

Es ist niemals zu spät!

Mobilität bis ins hohe Alter, getreu dieser Zauberformel wird in Sachsen-Anhalt das von der EUMEDIAS Heilberufe AG vorgelegte Präventionskonzept „Pflegebedürftige aktiv fördern“ (PAF) flächendeckend umgesetzt.

Der Erhalt der Mobilität ist ein zentrales menschliches Bedürfnis, es trägt maßgeblich zur Lebensqualität bei. Je älter Heimbewohner sind, umso mehr nehmen ihre körperlichen Kräfte ab. Genau aus diesem Grund ist es wichtig, gerade bei Pflegebedürftigen in voll- und teilstationären Einrichtungen, das „Aktivitätsniveau des täglichen Lebens“ sowie die Mobilität für den Erhalt körperlicher Leistungen gezielt zu fördern.

Gezielte präventive Bewegungsprogramme wirken sich nachweislich bei älteren und pflegebedürftigen Menschen positiv auf das Wohlbefinden sowie die physische und psychische Belastbarkeit aus.

Aus diesem Grund ist die Erhaltung und Förderung der Mobilität ein bedeutendes Ziel im Rahmen der Präventionsarbeit in stationären Pflegeeinrichtungen und gleichzeitig die Basis für das PAF.

Folgende Ziele werden verfolgt:

- Aufbau von gesundheitsförderlichen Strukturen,
- Schaffen eines Bewusstseins für präventive Maßnahmen,
- Entwicklung eines Bewegungskonzepts zur Verbesserung der Mobilität von Pflegebedürftigen und Steigerung der körperlichen Aktivität,
- Qualifizierung und Befähigung von Mitarbeitern zur Anleitung von Bewegungsförderungskursen,
- Erweiterung des Angebots an Bewegungsprogrammen in den Pflegeeinrichtungen und
- Information der Angehörigen zu den Präventionsangeboten im Pflegeheim

Das Programm soll einen Beitrag dazu leisten, dass Pflegeeinrichtungen stärker als bisher den Präventionsgedanken bei Pflegebedürftigen in den Pflegealltag integrieren und sich dadurch über ein zusätzliches Qualitätsmerkmal gegenüber ihren Bewohnern, Angehörigen und weiteren Interessengruppen ausweisen können.

Zum Ende des Programms und als Grundlage für die Zertifizierung ist ein Bewegungskonzept von der Einrichtung zu erarbeiten. In diesem Konzept sollen konkrete Maßnahmen zur Bewegungsförderung im Pflegeheim ausgewiesen sein. ■



PROF. DR. PETER RUDOLPH

FOTO Privat

INTERVIEW MIT PROF. DR. PETER RUDOLPH ZUM PAF-PROJEKT

„Das PAF-Projekt ermöglicht es, Betreuungsangebote deutlich zu verbessern“

Welchen Stellenwert besitzen Präventionsvorhaben bei der EUMEDIAS?

Die EUMEDIAS steht für eine enge Verzahnung von Wissenschaft und Praxis. Gerade im Bereich der Prävention braucht es nach wie vor kluge und zugleich alltagsnahe Ideen und Konzepte, um Menschen zu erreichen und sie in ihrem gesundheitsförderlichen Verhalten wirkungsvoll zu unterstützen. Dieser Aufgabe stellen wir uns seit Jahren sehr erfolgreich.

Wie schätzen Sie die Nachhaltigkeit von dem PAF-Projekt ein?

Das PAF-Projekt ermöglicht den Pflegeeinrichtungen, ihr Betreuungsangebot durch ein vorstrukturiertes und

evidenzbasiertes Kraft- und Balancetraining qualitativ deutlich zu verbessern. Durch die Qualifizierung der Mitarbeiter erfolgt eine Professionalisierung der Bewegungsangebote, auch über das Projektende hinaus.

Gibt es schon erste Ergebnisse?

Bis jetzt haben sich 150 Einrichtungen angemeldet. Auch Angehörige rufen bei uns an. Vor allem aber freut es uns, dass das Training so gut bei den Bewohnern ankommt. Sie kommen gern zur Trainingsstunde und sind stolz auf ihre erreichten Leistungen. „Wer rastet, der rostet“, sagte eine Teilnehmerin. Und genau dem wollen wir gemeinsam vorbeugen.