

Kontrakturassessment

Name:

Arzt:

Datum:

Nummer:

Probleme/ Funktionsfähigkeit ankreuzen:			Einschränkung:			Ärztliche Diagnose:	Bemerkung:
			leicht	mittel	schwer		
Gelenkverschleiß		Rechts: Fingergelenk					
Gelenkentzündung		Handgelenk					
Rheuma		Ellenbogengelenk					
Knochenbrüche		Schultergelenk					
Hemiplegie		Fußgelenk					
Parkinsonerkrankung		Kniegelenk					
Schonhaltung		Hüftgelenk					
Gelenkersatz		Links: Fingergelenk					
Endoprothese		Handgelenk					
Beugekontraktur		Ellenbogengelenk					
Streckkontraktur		Schultergelenk					
Abduktionskontraktur		Fußgelenk					
Adduktionskontraktur		Kniegelenk					
Spitzfuß		Hüftgelenk					

Eigenbewegung fördern:

- Bewohner/Bewohnerin wird motiviert, betroffene Gelenke physiologisch zu bewegen.
- Es werden Dehn-, Beuge- und Streckübungen für gefährdete Gelenke gezeigt und angeboten. Sie werden angeleitet, diese selbständig durchzuführen
- Bei geistiger Leistungseinschränkung werden Übungen immer wieder vorgemacht, damit der Bewohner/die Bewohnerin diese nachmachen kann (Gewöhnungseffekt erzeugen).
- Bei der Angst vor Schmerzen werden klärende Gespräch durchgeführt und ggfls. der Arzt hinzugezogen.
- Es werden bei Bedarf geeignete Hilfsmittel eingesetzt.

Assistive Bewegungsübungen bei Pat. mit z. Teil

- erhaltener Eigenmobilität
- nach Mobilitätsaufbau nach passiver Mobilisation

Maßnahmenplan:

Durchführung von passiven Bewegungsübungen bei immobilten Bewohner:

Wenn der Bewohner/die Bewohnerin nicht mithelfen kann, werden die Gelenke von einer Pflegefachkraft in allen Bewegungsachsen während der direkten Pflege und bei jedem Lagerungswechsel - mindestens 2-3 x täglich - ca. 3-5 x durch bewegt.

Das Durchbewegen der Gelenke enthält folgende Bewegungsmuster:

- Bewegen – Strecken
- Heben – Senken
- Abduktion – Adduktion
- Einwärts-/Auswärtsdrehung

Übungen für Bettlägerige Pat. / Bewohner:

- Beugen u. Strecken der Zehen, Fuß strecken, beugen, rotieren
- Knie beugen u. strecken, Bein in Rückenlage abduzieren u. adduzieren, rotieren, ein Bein über das andere hinwegführen u. umgekehrt
- In Seitenlage die Beine nach vorne u. hinten ausstrecken
- In Rückenlage Beine aufstellen u. das Becken anheben
- In Rückenlage „Radfahren“
- Finger beugen u. strecken, im Grundgelenk kreisen
- Ebenso die Handgelenke, Hände Pronation, Supination
- Ellbogengelenk strecken u. beugen
- Arme im Schultergelenk in alle Richtungen bewegen
- Schultern hoch, fallen lassen, kreisen
- In der Rückenlage den Oberkörper nach links u. rechts drehen (Becken dreht nicht mit)
- In Seiten- u. Rückenlage Oberkörper beugen (Katzenbuckel)

Bei Schlaganfallpatienten die Kontrakturenprophylaxe unbedingt mit der KG absprechen!