

Initiative „aktiv mobil“

# Mobilisation mit System

Die frühzeitige Mobilisation verhindert Sekundärschäden, ermöglicht die Teilhabe am aktiven Leben und ist förderlich für den Genesungsprozess. In der Praxis passiert es jedoch immer wieder, dass Patienten mehrere Tage im Bett liegen und nicht bewegt werden. Eine neue Kampagne der HELIOS Kliniken hat sich die lückenlose Frühmobilisation zum Ziel gesetzt und klare Vorgaben für alle Häuser festgelegt.



**N**och vor 15 Jahren wurde ein Patient nach einer Gallenoperation mindestens eine Woche im Krankenhaus stationär behandelt. Zahlreiche unfallchirurgische Operationen wurden durchgeführt, und ein Aufenthalt von mehreren Tagen anschließend war gewiss. Viele Jahre lang wurde geglaubt, dass der Kranke im Bett liegen muss, um sich von einer Operation oder Erkrankung zu erholen. Schon seit längerem jedoch ist bekannt, dass die frühe Mobilisation hilft, schnell wieder zu Kräften kommen und früh die Selbstständigkeit zurückzuerlangen.

Das Liegen im Bett zieht schwerwiegende Probleme nach sich. Es besteht die Gefahr einer Thrombose, einer Pneumonie und bei älteren geschwächten Menschen zusätzlich noch die Gefahr des Dekubitus.

Was passiert bei Immobilität? Rund zehn bis 15 Prozent Muskelschwund innerhalb einer Woche, bei Critical-Illness-Patienten bis zu 40 Prozent. Schon ein geringes Muskeltraining stärkt das Immunsystem. Beispielsweise nach einer Schenkelhalsfraktur erreichen nur 50 Prozent wieder ihren sozio-ökonomischen Zustand wie vor dem Unfall. Zehn bis 20 Prozent der

Patienten bleiben dauerhaft pflegebedürftig (Deutsches Ärzteblatt 4/2008).

Schon in den 1980er Jahren wurde zunehmend auf die Wichtigkeit der frühen Mobilisation aufmerksam gemacht. In der Krankenpflegeausbildung wird in zahlreichen Unterrichtseinheiten gelehrt, dass die Patienten zu bewegen und aus dem Bett zu mobilisieren sind. Dennoch liegen Patienten, insbesondere ältere und/oder schwer Erkrankte, oft mehrere Tage. Die Gründe dafür sind vielfältig, und nicht selten liegt es daran, dass einfach niemand sachgerecht darüber nachgedacht hat.

### Warum Patienten nicht ausreichend mobilisiert werden

Pflegende sind sich meist sicher, dass sie ihre Patienten ausreichend und früh mobilisieren. Bei genauerer Analyse wird jedoch oft deutlich, dass es keine Systematik gibt und die Gefahr für Patienten besteht, nicht ausreichend mobilisiert zu werden. Pflegende sagen dann oft zur Begründung, dass keine Zeit dafür vorhanden sei.

Gründe, warum Patienten nicht mobilisiert werden, werden nachfolgend zusammenfassend dargestellt:

- Patienten denken, dass Ruhe durch Liegen im Bett die beste Medizin ist.
- Patienten hat keine Kleidung und keine festen Schuhe bei sich, um nach einer Operation mobilisiert werden zu können.
- Pflegenden ist nicht bekannt, ob der Patient nach der OP mobilisiert werden darf.
- Patienten haben Schmerzen und möchten deshalb nicht bewegt werden.
- Die Physiotherapie fällt aus.
- Pflegende haben „keine Zeit“, Patienten zu mobilisieren.
- Pflegende wissen nicht, wie sie schwerkranke Patienten mobilisieren können.

Viele Patienten denken noch, dass sie durch Ruhe am Besten eine Krankheit auskurieren. Die Gefahren einer mangelnden Mo-

bilisation sind oft nicht bekannt. So kommen Patienten mit einem Paar Hausschuhen und einem Schlafanzug oder Nachthemd in die Klinik. Die Mobilisierung außerhalb des Zimmers ist erschwert und nicht selten gefährlich durch ungeeignete Schuhe. Die Einführung des Sturzprophylaxestandards hat dazu geführt, dass Patienten noch häufiger immobilisiert werden, da die Gefahr eines Sturzes bestehen

„könnte“. Hier ist abzuwägen, ob die erworbene Selbstständigkeit und damit verbundene Lebensqualität nicht höher wiegt als der eventuell zu erwartende Sturz.

In einigen Krankenhäusern ist es selbstverständlich, dass der Verlauf der Operation und die folgenden ersten Maßnahmen für die Pflegenden auf dem OP-Protokoll fixiert werden. In der Praxis zeigt sich jedoch, dass wichtige Informationen, zum Beispiel zur Mobilisation, häufig nicht aufgeführt sind. Für Pflegende bedeutet dies, dass sie die notwendigen Informationen beim Operateur erfragen müssen, was im Klinikalltag oft nicht möglich ist. Vergisst die eine Kollegin diesen Umstand oder versäumt sie auch nur die Dokumentation dieser Information, so wissen die anderen Kollegen in den folgenden Schichten nicht um den Mobilisationsstand des Patienten.

