



ORIENTIERUNGSKURS: „WAS TUN BEI PFLEGEBEDÜRFTIGKEIT“

- Von der Antragsstellung bis zur Leistungsgewährung
- Die Pflegetätigkeit – eine anspruchsvolle Aufgabe
- Änderungen von Lebensgewohnheiten
- körperliche und psychische Belastungen
- Bedeutung von Ruhe- und Erholungsphasen und intakten sozialen Netzwerken
- Zu Hause wohnen – Unterstützung annehmen
- Ambulante Pflegedienste
- Tages-/ und Nachtpflege
- Kurzzeitpflege
- Verhinderungspflege
- Essen auf Rädern
- Einkaufshilfe, Begleitsdienst
- Hausnotrufdienst
- ambulante Rehabilitation
- Hilfsmittel
- Wohnungsanpassung
- Hilfe durch Verwandte und Nachbarschaft

PFLEGEKURS 1: Für pflegenden An- und Zugehörige

Der Pflegekurs beinhaltet im Regelfall folgende Themen und Inhalte:

Teil 1

Einführung zum Basis-Pflegekurs gemäß § 45 SGB XI

- Zielsetzung des Pflegekurses
- Aufbau des Pflegekurses
- Kennenlernen der Teilnehmenden
- Die individuelle häusliche Pflegesituation: Möglichkeiten und Grenzen des Pflegekurses
- Der/die Pflegebedürftige – Wahrnehmen und Beobachten des Pflegebedürftigen
- Ausstattung von Wohnung/Zimmer und Bett eines Pflegebedürftigen
- Beobachten und Wahrnehmen des somatischen und psychischen Befindens

Teil 2

Die individuelle Versorgung der/des Pflegebedürftigen, insbesondere

- schonender Kleiderwechsel,
- Körperpflege (inkl. Zahn- und Mundpflege, Haarwäsche),
- Richten und Beziehen des Bettes eines bettlägerigen Pflegebedürftigen
- Vermeidung einer Pneumonie
- Selbstsorge: Lebensrhythmen in der Pflegebeziehung – Freiräume schaffen

Teil 3

Mobilisation

- Bedeutung von Bewegung
- Bewegung und Lagern im Bett, Transfer vom Bett in einen Rollstuhl, Einsatz von Hilfsmittel
- Hilfe beim Gehen und Stehen
- Motive für Bewegung identifizieren (Biographie)
- Vermeidung von Dekubitus,
- Vermeidung von Kontrakturen,
- Vermeidung von Thrombose,
- Vermeidung von Stürzen
- Selbstsorge: eigene Grenzen kennen
- Ermitteln der körperlichen belastenden Tätigkeiten
- Rückenschonend arbeiten
- Pflegealltag planen – Hilfe annehmen

Teil 4

Ressourcen von pflegenden An- und Zugehörigen erhalten

- „Verpflichtung“ zur Pflege der/des Pflegebedürftigen vs. „Verpflichtung“ zur Selbstpflege
- Physische und psychische Belastungen
- Umgang mit Belastungen
- Anregung zur Selbstpflege – (eigene Bedürfnisse wahrnehmen, früheren Gewohnheiten oder Hobbys nachgehen, Auszeit nehmen etc.)
- Hindernisse auf dem Weg zur Selbstpflege
- Entlastungsangebote
- Hilfsnetzwerk erarbeiten (Wen kann ich wann fragen?)



