

# Ergonomisch für mich Sicher für den Patienten

Hilfestellung beim Transfer

Alexander Urschel

# **Ergonomisch für mich**

## **Sicher für den Patienten**

- Betthöhe anpassen
- Achtung auf die eigene Haltung
- Sicherer, guter Stand
- Einsatz des ganzen Körpers
- Arbeiten mit Gewichtsverlagerung
- Ziehen ist leichter als schieben

# Ergonomisch für mich Sicher für den Patienten

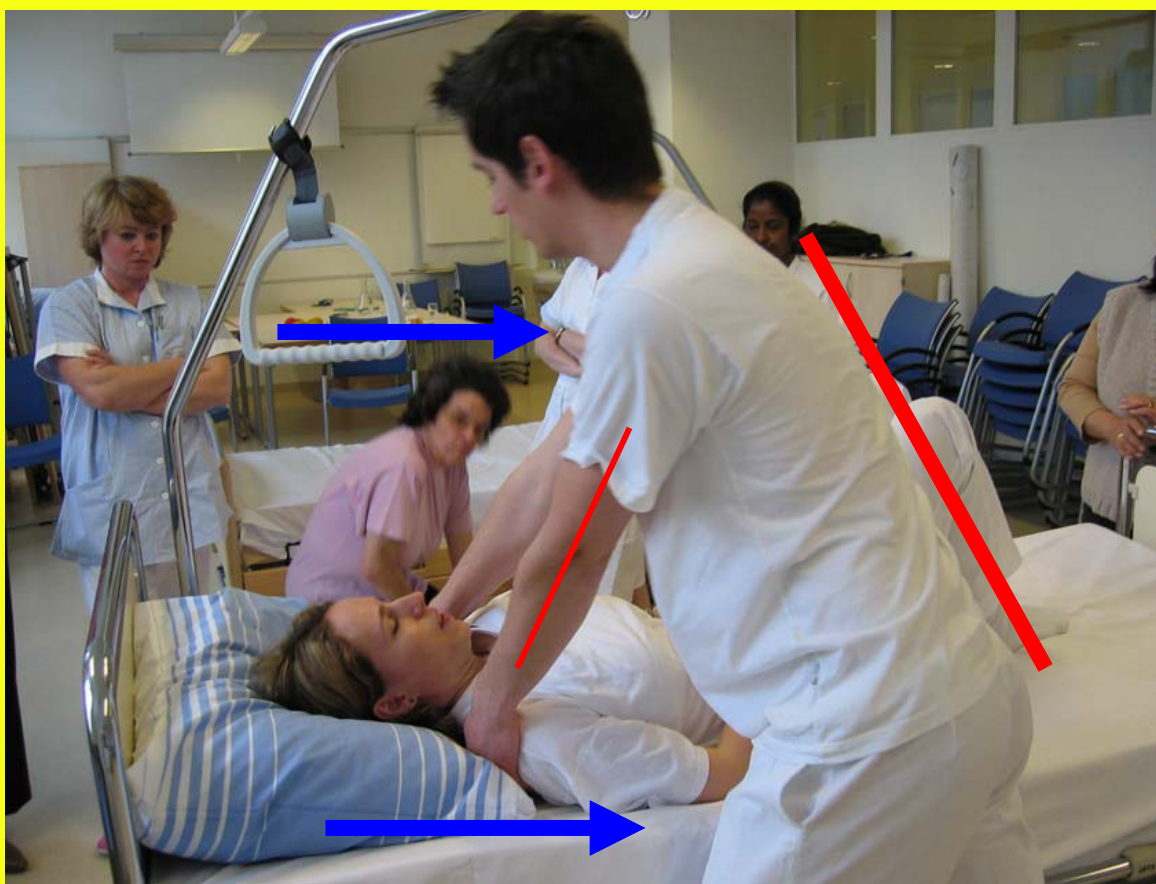
- Patientenorientiert arbeiten
  - Welche Aktivitäten sind möglich?
  - Hilfe zur Selbsthilfe
- Rumpfnah greifen
  - Schultergürtel
  - Becken
- Gelenksnah greifen

# **Ergonomisch für mich** **Sicher für den Patienten**

- Sicherer Stand
- Rutschsichere Unterlage und Schuhe
- Guter Griff
- Schwierige Transfers schrittweise erarbeiten
- Kommunikation
  - Helfer - Patient - Professionisten

# NIEMALS

- soll sich der Patient am Nacken des Helfers festhalten. Die Halswirbelsäule wird dadurch massiv überbelastet.
- zieht der Helfer den Patienten an den Extremitäten in eine andere Lage oder gar hoch.

