

Lösungen zu Anwendungsaufgaben Unfallprävention



Inhaltsverzeichnis

1	Weiterführende Literatur	3
2	Lösungen zu Kapitel 4 – Unfallprävention in Kinderbetreuungseinrichtungen	4
3	Lösungen zu Kapitel 5 – Unfallprävention in Institutionen für Menschen mit Behinderung	6
4	Lösungen zu Kapitel 6 – Sturzprävention im Alters- und Pflegeheim und im Spital	8
5	Lösungen zu Kapitel 7 – Unfallprävention im Privathaushalt	11

1 Weiterführende Literatur

Martina Fuchs. Die Haftung des Familienhaupts nach Art. 333 Abs. 1 ZGB im veränderten sozialen Kontext

Grundlagen für verantwortliches Handeln in Alters- und Pflegeheimen, www.curaviva.ch, Fachinformationen/Publicationen (Zugriff, 31.10.2012)

Diese und viele weitere bfu-Publikationen sind auf www.bfu.ch bestellbar.

bfu-Fachdokumentationen

Sichere Bewegungsförderung bei Kindern – Leitfaden für Kindergärten, (Tages-)Schulen, Kindertagesstätten, Spielgruppen und Horte (2.081)

Training zur Sturzprävention – Manual für Kraft- und Gleichgewichtstraining zur Sturzprävention im Alter (2.104)

bfu – Sicherheitsdossier Nr. 09 – Haus und Freizeit / Unfall-, Risiko- und Interventionsanalyse (2.097), daraus besonders: Kapitel Stürze, S. 112–162 (als Pdf verfügbar)

bfu-Kinderpost

Status 2012 – Statistik der Nichtberufsunfälle und des Sicherheitsniveaus in der Schweiz (erscheint jährlich)

Sturzprävention in Alters- und Pflegeinstitutionen (2.120) erscheint Ende 2013

Bauliche Massnahmen zur Sturzprävention in Alters- und Pflegeinstitutionen (2.103) erscheint Ende 2013

Publikumsbroschüren bfu

Sicher stehen – sicher gehen – Kräftig und mobil mit dem Übungsprogramm 3 x 3

Zitate als Türöffner für Diskussionen zum Thema Unfallprävention

«Nichts geschieht ohne Risiko, aber ohne Risiko geschieht auch nichts.» (Walter Scheel)

«Menschen stolpern nicht über Berge, sondern über Maulwurfshügel.» (Konfuzius)

«Sicher ist, dass nichts sicher ist. Selbst das nicht.» (Joachim Ringelnatz)

«Unsere Sicherheiten dürfen nichts Starres werden, sonst brechen sie.» (Robert Walser)

«Vorsicht und Misstrauen sind gute Dinge, nur sind auch ihnen gegenüber Vorsicht und Misstrauen nötig.» (Christian Morgenstern)

«Vorsicht ist die Mutter der Porzellankeise.» (Redensart)

«Gehen lernen bedeutet auch stolpern ...» (ungarische Redewendung)

«Stolpern ist eine Ungeschicklichkeit, für die man nicht die Beine, sondern die Türschwelle verantwortlich macht.» (Norman Mailer)

«Leben ist immer lebensgefährlich.» (Erich Kästner)

2 Lösungen zu Kapitel 4 – Unfallprävention in Kinderbetreuungseinrichtungen

Lösungsvorschlag Aufgabe 1

In der Kita Waldrand sind mehrere Räume durch Treppen verbunden. Welche Möglichkeiten haben Sie, um die Verhältnisse und das Verhalten bezüglich der Vermeidung von Sturzunfällen zu optimieren?

Verhältnisebene

Ich schaffe Verhältnisse, damit nichts passiert.

