

Weniger ist mehr

Von Corinne Hodel

Mehr Selbständigkeit erreichen ist ein zentrales Anliegen der Rehabilitation. Einen entscheidenden Beitrag zur Förderung der Mobilität leistet die Pflege. Forschende des ZHAW-Departements Gesundheit haben eine unkonventionelle Methode gefunden, mit welcher Patientinnen und Patienten besser in den Alltag zurückfinden: Betten werden aus den Spitalzimmern verbannt.

Spitalbetten sucht man vergeblich. Die Patientinnen und Patienten liegen am Boden, lediglich auf Matratze und Rost. Pflegende und Ärztinnen knien sich daneben. Diese Szene spielt nicht in einem Entwicklungsland, sondern im Rehaszentrum Valens, einer modernen Klinik im Taminatal. Und die motorisierten Betten sind auch nicht einer Sparmassnahme zum Opfer gefallen. Die Gründe für die überraschend anmutende Massnahme sind pflegerischer Natur. Denn Patienten, die sich während des Rehabilitationsaufenthalts immer wieder vom Boden erheben und sich auch wieder dahin niederlassen müssen, meistern den Alltag selbständiger. Das zeigt eine Nationalfondsstudie des ZHAW-Instituts für Pflege und der Kliniken Valens.

Am Boden ist es sicherer

Die Idee ist nicht neu. Drohen unruhige oder verwirrte Patienten zum Beispiel aus dem Bett zu fallen, kann man sie mit Gurten oder Gittern im Bett sichern – oder eben auf einer Matratze am Boden betten. Zu dieser Sicherheitsmassnahme hat auch Susanne Suter-Riederer bei ihrer früheren Tätigkeit als Pflegefachfrau in einer neurologischen Abteilung manchmal gegriffen. «Dabei wurde ich das Gefühl nicht los, dass diese Patienten mehr Fortschritte machten», sagt die wissenschaftliche Mitarbeiterin des Instituts für Pflege rückblickend.

Studien über die Mobilität von Patienten, die den Spitalaufenthalt am Boden verbringen, gab es allerdings keine. Ebenso wenig ein Programm zur systematischen Anwendung dieser Massnahme. Höchste Zeit also, selbst eine wissenschaftliche Untersuchung durchzuführen.

Mehr Freiheit, weniger Fremdhilfe

So hat der Bereich Pflege der Kliniken Valens gemeinsam mit der ZHAW eine pflegerische Intervention entwickelt. Das Ziel: Dank dem Schlafplatz am Boden lernen Patienten Bewegungsabläufe wieder, die sie durch ihre Krankheit verloren haben. Dazu trainieren speziell ausgebildete Pflegefachpersonen die Bewegungen mit den Betroffenen im Rehabilitationsalltag. Um den Nutzen dieser Massnahmen zu überprüfen, wurde im Jahr 2009 eine Pilotstudie mit 33 Teilnehmenden realisiert. Die vorläufigen Resultate waren vielversprechend. Die intensive Pflegearbeit am Boden erhöhte die Mobilität der Probanden.

«Zu Beginn der Studie gab es viele Unsicherheiten. Wie steht es etwa um die Hygiene, wenn Patienten quasi auf dem Boden schlafen? Wie gestalten sich die pflegerischen oder therapeutischen Interventionen?»

Susanne Suter-Riederer,
wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Pflege

Nun hat dieses Jahr eine gross angelegte Studie mit rund 140 Hirnschlag- und Multiple-Sklerose-Patienten ihren Abschluss gefunden. Die Resultate bestätigen das längst Vermutete: Personen, die von Pflegefachpersonen am Boden betreut werden, zeigen bessere motorische Fähigkeiten als die Vergleichsgruppe im Bett. Pflegeinterventionen am Boden helfen, Alltagssituationen selbständiger zu bewältigen. Zudem hält die in der Rehabilitation gewonnene Selbständigkeit auch zu Hause an. «Damit ist das Resultat auch gesundheitspolitisch von grossem Interesse», sagt Professor Lorenz Imhof, Leiter der Forschungsstelle Pflegewissenschaften.

Die gewonnene Mobilität freut auch die Betroffenen. Sie stellen einen Anstieg ihrer Lebensqualität fest. Das zeigen Befragungen im Rahmen der Studie. Zum



Patienten, die von Pflegenden am Boden betreut werden, zeigen nach ihrem Spitalaufenthalt bessere motorische Fähigkeiten als die Vergleichsgruppe im Bett.

Beispiel fühlen sich Patientinnen und Patienten sicherer, wenn sie auf sich alleine gestellt sind. Sie haben gelernt, ihren Körper wahrzunehmen und ihre Fähigkeiten gezielt einzusetzen – etwa wenn sie nach einem Sturz wieder aufstehen müssen. Das gibt ihnen Selbstvertrauen. Einige der Studienteilnehmenden nahmen die Matratze als Oase, Nest und Ort der Ruhe wahr. «Auch dieser Aspekt ist wichtig, um trotz Krankheit zum eigenen Körper zurückzufinden», sagt Susanne Suter-Riederer. Nur zehn Prozent der Probanden haben die Studie abgebrochen und das Bett der Matratze am Boden vorgezogen.

Die eigene Bewegungskompetenz weitergeben

Die positiven Resultate dürften auch die letzten Kritiker überzeugen. «Zu Beginn der Studie gab es viele Unsicherheiten und offene Fragen», erinnert sich Susanne Suter-Riederer. «Wie steht es etwa um die Hygiene, wenn Patienten quasi auf dem Boden schlafen? Wie gestalten sich pflegerische oder therapeutische Interventionen am Boden?» Die Sorgen waren umsonst, wie die Studie deutlich zeigt. Und so erstaunt

es nicht, dass andere Schweizer Spitäler Interesse an den Ergebnissen bekunden. Auch in Valens geht das Projekt nach Ablauf der Studie weiter. So können Patienten derzeit selbst entscheiden, ob sie den Aufenthalt im Spitalbett oder am Boden verbringen wollen.

Doch mit dem Verbannen des Bettes aus den Spitalzimmern ist es längst nicht getan. «Der Erfolg der Massnahme steht und fällt mit der Bewegungskompetenz der Pflegenden», sagt die pensionierte Pflegefachfrau Jutta Cobbioni. Sie war Pflegedienstleiterin der Rehaklinik Valens, als die Studie durchgeführt wurde. Cobbioni hat schon immer viel Wert darauf gelegt, dass die Mitarbeitenden ihre Bewegungskompetenz weiterentwickeln. Das macht sich nun bezahlt. Denn finden die Interventionen am Boden statt, ist Bewegungskompetenz besonders gefragt. «Nur wenn sich die Pflegenden korrekt bewegen, können sie auch die Patienten darin unterstützen, mobiler zu werden», sagt die Expertin. Die Bewegungskompetenz der Fachperson überträgt sich auf die Patienten. Sie werden selbständiger und damit ist ein grosses Kernziel der Pflege erreicht. ◀