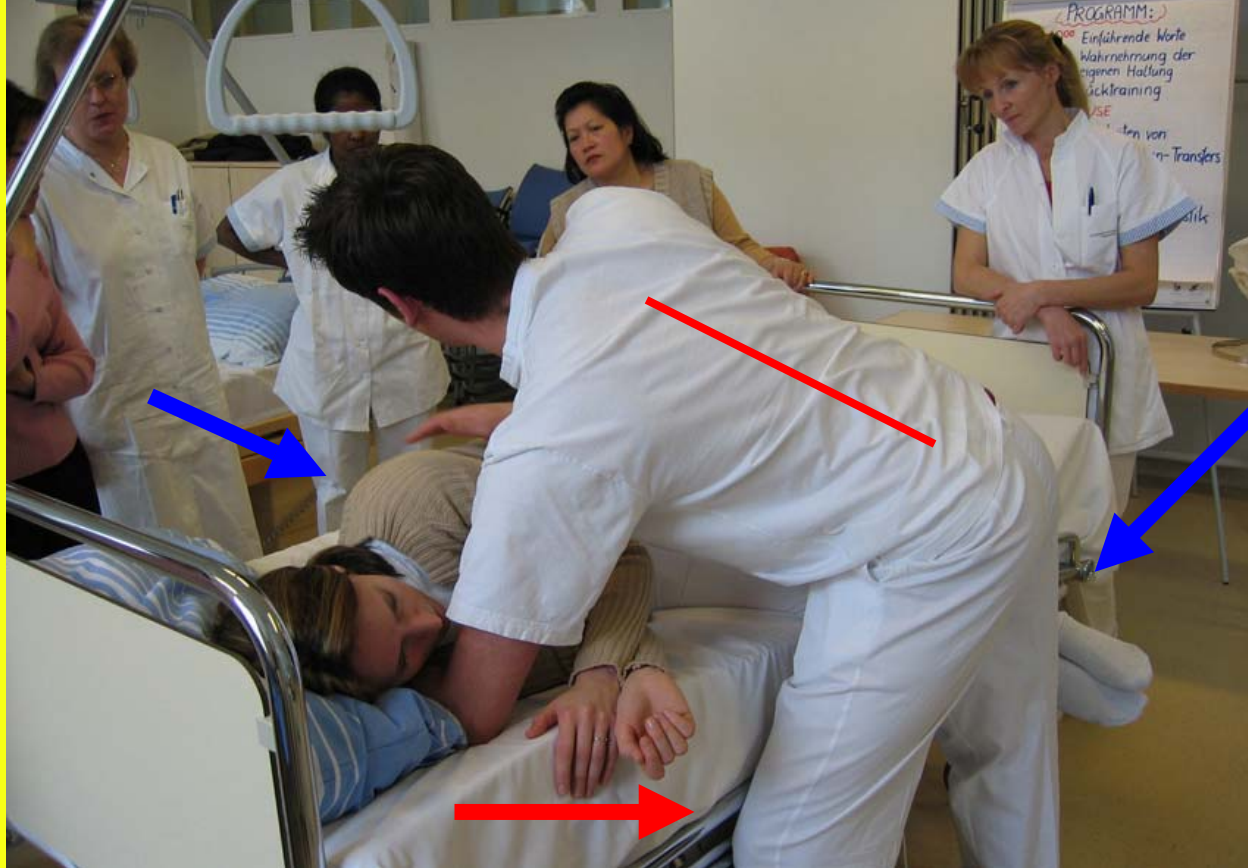


**Rücken gerade stabilisiert**

**Arme gestreckt**

**Guter, sicherer Stand**

**Gewichtsverlagerung**



- Aus der Seitlage
- Unterschenkel aus dem Bett hängend helfen durch ihr Eigengewicht beim Aufsetzen
- Hand ungefähr zwischen den Schulterblättern
- Gewicht am linken Bein