- ▶ Handläufe sollten so ausgestaltet sein, dass sie nicht als Rutschbahn benutzt werden können. Anfang und Ende sollen je 30 cm über den An- und Austritt verlängert und so geformt sein, dass sich Kleidungsstücke nicht verfangen können. Im Bedarfsfall sind Handläufe für Kinder auf einer Höhe von ca. 65 cm anzubringen.
- ▶ Die Oberfläche der Tritte soll eben und rutschfest sein.
- ▶ Trittkanten müssen mit ausreichender Beleuchtung sichtbar gemacht werden. Zusätzlich empfiehlt es sich, sie mit einer kontrastierenden und rutschfesten Struktur zu kennzeichnen.
- ▶ Geländer und Brüstungen so sichern, dass Kinder sie nicht erklettern und übersteigen können (Höhe 100 cm, keine Öffnungen von mehr als 12 cm Durchmesser; Horizontalstreben und andere Aufstiegsmöglichkeiten vermeiden).
- ▶ Senkrechte Stäbe bei Treppen- und Balkongeländern sollten so eng gesetzt sein, dass Kinder nicht hindurchschlüpfen oder den Kopf durchstecken können. Nötigenfalls entsprechende Schutzvorrichtungen wie Netze anbringen.
- ▶ Nötigenfalls vor Treppen Schutzgitter anbringen, damit kleine Kinder nicht hinunterstürzen können.

Verhaltensebene

Ich verhalte mich so, dass nichts passieren kann.

- ▶ Treppe nicht als Ablagefläche benutzen, keine Spielzeuge oder andere Gegenstände darauf ablegen.
- ▶ Treppen nicht hinauf- oder hinunterrennen.
- ▶ Nicht in Socken herumlaufen.

Lösungsvorschlag Aufgabe 2

Spaziergänge im Freien, insbesondere das Verhalten im Strassenverkehr, sind in der Kinderbetreuung in Bezug auf die Sicherheit eine grosse Herausforderung.

Formulieren Sie sinnvolle Verhaltensregeln für Betreuungspersonen und Kinder.

- ▶ Wenn eine Gruppe von Kindern sich im Strassenverkehr bewegt, wird sie immer von mindestens zwei Aufsichtspersonen begleitet.
- ▶ Vor dem Verlassen des Hauses wird genau abgesprochen, welche Begleitperson für die Beaufsichtigung welcher Kinder zuständig ist.
- ▶ Den Kindern wird vorgängig das korrekte Verhalten erklärt (z. B. «Warte – Luege – Lose – Laufe» beim Überqueren der Strasse, auf der Strasse nie rennen, einander nicht herumschubsen).
- ▶ Um die Kinder im Auge und unter Kontrolle zu haben, können sie an einem Seil geführt werden. Jedes Kind hält sich auf der verkehrsabgewandten Seite eines zwischen einer vorangehenden und einer den Abschluss bildenden erwachsenen Person gespannten Seils fest (siehe Abb. 10, Seite 16).

Lösungsvorschlag Aufgabe 3

Wo gibt es in der Kita Gefahrenquellen für Verbrühungen? Welche Massnahmen zur Verhinderung ergreifen Sie?

Verbrühungen können sich überall ereignen, wo mit Dampf oder heissen Flüssigkeiten hantiert wird (Küche, Essen, Getränke, Badezimmer, Bügeln, Wärmeflaschen etc.).

Um den Kontakt mit Dampf und heissen Flüssigkeiten zu vermeiden, gibt es eine Anzahl wirksamer Massnahmen:

- ▶ Beim Kochen einen Kinderherdschutz verwenden oder nur hintere Platten benützen und Pfannenstiele nach hinten richten.
- ▶ Pfannen und Gefässe mit heissem Kochgut nicht in Reichweite eines Kindes abstellen.
- ▶ Kinder nie allein am gedeckten Tisch lassen. Darauf achten, dass Kinder von ihrem Platz aus keine gefährlichen Gegenstände (heisse Teekannen, Suppenschüsseln usw.) erreichen können.
- ▶ Kind erst in die Badewanne setzen, wenn die Temperatur (ideal 35–37 °C) mit dem Thermometer oder Ellbogen überprüft wurde. Nie heisses Wasser hinzugeben, während ein Kind badet.
- ▶ Heizkissen oder Wärmeflaschen nur zum Vorwärmen benützen. Sie dürfen nicht heisser als 40 Grad sein.
- ▶ Heisse Heizkörper und Luftbefeuchter (Heisswassergeräte, deren Inhalt überschwappen kann) ausser Reichweite von Kindern aufstellen oder nötigenfalls Schutzgitter anbringen.