Teil 5

Ernährung und Nahrungsaufnahme / Ausscheidung

- Essen und Trinken einer/eines immobilen Pflegebedürftigen,
- Essen und Trinken – Besonderheiten bei Schluckproblemen,
- gesunde Ernährung einer/eines Pflegebedürftigen
- Umgang mit Inkontinenz-/Kontinenzförderung (Unterstützung einer normalen Urinausscheidung, Probleme bei der Darmentleerung, Stuhlinkontinenz oder Harninkontinenz),
- Hilfsmittel bei Inkontinenz
- Hygiene in der Häuslichkeit
- Selbstsorge: Umgang mit Scham und Ekel

Teil 6

Betreuungsrecht

- amtliche Betreuung,
- Arten von Vollmachten,
- Freiheitsentziehende Maßnahmen
- Selbstsorge: Soziale Netzwerke pflegen

PFLEGEKURS 2:

Zur Unterstützung pflegender Zu- und Angehöriger im Alltag

Der Pflegekurs beinhaltet in der Regel folgende Themen und Inhalte:

Teil 1

Einführung zum Pflegekurs

- Zielsetzung des Pflegekurses
- Aufbau des Pflegekurses
- Kennenlernen der Teilnehmenden
- Die individuelle häusliche Pflegesituation: Möglichkeiten und Grenzen des Pflegekurses
- Unterstützung pflegender Zu- und Angehöriger – Welche Möglichkeiten bietet die Pflegeversicherung?
- Information zu den Grundleistungen (Geldleistung, Sachleistung, Kombination von Geld- und Sachleistung, Entlastungsbetrag, Umwandlungsanspruch)

- Information zu den Leistungsarten ambulanter Pflege (Verhinderungspflege, Tagespflege/Nachtpflege, Beratung nach § 37 SGB XI, häusliche Schulungen nach § 45 SGB XI)
- Präventions-/ Rehabilitationsmaßnahmen

Teil 2

Ernährung und Nahrungsaufnahme

- Essen und Trinken – Besonderheiten bei Schluckproblemen,
- Ernährung mit einer PEG-Sonde,
- Essen und Trinken bei Stoffwechselerkrankungen,
- Vorbeugung von Mangel – und Fehlernährung,
- Medikamentenaufbewahrung und -Verabreichung
- Selbstsorge: Zeit für Regeneration – Möglichkeiten der Erholung

Teil 3

Mobilisation und Wohnraumgestaltung

- Hilfsmittel zur Bewältigung von Alltagssituationen,
- technische Hilfsmittel,
- Wohnraumanpassung
- Selbstsorge: Selbsthilfeorganisationen – Hilfe durch Kontakt zu anderen Betroffenen

Teil 4

Besondere Pflegesituationen (Themenwahl entsprechend dem Wunsch der Gruppe), z.B.

- Herausfordernde Verhaltensweisen bei Menschen mit Demenz,
- Pflegebedürftige Kinder,
- Umgang mit Sterben und Tod,
- andere Themen nach Interesse der Teilnehmenden

Teil 5

Belastung erkennen – Unterstützung annehmen

- Physische und psychische Belastungen erkennen und vorbeugen
- Pflegealltag planen – Hilfe annehmen
- Entlastungsangebote der Region (Tagespflege-/Kurzzeitpflegeeinrichtungen, niederschwellige Angebote, Selbsthilfegruppen, Verbände von Betroffenen etc.)



SPEZIALPFLEGEKURS

Pflegekurs für pflegende An- und Zugehörige von schwerstkranken und sterbenden Menschen

Der Pflegekurs beinhaltet in der Regel folgende Themen und Inhalte:

Teil 1

Pflege eines schwerstkranken oder sterbenden Menschen

- bei körperlicher Schwäche,
- bei Schmerzen insbesondere
- schonender Kleidungswechsel,
- Körperpflege (inkl. Zahn- und Mundpflege, Haarwäsche),
- Richten und Beziehen des Bettes eines bettlägerigen Pflegebedürftigen

Teil 2

Pflege eines schwerstkranken oder sterbenden Menschen, insbesondere

- Essen und Trinken – Besonderheiten bei immobilen Pflegebedürftigen
- Essen und Trinken bei Schluckproblemen
- Essen und Trinken bei Appetitlosigkeit/Übelkeit
- Bewegen und Lagern im Bett, Transfer vom Bett in einen Rollstuhl, Einsatz von Hilfsmittel

Teil 3

Umgang mit Sterben und Tod

- Mögliche Wünsche und Bedürfnisse von schwerstkranken und sterbenden Menschen
- Häufig auftretende Ängste und Belastungen pflegender An- und Zugehöriger
- Kommunikation am Lebensende

