

# „Haus **MARANATHA**“

Vollstationäre Einrichtung für pflegebedürftige Erwachsene  
Inhaber: Johannes Paetzold

## **Kontrakturenprophylaxe**

(1053)

*Kontraktur ((Oberbegriff) Gelenkversteifung) ist eine Funktions- und Bewegungseinschränkung von Gelenken, die durch Verkürzung von Muskeln und Sehnen und durch Schrumpfung der Gelenkkapsel verursacht wird.*

### **1. Wer kann betroffen sein?**

Sie kann entstehen bei Bewohnern  **gestörtem Bewusstsein** (z. B. Koma, Stupor, Demenz), mit  **entzündlichen** oder  **degenerativen** Gelenkerkrankungen (Rheuma, Arthritis) und  **bettlägerigen** Bewohnern, bei denen die **Gelenke ruhig gestellt** wurden (z. B. Lähmung, Schwäche, Lagerungsfehler),  **Bewegungseinschränkungen durch Fehlfunktion der Muskeln** (z. B. Spastik, M. Parkinson) und bei  **Schonhaltung** (z. B. ausgelöst durch starke Schmerzen) von Gelenken sowie  **Druck** (z. B. Bettdecke) auf Gelenke. Hierbei kommt es zu  **Beuge-**,  **Streck-**, und  **Versteifungskontrakturen**.

*Alle an der Pflege Beteiligten sind darum gefordert, die Beweglichkeit aller Gelenke durch geeignete Maßnahmen zu erhalten und zu fördern.*

### **2. Ziele der Kontrakturenprophylaxe**

*Je nach Ausgangssituation*

- „Erhaltung der physiologischen Beweglichkeit der Gelenke“;
- „Erhaltung oder Förderung der Restbeweglichkeit der Gelenke“;
- „Erhaltung oder Förderung eines harmonischen Bewegungsablaufes“;
- „Förderung der Eigenaktivitäten des Bewohners“;
- „Vermeidung von Schmerzen“

### **3. Maßnahmen**

#### **a) Mobilisation**

*Die Prophylaxe ist umso erfolgreicher, je früher mit der Mobilisation immobiler Bewohner begonnen wird ( aufrichten >  an Bettkante setzen >  aufstehen >  in Rollstuhl setzen und  Fortbewegung durch eigene Muskelkraft (Arme) >  gehen (mit den Füßen den Rollstuhl vorwärts bewegen) >  gehen mit Unterstützung (alt.  gehen mit Gehhilfen)) – im Leistungsnachweis **1. Maßnahmenspalte mit Nr. 1053** bei Einzelmaßnahme, im Zusammenhang mit grundpflegerischer Leistung in der 2. Maßnahmenspalte eintragen*

*Häufigkeit der Mobilisation:  mind. 1 x täglich, wenn möglich  häufiger (abhängig von Situation des Bewohners) mit Angabe der Anzahl und Zeitabstände*

## **b) Lagerung**

- 1)  grundsätzlich die Gelenke in physiologischer Mittelstellung lagern
- 2) ggf.  Lagerung nach Bobath
- 3)  Dekubitusprophylaxe beachten
- 4)  bei jeder Lagerung Maßnahmen nach „3. Bewegungsübungen“ vornehmen
- 5)  Lagerungshilfen nach dem Grundsatz: „soviel wie nötig, so wenig wie möglich“, die einzusetzenden Lagerungshilfen benennen

## **c) Bewegungsübungen**

- 1)  Bewohner zu Bewegungsübungen motivieren
- 2)  Bewegungsübungen durch Krankengymnastik ((extern) mit ärztlicher Verordnung)
- 3)  Eigenaktivität des Bewohners fördern (Bewohner  auffordern, einzelne Gelenke zu bewegen,  anleiten)
- 4)  bei Schmerzen vor Bewegungsübungen schmerzstillende Medikamente verabreichen (**ärztliche Verordnung siehe Medikamentenblatt, Vorlaufzeit und Dosierung angeben lassen**)
- 5)  mindestens 1 x tgl., wenn möglich  3 x tgl. Durchbewegen der großen Gelenke ( Hand-,  Fußgelenke,  Ellenbogen,  Schultern,  Hüfte,  Knie) – individuellen Bewegungsspielraum beachten; große, langsame Bewegungen ausführen; Zeichen von Schmerz und Widerstand beachten; Gelenke beidseits unterstützen
- 6)  Bewohner über die jeweiligen Aktivitäten informieren
- 7)  Angehörige, wenn möglich, mit einbeziehen

## **4. Dokumentation**

1. Kontrakturen werden in der **Anamnese** unter dem AEDL „**sich bewegen**“ erhoben
2. In der **Pflegeplanung** erfolgt die Dokumentation ebenfalls unter dem AEDL „**sich bewegen**“ Aus dem Kontrakturenstandard wird unter Ressourcen und Probleme die entsprechende Problemstellung unter 1. übernommen; unter Ziele die hierzu entsprechende Zielsetzung unter 2., unter Maßnahmen die entsprechende Maßnahme unter 3. dieses Standards eingetragen.
3. **Durchführungsnachweis:** die Kontrakturenprophylaxe wird immer einem bestimmten Bewohner zugeordnet und unter Maßnahmen mit der **Nr. 1053** als Einzelmaßnahme in der ersten, im Zusammenhang mit einer grundpflegerischen Maßnahme als Zusatzinformation in der zweiten Maßnahmenspalte dokumentiert. Sind zwei Mitarbeiter erforderlich, trägt sich jeder Mitarbeiter mit dem gleichen Bewohner und der gleichen Maßnahmen-Nummer ein.

## **5. Zuordnung in der Pflegeplanung**

Die Kontrakturenprophylaxe ist dem AEDL „**sich bewegen**“ zuzuordnen. In der Pflegeplanung ist dabei lediglich auf den Standard 1053 - „Kontrakturenprophylaxe“ zu verweisen.

## **6. Wer hat die Sturzprophylaxe zu berücksichtigen?**

alle pflegenden Mitarbeiter