3 Lösungen zu Kapitel 5 – Unfallprävention in Institutionen für Menschen mit Behinderung

Lösungsvorschlag Aufgabe 1

Sie planen einen Ausflug mit Ihrer Wohngruppe.

a) Welche Gedanken machen Sie sich im Vorfeld zur Organisation des Anlasses? Beschreiben Sie mögliche Risiken.

- ▶ Durchführbarkeit prüfen: Wetter, Betreuungspersonal (genügende Anzahl Personen verfügbar?), realistische Zeitplanung, Erreichbarkeit des Zielorts (möglichst wenig umsteigen, angepasst an Ressourcen der Bewohner?) etc.
- ▶ Sicherheitsrichtlinien der Institution beachten.
- ▶ Notfallkonzept erstellen und mit Vorgesetzten besprechen (z. B. Erreichbarkeit nächstes Spital, Arzt).
- ▶ Jemand könnte sich verlaufen, in einen falschen Zug einsteigen, verloren gehen. Bewohnerinnen haben Notfallzettel mit Kontaktdaten bei sich.
- ▶ Informationen über eventuelle Allergien der Teilnehmer einholen und für den Notfall die nötigen Medikamente mitnehmen.
- ▶ Notfallapotheke mitnehmen, um kleinere Verletzungen wie Schürfwunden, Prellungen, Insektenstiche etc. behandeln zu können.
- ▶ Auf eventuelles Erbrechen während einer Autofahrt vorbereitet sein.

b) Welche Interventionsmöglichkeiten haben Sie bei der Planung und Durchführung eines Ausflugs? Füllen Sie die unten stehende Tabelle aus.

Verhältnisebene

Ich schaffe Verhältnisse, damit nichts passiert.

- ▶ Routenwahl, -planung an Bewohner angepasst gestalten. Rechtzeitiges Planen und Rekognoszieren der Route.
- ▶ Planung durch Vorgesetzte genehmigen lassen.
- ▶ Stressfaktoren vor, während und nach dem Ausflug eliminieren. Weniger ist mehr (nicht zu viele Programmpunkte einplanen).
- ▶ Notfallapotheke zusammenstellen/überprüfen und mitnehmen.
- ▶ Notfallnummern, Handy usw. griffbereit haben.

Verhaltensebene

Ich verhalte mich so, dass nichts passieren kann.

- ▶ Regelmässig Erste-Hilfe- und CPR-Kurse besuchen.
- ▶ Während des Ausflugs ist eine Kontaktperson im Heim informiert, die im Notfall angerufen werden kann. Programm- und Routenänderungen werden kommuniziert.
- ▶ Die Anzahl Betreuungspersonen muss den Ressourcen der Bewohnerinnen angepasst sein.
- ▶ Verhaltensregeln definieren und konsequent einhalten.

Lösungsvorschlag Aufgabe 2

Bei welchen Alltagsaktivitäten sind Verbrennungen eine potenzielle Gefahr?

Beschreiben Sie drei typische Situationen und die dazugehörigen Präventionsmöglichkeiten. Verwenden Sie ebenfalls die unten stehende Tabelle.

1. Kochen mit den Bewohnern
2. Basteln
3. Duschen/Baden

Verhältnisebene

Ich schaffe Verhältnisse, damit nichts passiert.

- ▶ Arbeitsplatz gut organisieren, alle Utensilien bereitstellen und nach Gebrauch abwaschen und wegräumen.
- ▶ Geeignete Pfannen wählen (geeignete Grösse, Henkel und Stiel sollten nicht heiss werden).
- ▶ Topflappen etc. bereitlegen.
- ▶ Wassermischer mit Verbrühschutz installieren (dieser beschränkt die Heisswassertemperatur).

Verhaltensebene

Ich verhalte mich so, dass nichts passieren kann.

