 560

**Kapitel 27: Notfallsituationen**

- Ü Was tun in einer Notfallsituation? . . . . . 567
- 88 Maßnahmen bei einer Unterzuckerung. . . . . 567
- i§ Maßnahmen zur Behandlung eines anaphylaktischen Schockes. . . . . 568
- Ä Therapie bei verlegten Atemwegen . . . . . 571
- B Kardiopulmonale Reanimation (Wiederbelebung). . . . . 572

**Anhang**

- B Die Pflegeversicherung. . . . . 583
- M Kontaktadressen. . . . . 591
- 8 Register. . . . . 595