Teil 4

Unterstützung bei der Begleitung von schwerstkranken oder sterbenden Menschen

- Schaffen von guten Bedingungen für die häusliche Pflege,
- Unterstützung durch ambulante Dienste/Betreuungsdienste, weitere pflegerische Angebote
- ambulante Hospizdienste, stationäre Hospize
- Palliativstationen im Krankenhaus

Teil 5

Der letzte Wille

- Patientenverfügung (u. a. zu Sondenernährung, lebensverlängernden Maßnahmen),
- Testament,
- erste Schritte nach Eintritt des Todes

Teil 6

Abschiednehmen

- Möglichkeiten des Abschiednehmens
- Bedeutung von Trauer (Trauer zulassen und bewältigen)
- Unterstützung für Trauernde

SPEZIALPFLEGEKURS

Pflegekurs für pflegende An- und Zugehörige von Menschen mit Demenz

Der Pflegekurs beinhaltet im Regelfall folgende Themen und Inhalte:

Teil 1

Demenz

- Formen von Demenz
- Erscheinungsbild und Verlauf von Demenzerkrankungen
- Selbstsorge: Lebensrhythmen in der Pflegebeziehung – Freiräume schaffen

Teil 2

Verwirrte Menschen verstehen

- Die Realität dementiell erkrankter Menschen,
- Krankheitserleben und Gefühlswelt dementiell erkrankter Menschen,
- herausfordernd erlebtes Verhalten,
- häufige Reaktionen von dementiell erkrankten Menschen,
- Hin-/ Weglauftendenzen,
- Unruhe,
- Verweigerung,
- Bedeutung des Selbstwertgefühls für Erkrankte
- Selbstsorge: psychische Belastungen erkennen – Krankheiten vorbeugen



Teil 3

Bewältigungsstrategien für pflegende An- & Zugehörige

- hilfreiche Kommunikation mit dem demenziell erkrankten Menschen führen,
- hilfreicher Umgang mit dem demenziell erkrankten Menschen,
- Orientierungshilfen um Umfeld schaffen,
- Unfälle und Gefahren vorbeugen
- Selbstsorge: Entspannungstechniken kennen und anwenden

Teil 4

Für Entlastung sorgen – Verantwortung teilen

- körperliche und psychische Belastungen von pflegenden An- & Zugehörigen / Änderung der Lebensgewohnheiten,
- Bedeutung von Ruhe- und Erholungsphasen und sozialen Netzwerken,
- regionale Unterstützungsmöglichkeiten: Beratungsstellen, Pflegestützpunkte, Selbsthilfegruppen
- Entlastung durch externe Unterstützung bei der Pflege und Betreuung (privates Netzwerk – Verwandte, Nachbarn und ehrenamtlich Tätige - / verschiedene pflegerische Angebote von Pflegeeinrichtungen)

Teil 5

Pflegerische Versorgungsangebote zur Unterstützung und Entlastung

- niederschwellige Betreuungsangebote,
- gerontopsychiatrische Tagespflegeeinrichtungen,
- Kurzzeitpflegeeinrichtungen,
- ambulant betreute Wohngemeinschaften,
- Haus-Notrufsystem
- Selbstsorge: Zeit für Regeneration – Möglichkeiten der Erholung

Teil 6

Betreuungsrecht

- amtliche Betreuung,
- Arten von Vollmachten,
- freiheitsentziehende Maßnahmen
- Selbstsorge: Hilfe durch Kontakt zu anderen Betroffenen – Selbsthilfeorganisationen

SPEZIALPFLEGEKURS

Pflegekurs für pflegende An- und Zugehörige von pflegebedürftigen Menschen nach einem Schlaganfall

Der Pflegekurs beinhaltet in der Regel folgende Themen und Inhalte:

Teil 1

Schlaganfall – das Krankheitsbild

- Krankheitsentstehung und Risikofaktoren
- Zustand nach stationärer Rehabilitation
- Schmerzhafte Schulter
- Psychische Veränderungen nach einem Schlaganfall
- Kontinuierliche ambulante Rehabilitation (Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie)
- Selbstsorge: Lebensrhythmen in der Pflegebeziehung – Freiräume schaffen

Teil 2

Kommunikation bei Sprech-/Sprachstörungen

- Dysarthrie und Aphasie
- Tipps zum Umgang mit kommunikationsbeeinträchtigten Menschen
- Unterstützung bei Nahrungsaufnahme
- Schluckstörungen und damit verbundene Risiken
- Unterstützung bei der Nahrungsaufnahme
- Mundpflege (Prophylaxe)
- Selbstsorge: psychische Belastungen erkennen – Krankheiten vorbeugen

Teil 3

Sicheres Bewegen

- Mobilität fördern
- Lagerung
- Transfer
- Prophylaxen
- Wahrnehmungsförderung bei der pflegerischen Versorgung
- Selbstsorge: Zeit für Regeneration – Möglichkeiten zur Erholung



Teil 4

Belastungen der pflegenden An- und Zugehörigen

- Körperlichen und psychischen Belastungen pflegender An- und Zugehöriger/Änderungen der Lebensgewohnheiten,
- Bedeutung von Ruhe- und Erholungsphasen und sozialen Netzwerken,
- Regionale Unterstützungsmöglichkeiten: Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen,
- Entlastung durch externe Unterstützung bei der Pflege und Betreuung (privates Netzwerk/verschiedene pflegerische Angebote von Pflegeeinrichtungen)

Teil 5

Anpassung der Umgebung und Hilfsmiteileinsatz

- Pflegehilfsmittel,
- kleine und technische Hilfsmittel,
- Raumgestaltung,
- Wohnraumanpassung
- Selbstsorge: Pflegealltag planen – Hilfe annehmen

SPEZIALPFLEGEKURS „MEHR WISSEN ÜBER PARKINSON“

Teil 1

Was ist Morbus Parkinson?

- Begrüßung der Teilnehmenden und Vorstellung
- Vorstellung der Teilnehmenden, einbringen von individuellen Wünschen und Fragen
- Vortrag des/der Referenten/Referentin (nach Möglichkeit Neurologe), allgemeine Informationen, Ursachen, Symptome, Therapie
- Diskussion mit den Teilnehmenden, allgemeiner Austausch mit dem/der Referenten/Referentin

Teil 2

Morbus Parkinson aus pflegerischer Sicht

- Darstellen von möglichen Problemen und Einschränkungen: Gangunsicherheit, Sturzgefahr, Bradykinese, Tremor, Rigor, Ernährung
- Austausch mit den Teilnehmenden

Teil 3

Problematisierung im Bereich Ernährung: Schlucken/ Schluckvorgang

- Probleme bei Patienten mit Morbus Parkinson, Umgang und Therapien
- Praktische Übungen zum Schluckvorgang/Schlucktraining
- Austausch mit den Teilnehmenden

Teil 4

Einschränkung der Mobilität

- Einsatz von Hilfsmitteln
- Praktische Übungen von Transfer: Bett-Rollstuhl- Pflegebett etc.
- Austausch mit den Teilnehmenden

Teil 5

Prävention und Förderung der Beweglichkeit

- Physiotherapeutische Maßnahmen, vorgestellt durch eine/n Physiotherapeutin/en
- Bewegungstherapie
- Krankengymnastische Übungen
- Praktische Übungen mit den Teilnehmenden
- Austausch

Teil 6

Kommunikation und Selbstpflege des pflegenden Angehörigen

- Bedeutung von Kommunikation
- Probleme im Bereich Kommunikation bei Morbus Parkinson
- Selbstpflege: „Wie setze ich Grenzen?“
- Selbsthilfegruppen und Gesprächskreise für pflegende Angehörige
- Ein gutes und gesundes Miteinander von Betroffenen und pflegenden Angehörigen