- ▶ Ressourcen der Bewohnerinnen kennen.
- ▶ Mit den Bewohnern den Umgang mit Kochherd, Backofen und heissen Gerichten bzw. Heissleim, Geräten im Werkraum etc. üben.
- ▶ Hilfsmittel wie Topflappen etc. richtig benutzen.
- ▶ Temperaturregler erklären, Handhabung üben. Erklären, wie man Temperatur überprüfen kann (z. B. mit dem Ellbogen).
- ▶ Aufmerksam sein und konzentriert arbeiten. Bewohnerinnen beobachten und nötigenfalls eingreifen.

Lösungsvorschlag Aufgabe 3

Entwickeln Sie für Ihre Institution sechs Regeln zur Prävention von Elektrounfällen.

- ▶ Elektrogeräte sofort und nach jedem Gebrauch gereinigt an ihren angestammten Platz versorgen.
- ▶ Elektrogeräte werden nur dann benutzt, wenn der Wasserhahn zuge dreht ist.
- ▶ Elektrogeräte werden immer wieder auf ihre Funktionstüchtigkeit geprüft. Defekte Geräte werden fachgerecht entsorgt oder zur Reparatur gebracht.
- ▶ Die Kabel der Elektrogeräte werden aufgerollt und überprüft.
- ▶ In der Wohngruppe werden alle Steckdosen mit Kindersicherungen versehen.
- ▶ So viele Fehlstromschutzschalter wie notwendig installieren lassen.
- ▶ Es wird immer wieder neu definiert, welche Bewohner den Umgang mit gewissen Elektrogeräten selbstständig meistern können und wer Hilfe braucht.

4 Lösungen zu Kapitel 6 – Sturzprävention im Alters- und Pflegeheim und im Spital

Anwendungsaufgaben im Alters- und Pflegeheim

Lösungsvorschlag Aufgabe 1

Sie gehen am Morgen ins Zimmer von Frau Bühlmann. Diese muss jeweils geweckt werden, dann wird sie bei der Morgentoilette unterstützt und zum Frühstück gebracht. Frau Bühlmann ist heute ganz blass und sagt, es gehe ihr nicht gut. Welche Überlegungen treffen Sie, bevor Sie Frau Bühlmann mobilisieren?

Was fehlt ihr – was ist zu tun?

- ▶ Vitalzeichenkontrolle: Blutdruck, Puls und Temperatur (Puls leicht erhöht, sonst normale Werte).
- ▶ Frau Bühlmann fragen, ob sie genauer sagen kann, was ihr fehlt, sie klagt nur über Bauchschmerzen.
- ▶ Druckdolenz im Unterbauch prüfen.
- ▶ Urin untersuchen.

Mögliche Massnahmen:

- ▶ Bauch untersuchen.
- ▶ Tee bringen.
- ▶ Ärztin informieren.
- ▶ Medikamente verabreichen.
- ▶ Frühstück ans Bett bringen.
- ▶ Regelmässige, minimal stündliche Kontrolle, bis Zustand stabil ist.

Hinweis:

Bei Bewohnerinnen, die gut Auskunft geben können, immer zuerst konkret nachfragen, so findet man die Ursache am leichtesten. Im Beispiel sagt Frau Bühlmann, sie habe Bauchschmerzen. Wenn Frau Bühlmann aufgestanden wäre und schnell zur Toilette hätte gehen wollen, wäre das Sturzrisiko gross gewesen. Bei einer unspezifischen Schmerzmittelabgabe wäre dieses Risiko aufgrund einer möglichen Bewusstseinstäubung durch das Schmerzmedikament ebenso erhöht.

Lösungsvorschlag Aufgabe 2

Herr Kern ist heute im Pflegeheim eingezogen. Sie haben ihn am Empfang abgeholt und begrüsst. Er geht etwas schief an einem Stock. Seine Hose ist zu lang und scheint ihm auch zu gross zu sein. Herr Kern trägt offene Schuhe (Slippers). Was könnte hier auf eine Sturzgefahr hinweisen?

Was stimmt nicht – was ist zu tun?

- ▶ Warum geht Herr Kern am Stock?
- ▶ Er könnte auf die Seite kippen.
- ▶ Er könnte über die Hosenstösse stolpern.
- ▶ Waren ihm die Hosen schon immer zu gross oder hat er abgenommen?

