

Wie man sich bettet...

Auswahl von Lagerungssystemen

Dass das bekannte Sprichwort «Wie man sich bettet, so liegt man» durchaus zutrifft, wissen wir alle aus eigener Erfahrung. Noch zutreffender ist das Sprichwort allerdings bei Querschnittgelähmten und Personen mit lähmungsbedingten Behinderungen. Ist nämlich die Versorgung mit einem geeigneten Bett- und Matratzensystem nicht ideal, wird vielfach mehr als nur die Schlafqualität beeinträchtigt. Es können sich zusätzlich Probleme in diversen Bereichen des täglichen Lebens ergeben wie Dekubitus, Schmerzen und die Einschränkung der Selbständigkeit. Dieser Bericht gibt einen Überblick über die Schwerpunkte sowie praktische Hinweise zu der Auswahl von Lagerungssystemen.

■ Grundlagen

Nach Eintritt einer Querschnittlähmung oder einer anderen lähmungsbedingten Behinderung kommt, neben vielen weiteren Aspekten, der sorgfältigen Planung der Versorgung mit einem geeigneten Lagerungssystem eine grundlegende Bedeutung zu. Die Abstimmung zwischen Bettsystem, Matratze und Lagerung beeinflusst viele zentrale Funktionen des täglichen Lebens. Eine gute Liege- und Schlafqualität ist massgeblich für das allgemeine Wohlbefinden verantwortlich und von entscheidender Bedeutung für den menschlichen Organismus. Mangelnder Schlaf- und Liegekomfort kann zu einem Defizit an Motivation und Energie und somit zu einem generellen Verlust an Lebensqualität führen. Dazu kommen aber

auch direkte Auswirkungen auf Organsysteme und verursachen so Komplikationen wie Dekubitus, Schmerzen, Atemprobleme und eine eingeschränkte Selbständigkeit. Verschiedene Einflüsse und Veränderungen haben zusätzlich einen grossen Einfluss auf die Bettversorgung. Zum Beispiel, wenn eine Matratze mit den Jahren ihren Zenit überschritten hat, an Spannung verliert, damit ihre Funktion nicht mehr richtig erfüllt und meist den Anforderungen an die Hygiene ebenfalls nicht mehr genügt. Auch der Körper verändert sich mit der Zeit. So entwickeln sich die Muskeln durch die Immobilität zurück, der Muskeltonus wird durch eine stärkere oder verminderte Spastik beeinflusst, eine Gewichtsveränderung kann sich beträchtlich auswirken und auch eine akute Erkrankung kann eine Anpassung notwendig machen. Zu Beachten sind ausserdem Veränderungen in der sozialen oder psychischen Situation, welche als Ursache für eine Dekubitusentstehung in Betracht gezogen werden sollten.

■ Evaluation

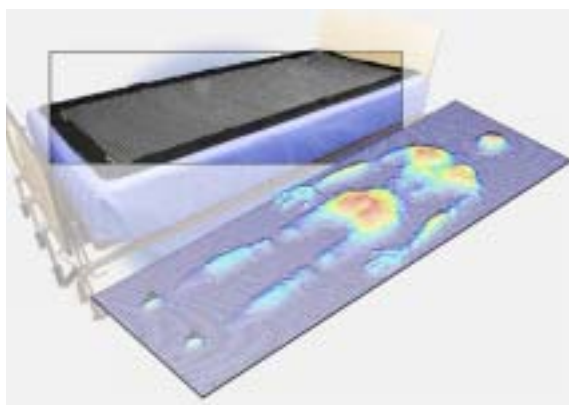
Ist ein Veränderungsbedarf erkannt, wird zuerst eine ausführliche Evaluation der Situation durchgeführt. Wichtigstes Prinzip ist dabei der Grundsatz «Sowenig wie möglich, soviel wie nötig». Es soll keine Überversorgung stattfinden und so einfach wie möglich angefangen werden. Bei einer Evaluation finden unter Anderem folgende Kriterien Beachtung:

*ParaHelp bietet
eine neutrale
und fundierte
Beratung*



- Was ist die Grunderkrankung, besteht eine Zusatz-erkrankung?
- Welches Lagerungssystem und welche Lagerungs- und Transfertechnik werden angewendet?
- Was ist die Ursache für das konkrete Problem?
- Wie ist die Sitzkissenversorgung und wie die Situation auf der Toilette und im Auto?
- Besteht ein erhöhtes Dekubitusrisiko oder ist ein Dekubitus bereits vorhanden?
- Wie sind die Hautverhältnisse und ist die Inkontinenz gut im Griff?
- Geht es um eine prophylaktische Versorgung oder bereits um eine Therapie?
- Wie ist der Selbständigkeits- und Mobilitätsgrad?
- Wird Hilfe benötigt und ist Hilfe vorhanden?
- Werden die Angehörigen wirkungsvoll entlastet?

