

An- und Ausziehen



Abbildung 1

Sich zu kleiden, wie man möchte, ist eine sehr wichtige Voraussetzung für das eigene Wohlbefinden. Durch Kleidung wird ein Gefühl der Sicherheit und der Erhalt der eigenen Würde vermittelt. Zudem bietet die witterungsangepasste Kleidung Schutz vor Krankheiten.

Allerdings stellt das Anziehen oder Wechseln von Kleidung einen sehr intimen Moment für die pflegebedürftigen Personen dar, für eine ruhige Atmosphäre währenddessen sollte somit gesorgt sein. Sollte Ihr Gegenüber in der Lage sein, sich alleine an- und umziehen zu können, können Sie ihm/ihr die entsprechende Privatsphäre geben und höchstens Hilfestellung beim Zuknöpfen, etc. leisten. Dabei strukturiert das morgendliche Anziehen und abendlichen Ausziehen den Tag und schult dabei gleichzeitig die Feinmotorik.

An- und Ausziehen bei desorientierten Personen

Oftmals sind desorientierte Personen selbst noch in der Lage bestimmte Handlungen selber durchzuführen, da entsprechend Kraft, Geschicklichkeit und Beweglichkeit vorhanden ist.

Allerdings treten häufig Probleme auf, die Kleidung in der richtigen Reihenfolge anzuziehen oder die Person erinnert sich beispielsweise nicht mehr daran, wann das letzte Mal die Kleidung gewechselt wurde. Darüber hinaus kann es aufgrund körperlicher Einschränkungen auch sein, dass Schnürsenkel sich nicht alleine zubinden lassen oder Knöpfe nicht zugeknöpft werden können.

Sollten Sie die Kleidung zusammen mit der pflegebedürftigen Person aussuchen, achten Sie bitte darauf, dass nur anlassbezogene oder jahreszeitentsprechende Kleidung zur Auswahl angeboten wird, um eventuelle Konflikte zu vermeiden. Hilfreich ist es, Kleidung auszuwählen, welche einfach handhabbar ist. Hiermit kommt die Person leichter zurecht und es kann einfacher Hilfestellung gegeben werden.

Folgende Kleidung eignet sich bei desorientierten Personen:

- Große Klett- und Reißverschlüsse
- BHs und Kleider mit Vorderverschluss
- Locker sitzende Oberbekleidung mit weiten Ärmel und Ausschnitt
- Elastische Bünde, z.B. bei Röcken oder Hosen

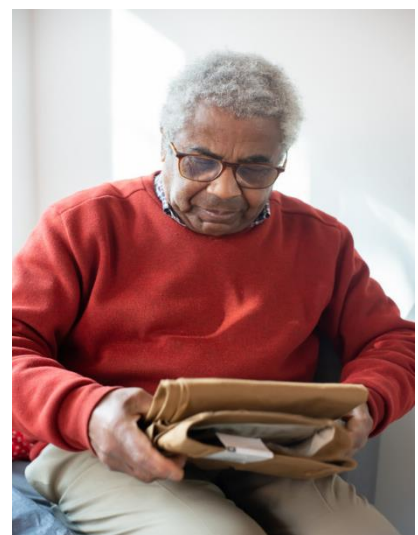


Abbildung 2

Diese Kleidungsstücke sollten eher vermeiden werden:

- Schnür- oder Schnallenschuhe
- Kleidung, die eng anliegt
- Kleidung mit Rückverschluss
- Knöpfe, kleine oder versteckte Reisverschlüsse und Haken
- Gürtel mit Schnallen

Oftmals genügt es, die Kleidung in die richtige Reihenfolge zurechtzulegen (Oberbekleidung unten, Unterwäsche obendrauf) und die Person beim Anziehen zu motivieren. Wo es nötig ist, sollte Hilfestellung geben werden, jedoch stets unter Beachtung des Erhalts der Selbstständigkeit (z.B. durch zuerst selber probieren) der pflegebedürftigen Person. Die Handlungen selber sollten immer in derselben Reihenfolge angeleitet und durchgeführt werden.

Sprechen Sie bitte mit der pflegebedürftigen Person in kurzen, ruhigen Sätzen und leiten Sie schrittweise zur Durchführung an. Loben und motivieren Sie die Person immer wieder aufs Neue.

Ein Spiegel kann abschließend zur Selbstkontrolle des eigenen Erscheinungsbildes dienen. Bei einem Kleidungswechsel sollte die Person sich nicht vollständig entkleiden, sondern erst den Ober- oder Unterkörper entkleiden und danach die frische Kleidung anziehen.