Mögliche Massnahmen:

- ▶ Ihn oder Angehörige fragen, warum er einen Stock braucht.
- ▶ Hosenstösse hochkrempeln und/oder Hosenträger anziehen.
- ▶ Bei der Anamneseerhebung ihn selbst, seine Angehörigen und den Hausarzt nach dem möglichen Grund für den Gewichtsverlust fragen.
- ▶ Ihn am Anfang oft begleiten, damit er sich zurechtfindet und Unterstützung hat.
- ▶ Physiotherapie wegen Gehhilfenkontrolle anfragen, evtl. Zeugnis für Physiotherapie einholen.
- ▶ Kraft- und Gleichgewichtstraining zur Verbesserung der Gehfähigkeit durchführen.

Hinweis:

Herr Kern hat im letzten halben Jahr wirklich acht Kilo abgenommen, da er nicht mehr richtig gekocht hat. Er hat also auch eine Muskelschwäche, deshalb muss die mangelhafte Ernährung, die labile Gehfähigkeit und der Umstand des Eingewöhnens bei der Sturzprävention beachtet werden.

Lösungsvorschlag Aufgabe 3

Frau Hinder hat eine Demenz und geht immer sehr unruhig im Haus umher. Sie ist schon mehrfach gestolpert und gestürzt, weil sie die Schuhe auszieht oder nicht anzieht usw. Heute wollen Sie herausfinden, ob Sie da nicht etwas machen könnten. Wie gehen Sie vor?

Was stimmt nicht – was ist zu tun?

- ▶ Warum ist Frau Hinder so unruhig?
- ▶ Schuhe überprüfen.
- ▶ Tagesrhythmus anschauen.

Mögliche Massnahmen:

- ▶ Mit Frau Hinder versuchen ein Gespräch zu führen, z. B. mit ihr einen Kaffee trinken gehen.
- ▶ Oder die Angehörigen fragen, was die Unruhe bedeuten könnte, Biografie erheben.
- ▶ Diverse Aktivitäten ausprobieren und herausfinden, was Frau Kern gerne machen möchte, z. B. Bücher anschauen, Musik hören, stricken, singen, zeichnen usw.
- ▶ Dem Tag eine konkrete Struktur geben, damit sie weiss, was sie wann machen kann.

Hinweis:

Frau Kern ist so unruhig, weil sie immer das Gefühl hat, irgendetwas erledigen zu müssen, obwohl sie nie genau weiss, was sie tun muss. Sie war immer berufstätig und hat zwei Kinder erzogen. Mit einer Tagesstruktur und zu ihr passenden Tätigkeiten wird sie viel ruhiger. Sie sitzt gerne mit anderen zusammen, hört zeitweise Musik oder Geschichten und strickt Winterschals für ihre Kinder.

Anwendungsaufgaben im Spital

Lösungsvorschlag Aufgabe 1

Herr Feller ist ein junger Patient, der seit Neuestem starke Psychopharmaka erhält. Er klagt über Schwindel. Was raten Sie ihm konkret, um Stürze zu vermeiden?

- ▶ Herrn Feller darüber informieren, dass er sich, wenn er vom Bett aufstehen will, zuerst an den Bettrand setzen soll, die Füße bewegen, ruhig atmen und erst dann aufstehen, wenn er sich sicher fühlt. Bei Unsicherheit soll er klingeln.
- ▶ Sein Blutdruck sollte gemessen werden.

Lösungsvorschlag Aufgabe 2

Herr Krainovic leidet unter Demenz und ist oft stark verwirrt. Er vergisst, die Schuhe anzuziehen, oder zieht nur einen an, er vergisst den Rollator und wandert nachts im Korridor umher. Welche Massnahmen können Sie ergreifen, um das Risiko eines Sturzes zu minimieren?

- ▶ Klingelmatte auf den Boden legen. Sobald Herr Krainovic aufsteht, klingelt es im Stationszimmer. Das Personal kann dann nachschauen, ob der Klient so angezogen ist, dass das nächtliche Umhergehen ungefährlich ist.
- ▶ Eine andere Variante sind Socken mit Gumminoppen. Mit diesen könnte er schlafen. Wenn er aufwacht und umherwandert, ist er sicherer als barfuss oder mit nur einem Schuh.
- ▶ Sinnvoll ist es, wenn es im Korridor überall Sitzgelegenheiten gibt.