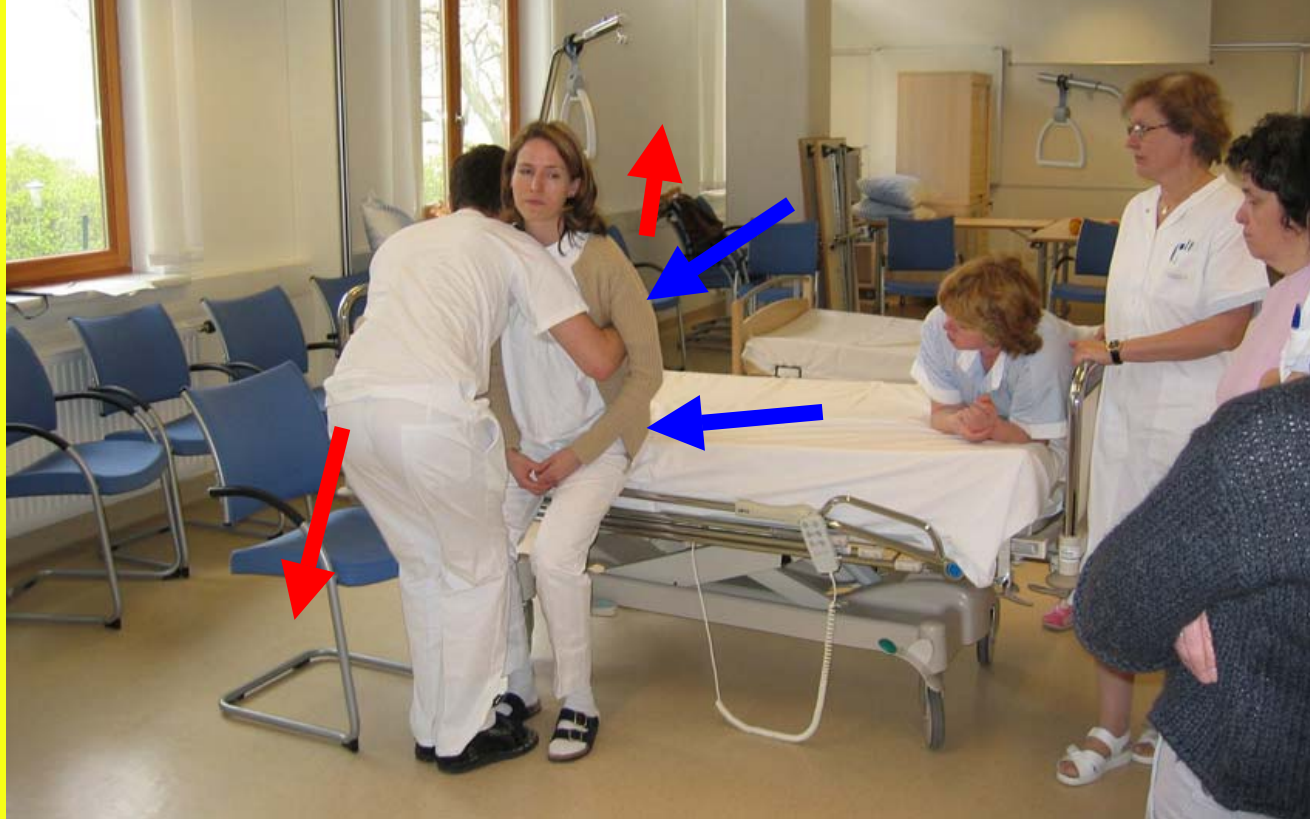


- Gewichtsverlagerung vom linken auf das rechte Bein
- Falls nötig, Kopf unterstützen
- CAVE: Kreislauf, Rumpfkontrolle





- Patient hat mit beiden Beinen Bodenkontakt
- Sichern des Patientenknies, das dem Sessel am nächsten ist. Dieses Bein bildet den Drehpunkt



- Griff an beiden Schulterblättern oder an einem Schulterblatt und unter einem Sitzbeinhöcker
- Gesäß tief nach hinten >>  
>>Gewichtsverlagerung



- Mit dem Patienten zum Sessel drehen
- **Setzen durch Gewichtsverlagerung**
- Rücken gerade, nur aus der Hüfte beugen

# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Meinen besonderen Dank den  
Lehrtherapeutinnen an der Akademie  
für Physiotherapie am KFJ

Dipl. PT Sabine Strobel

Dipl. PT Claudia Schume