Der Auflagedruck eines Systems kann gemessen und so die Suche nach einer idealen Lösung unterstützt werden (Quelle: Xsensor.com)



Sind diese Punkte abgeklärt, lässt sich eine nach den Bedürfnissen der Betroffenen ausgerichtete, individuelle und optimale Versorgung vornehmen. Im Wesentlichen werden zwei Wirkprinzipien unterschieden:

Weichlagerungs-Systeme

Eine Vielzahl von Lagerungssystemen basiert auf dem Wirkprinzip der Weichlagerung. Diese Weichlagerung

lässt sich in allen unterschiedlichen Härtegraden vornehmen, von eher hart bis hin zu superweich. Damit lassen sich in der Regel die meisten Bedürfnisse abdecken und dies auch recht kostengünstig. Studien und die Erfahrung haben gezeigt, dass eine zu weiche Lagerung unerwünschte Nebenwirkungen wie der Verlust des Körperschemas, Reduktion der Spontanbewegungen und eine Einschränkung der Selbständigkeit mit sich bringen kann. Es ist unbedingt darauf zu achten, eine möglichst stabile Unterlage und einen guten Kompromiss zwischen Entlastung, Wohlbefinden und grösstmöglicher Selbständigkeit zu finden.

ParaHelp

- ParaHelp unterstützt, koordiniert, informiert, vernetzt und hilft bei Fragen zu Pflege und Betreuung in der spitalexternen Pflege von Menschen mit einer lähmungsbedingten Behinderung
- ParaHelp ist bei Bedarf schnell und flexibel in der ganzen Schweiz im Einsatz
- ParaHelp hat viel Fachwissen und Erfahrung in der Beratung zu der Matratzenversorgung zu Hause und bietet eine neutrale Beratung, in der das Ziel und nicht das Produkt im Zentrum steht

Kontakt:

Tel. 041 939 60 60, info@parahelp.ch

Wechseldruck-Systeme

Wechseldrucksysteme, welche eher in einer höheren Preisklasse anzusiedeln sind, kommen zum Einsatz wenn die Weichlagerung nicht ausreicht oder bereits mehrfach Druckstellen aufgetreten sind und sind eher für therapeutische Zwecke gedacht. Sie bestehen aus verschiedenen angeordneten Luftkissen, welche abwechselnd mit Luft aufgepumpt werden. Dadurch wird eine bis zu mehrfach stündlich wechselnde und entsprechend hohe Druckentlastung erreicht. Bei Wechseldrucksystemen können ebenfalls negative Begleiterscheinungen wie Störungen des Körperbildes und -empfinden auftreten und das Be- und Entlüften der Luftkammern ist mit Geräuschen verbunden, die den Schlaf stören können. Ein grosser Vorteil ist, dass die Angehörigen massiv entlastet werden, da beispielsweise Umlagerungen in der Nacht wegfallen.

Praktische Hinweise

Es werden vielfältigste Matratzen- bzw. Bettsysteme auf dem Markt angeboten und die technische Entwicklung in den letzten Jahren ist enorm vorangeschritten, was die Auswahl nicht leicht macht. Jedes Produkt wird als das Beste angepriesen und die Preise variieren enorm. Darum ist eine neutrale Beratung, so wie sie ParaHelp anbietet, sehr wichtig, denn das Problem und das entsprechende Ziel sollen im Zentrum einer guten Lösung stehen und nicht das Produkt, das verkauft werden soll. Durch die grosse Vielfalt von Anbietern lassen sich in der Regel für alle Situationen geeignete Lösungen finden. So sind Sondergrössen kein Problem, man findet für alle Gewichtsklassen, ausser bei sehr grossem Unter- oder Übergewicht, passende Unterlagen und auch mobile Systeme für Ferien- oder Wochenaufenthalte sind erhältlich.

Nicht bei allen, aber doch bei einigen Modellen kann für ein paar Nächte auch ein Probeliegen arrangiert werden. Ist der Bedarf nur Kurzfristig, zum Beispiel wegen einer akuten Erkrankung oder wegen einer Druckstelle, können Bett- und Matratzensysteme auch gemietet werden. In der praktischen Handhabung ist zu Beachten, dass alles, was zusätzlich auf ein System gelegt wird (Felle, Sitzringe, Durchzug, Wassermatratzen, u.a.) den Druckentlastungseffekt reduziert. Daher sollten nur die unbedingt notwendigen Hilfsmittel verwendet werden.

Bei der Übernahme der Kosten, welche je nach System sehr stark variieren, muss wiederum jede Situation individuell angeschaut werden. Oft sind die Firmen dabei hilfreich und auch ParaHelp kann Unterstützung bei der Abklärung bieten.

Jedes System hat seine Vor- und Nachteile. Es gibt kein universell einsetzbares System, welches allen Betroffenen gleichermassen hilft. Insofern müssen die Bedürfnisse der zu versorgenden Personen sehr genau abgewogen und in jedem Fall eine individuelle, massgeschneiderte Lösung gesucht werden.

Max Moor, ParaHelp