Lösungsvorschlag Aufgabe 3

Herr Moor hatte eine Appendektomie (Entfernung des Blinddarms). Er kommt vom Aufwachraum und scheint noch etwas benommen, die Vitalzeichen sind im Normbereich. Nun klingelt er und sagt, er müsse zur Toilette. Was tun Sie?

- ▶ Patienten postoperativ niemals alleine aufstehen lassen. Sie sollten sich an den Bettrand setzen, ruhig atmen und die Füße bewegen, damit der Kreislauf in Schwung kommt.
- ▶ Das Bett ausnahmsweise auf der untersten Stufe belassen, falls der Patient beim Aufstehen doch kollabieren sollte.
- ▶ Danach den Patienten zur Toilette und zurück begleiten.
- ▶ Wenn diese Erstmobilisation gut ging, dann darf der Patient die weiteren Male selbstständig aufstehen.

5 Lösungen zu Kapitel 7 – Unfallprävention im Privathaushalt

Lösungsvorschlag Aufgabe 1

a) Nennen Sie drei gesundheitsbedingte Sturzrisiken bei älteren Personen. An wen wenden Sie sich, wenn Sie vermuten, dass eine gesundheitliche Ursache für einen Sturz oder ein erhöhtes Sturzrisiko vorliegt?

- ▶ Kreislaufprobleme, Blutdruckschwankungen: führt z. B. zu Schwindel, Schwarzwerden vor den Augen.
- ▶ Nach- oder Nebenwirkungen von Schlaf- und Schmerzmitteln: Benommenheit, Schwindel, verlangsamte Reaktionen.
- ▶ Neurologische Erkrankungen: Parkinson, Apoplexien (Schlaganfälle), Demenz, Anheben der Füße verzögert oder nicht mehr möglich, schlurfender Gang.
- ▶ Allgemeine körperliche Schwäche, Schmerzen in Rücken und Gelenken: Bewegungsabläufe nicht mehr fließend.
- ▶ Seh- und Hörprobleme: plötzliches Erschrecken durch unerwartete Geräusche oder Bewegungen.

Ansprechpersonen sind Klienten selber, Angehörige, Hausärztin, Pflegefachpersonen des Spitex-Teams.

b) Welche Einrichtungselemente in einem Privathaushalt (bei Alt und Jung) bergen besondere Sturzgefahren? Gehen Sie in Gedanken durch eine Wohnung, die Sie in den letzten Monaten besucht haben. Nennen Sie mindestens drei Einrichtungselemente und notieren Sie, was Sie zur Sicherheit vorkehren oder veranlassen könnten.

- ▶ Rutschende oder Falten werfende Teppiche, Bettvorlagen, Matten. Aufstehende Ecken mit Spezial-Klebeband festkleben, ausreichend grosse Gleitschutzmatten platzieren, Neugummierung vornehmen oder Teppiche ganz entfernen. Dabei aber bedenken, dass Teppiche Stürze auch abmildern können (Parkett ist sehr hart).
- ▶ Kleinmöbel wie Couchtisch, Beistelltischchen: Personen mit Gehunsicherheiten stützen sich häufig darauf ab. Darauf achten, dass sie stabil und kippsicher sind, die riskanten Möbel aus dem Weg räumen, Durchgänge frei halten.
- ▶ Bodenvasen, Schirmständer, Garderobenständer so positionieren, dass immer ein freier Durchgang möglich ist, auch mit Gehhilfen wie Stöcken oder Rollator.
- ▶ Beim Baden und Duschen: immer gut haftende Badematten verwenden, Duschbretter einsetzen, Haltegriffe oder Sitzgelegenheiten anbringen.
- ▶ Ungeeignete Beleuchtung – zu schwach oder blendend: Hindernisse werden übersehen oder falsch eingeschätzt. Lampen anders ausrichten, indirektes Licht, Nachtlicht mit Bewegungsmelder für nächtliches Aufstehen montieren.
- ▶ Frei liegende Kabel, Verlängerungskabel, Kabel den Wänden entlang fixieren, Zusatzsteckdosen montieren lassen.
- ▶ Tritthocker, Trittleitern: nur standfeste, rutschgesicherte Modelle verwenden, bei sturzgefährdeten Personen möglichst Verwendung vermeiden (Gebrauchsgegenstände in Reichweite anordnen).