An- und Ausziehen bei Seheinschränkungen

Häufig herrscht bei seheingeschränkten Personen eine sehr strenge Ordnung im Kleiderschrank. Diese sollte jederzeit bewahrt werden, damit die Person sich in ihrem eigenen Kleiderschrank zurechtfinden kann. Nach Bedarf kann der seheingeschränkten Person bei der Kleiderauswahl geholfen werden, indem passende Kleidung in der richtigen Reihenfolge zum Anziehen bereitgelegt und beim An- und Ausziehen der Kleidung Hilfestellung gegeben wird.

Achten Sie bitte darauf, dass die Kleidung nicht verschmutzt oder beschädigt ist und akzeptieren Sie es, wenn die Person Kleidung anziehen möchte, welche optisch nicht zueinander passt -wichtig ist die Zufriedenheit der seheingeschränkten Person.

An- und Ausziehen bei halbseitiger Lähmung

Nach einem Schlaganfall kann eine halbseitige Lähmung zurückbleiben, welche unterschiedlich stark ausgeprägt sein kann.

Für betroffene Personen eignet es sich, Kleidung anzuziehen, welche ca. 1-2 Kleidungsgrößen größer sind. Bevorzugte Kleidung kann hier beispielsweise Kleidung mit Klettverschlüssen, Gummibändern oder Kleidung mit Reißverschluss vorne und großen Knöpfen sein.

Anziehen von Oberbekleidung

Beginnen Sie damit, die Kleidung mit Vorderseite nach unten auf den Oberschenkel zu legen. Der Halsausschnitt sollte dabei auf den Knien liegen. Der Ärmel für den mehr betroffenen Arm hängt zwischen den Beinen, danach sollte der stärker betroffene Arm in den Ärmel geleitet werden. Anschließend kann der andere Ärmel und mit kräftigen Armen die gesamte Oberbekleidung vollständig angezogen werden.

Ausziehen von Oberbekleidung

Das Kleidungsstück sollte mit der gesunden Hand hinten am Hals zusammengerafft werden. Der Kopf und Oberkörper beugen sich leicht nach vorne, das Kleidungsstück kann über den Kopf gezogen werden. Erst sollte mit dem weniger betroffenen, anschließend mit dem stärker betroffenen Arm aus den Ärmel geschlüpft werden.

Anziehen einer Hose im Sitzen

Die Hose im Sitzen anzuziehen sollte nur gemacht werden, sofern die Person stabil auf einen Stuhl sitzen kann.

Das stärker betroffene Bein sollte dabei über das andere Bein gelegt werden. Die Hose kann soweit wie möglich über das stärker betroffene Bein gestreift, bis der Fuß, aber noch nicht das Knie, herauschaut. Danach können die Beine wieder nebeneinandergestellt werden und die Hose über das weniger betroffene Bein, soweit wie möglich, hochgezogen werden. Anschließend sollte die Person aufstehen und die Hose über die Hüfte ziehen, damit diese nicht herunterrutscht.

Zum Schluss kann die Hose verschlossen werden, hier eignet sich eine Knopfleiste in der Regel besser, als ein Reißverschluss.

Ausziehen einer Hose im Sitzen

Öffnen Sie die Hose und schieben sie diese der pflegebedürftigen Person soweit wie möglich über die Hüfte. Anschließend sollte das Becken hochgestemmt und die Hose nach unten gezogen werden. Danach kann mit dem weniger betroffenen Bein aus der Hose geschlüpft werden. Zum Schluss wird das stärker betroffene Bein über das weniger betroffene Bein gelegt und die Hose angezogen.

Fragen zur Überprüfung des Wissens

- 1) Welche Kleidung eignet sich bei desorientierten Personen? Nennen Sie zwei Beispiele.

Antwort:

- Große Reißverschlüsse oder Klettverschlüsse
 - Röcke, BHs und Kleider mit Vorderverschluss
 - Schuhe zum Hineinschlüpfen mit rutschfester Sohle
 - Locker sitzende Kleidung mit weiten Ärmeln
 - Pullover und Blusen mit weitem Ausschnitt
 - Hüftgürtel
 - Elastische Bünde, etwa an Rücken und Hosen
- ➔ zwei Antworten sollten sinngemäß genannt werden

- 2) Wie sollten desorientierte Personen beim An- und Ausziehen von Ihnen angeleitet werden?

Antwort:

- Handlungen immer wieder in derselben Reihenfolge anleiten und durchführen
- In kurzen Sätzen und ruhig sprechen, Schrittweise zur Durchführung anleiten
- Immer wieder motivieren und loben
- Spiegel zur Selbstkontrolle des eigenen Erscheinungsbildes

- 3) Was für Kleidung sollte bei einer halbseitigen Lähmung angezogen werden?

Antwort: Kleidung sollte ca. 1-2 Kleidungsgrößen größer sein

Bevorzugte Kleidung: Klettverschlüsse, Gummibänder, mit Reißverschluss vorne und großen Knöpfen