Lösungsvorschlag Aufgabe 2

In Ihrem Spitex-Alltag haben Sie Einblick in sehr unterschiedlich ausgestattete Haushalte. Viele ältere Menschen benutzen Dinge, die teilweise seit Jahrzehnten in Gebrauch sind und die sie nicht missen möchten («es ist noch nie etwas passiert»). Die meisten Leute benutzen Steh- und Tischlampen oder Spots für eine angenehme Beleuchtung. Zum Alltag gehören Radio- und Fernsehgeräte, Küchengeräte (Mixer, Toaster, Küchenmaschine, Kaffeemaschine, Kocher etc.), Körperpflegeutensilien (Föhn, elektrische Zahnbürste etc.). Nicht selten werden Zusatzheizungen (Strahler und Radiatoren) benutzt für die Übergangszeit oder in einzelnen als zu kühl empfundenen Räumen.

Worauf achten Sie, wenn Sie elektrische Geräte bei Klienten benutzen?

a) Was gilt immer und bei allen Geräten?

- ▶ Kabel, Stecker und Steckdosen müssen intakt sein.
- ▶ Reparaturen nur vom Fachmann ausführen lassen.

b) Was gilt es besonders zu beachten in Nassräumen?

- ▶ Elektrische Geräte wie Föhn nie in der Nähe von Wasser (Badewanne, Lavabo) einsetzen.
- ▶ Heizstrahler sollten in sicherem Abstand von brennbaren Materialien fest montiert sein.
- ▶ Nur gesicherte Geräte verwenden (mit Thermostat, Abschaltautomatik, FI-Schalter).

c) Was ist in der Küche besonders zu beachten?

- ▶ Elektrogeräte wie Küchenmaschine, Kaffeemaschine, Fritteuse, Toaster müssen sicher stehen und Abstand zu Spülbecken und Herdplatten haben.
- ▶ Kabel dürfen nicht mit heißen Teilen in Berührung kommen.
- ▶ Herdplatten, Backofen: keinesfalls brenn- oder schmelzbare Dinge drauf und darin deponieren, nach Gebrauch auskühlen lassen.
- ▶ Kochgut und Dampfkohtöpfe nicht unbeaufsichtigt lassen.
- ▶ Bei Kindern im Haushalt: Herd mit Schutzvorrichtung sichern (auch gegen Verbrennungen, Verbrühungen).

Lösungsvorschlag Aufgabe 3

Sie kochen oft mit älteren Personen. Viele von ihnen haben Empfindungsstörungen in den Händen (Tastsinn ist beeinträchtigt) oder sie können Dinge nicht mehr gut greifen und tragen. Manchmal tritt auch ein Zittern auf.

Woran denken Sie beim gemeinsamen Kochen, was tun Sie, um Verletzungen zu vermeiden?

- ▶ Im Sitzen rüsten (an gute Beleuchtung denken), genügend Zeit einplanen, die Klientin bestimmt Tempo. Unzerbrechliche Schüsseln bevorzugen.
- ▶ Dinge übersichtlich anordnen.
- ▶ Nicht mehr benötigtes Material sofort aufräumen.
- ▶ Mit trockenen Händen arbeiten und Messer mit griffigem Handgriff verwenden, damit man nicht abrutscht.
- ▶ Eher kleine Pfannen und solche mit zwei Handgriffen benutzen lassen.
- ▶ Um das Essen von der Kochstelle zum Tisch zu transportieren, einen Rollwagen oder die Abstellfläche des Rollators benutzen.
- ▶ Verschüttetes auf Boden, Herd, Tisch sofort wegputzen und trocknen.
- ▶ Beim Abwaschen Schaumbildung vermeiden, da man sonst spitze oder scharfe Gegenstände nicht im Wasser liegen sieht.