Auch die angemessene Schmerzbehandlung hat sich leider noch nicht in allen Krankenhäusern durchgesetzt. Aufklärung über Behandlungsmöglichkeiten, vermehrte Fortbildungen aller Berufsgruppen und die Information darüber, dass die Gabe von Schmerzmedikamenten nicht gleich süchtig macht, haben schon zu einer Verbesserung in der Behandlung von Schmerzpatienten geführt. Dennoch sind Schmerzen einer der häufigsten Gründe, warum sich Patienten nicht ausreichend bewegen. Die Anordnung einer Schmerzmedikation oder ein festgelegter



Standard für bestimmte Erkrankungen oder Operationen schaffen unmittelbar Abhilfe.

### Neue Initiative soll Pflegende sensibilisieren

Die Verkürzung der Verweildauer und der damit verbundene höhere Durchlauf von Patienten hat zu einer enormen Arbeitsverdichtung geführt. Deswegen dürfen Grundaufgaben der Pflege, wie das Bewegen des Patienten im Bett und die Unterstützung bei der Mobilisation, nicht vernachlässigt werden. In den letzten Jahren sind diese Aufgaben immer mehr schleichend an die Physiotherapie übergeben worden. Die Physiotherapeutin kommt auf die Station und mobilisiert den Patienten. Darauf verlässt sich die Pflege häufig. Ist die Physiotherapie versehentlich nicht angemeldet oder fällt aus irgendeinem Grund aus, so bleibt der Patient im Bett.

Hinzu kommt, dass sich viele Pflegende die Mobilisation eines schwerkranken Patienten nicht zutrauen. Nicht selten wird die Möglichkeit einer Mobilisation gar nicht in Erwägung gezogen, oft auch mit der Frage, warum dieser Mensch überhaupt mobilisiert werden sollte. Die Teilhabe am Leben, die im Rollstuhl deutlich eher gegeben ist als liegend im Bett, ist ein wichtiges Kriterium zur Verbesserung der



*Bewegung hält fit!*

Lebensqualität. Gezielte Schulungen von erfahrenen Dozenten, die praktische Handlings vor Ort vermitteln, sind an dieser Stelle gefragt.

Die oben genannten Gründe, warum eine Mobilisation oft im Klinikalltag nicht stattfindet, zeigen deutlich, dass viele Faktoren diese Maßnahme beeinflussen. Aus dieser Erkenntnis heraus ist die Kampagne „aktiv mobil“ der HELIOS Kliniken entstanden. Eine interdisziplinäre Gruppe aus Ärzten, Pflegenden und Physiotherapeuten hat sich mit der Umsetzung der Mobilisation in Krankenhäusern und Rehabilitationseinrichtungen beschäftigt. Die hemmenden Faktoren, wie sie oben aufgeführt sind, wurden gesammelt und interpretiert. Darauf resultierte die Mobilisationsinitiative, die folgende Ziele verfolgt:

- eine verbesserte Mobilisation des Patienten
- eine Senkung der Komplikationsrate
- eine verbesserte Behandlungsqualität für die Patienten
- ein besserer körperlicher und geistiger Zustand bei Entlassung
- eine Verkürzung der Verweildauer.

Erreicht werden sollen diese Ziele in Zusammenarbeit mit der Pflege, Physiotherapie und Ärzten.

## Konzept legt verbindliche Maßnahmen fest

Jeder Patient bekommt bei einem geplanten Aufenthalt in einem HELIOS Krankenhaus einen Flyer. Er wird über die Wichtigkeit der Mobilisation informiert – eine Checkliste erinnert ihn an die notwendig mitzubringenden Artikel (der Flyer kann von angemeldeten Nutzern auf dem Pflegeportal Station24 heruntergeladen werden).

Jeder Patient darf mobilisiert werden, andernfalls muss eine ärztliche Anordnung vorliegen.

Jeder Patient wird einmal pro Schicht bezüglich seiner Mobilität (Mobilisationsskala) und seiner Schmerzen (VAS) eingeschätzt (die Skala kann ebenfalls auf Station24 heruntergeladen werden).

Mobilisationszahl und Schmerz-zahl stehen in der Kurve nebeneinander, so kann ein Zusammenhang zwischen Schmerzen und Mobilisation unmittelbar hergestellt werden.

Die Pflegenden können Buttons mit dem Logo „aktiv mobil“ tragen. Für einige Patienten wurde zur besonderen Motivation ein Mobilisationspass erstellt. Für jede Aktivität im oder außerhalb des Zimmers bekommt der Patient einen Stempel.

Die Maßnahmen wurden zunächst in drei HELIOS Kliniken als Projektphase umgesetzt. Nach knapp drei Monaten wur-

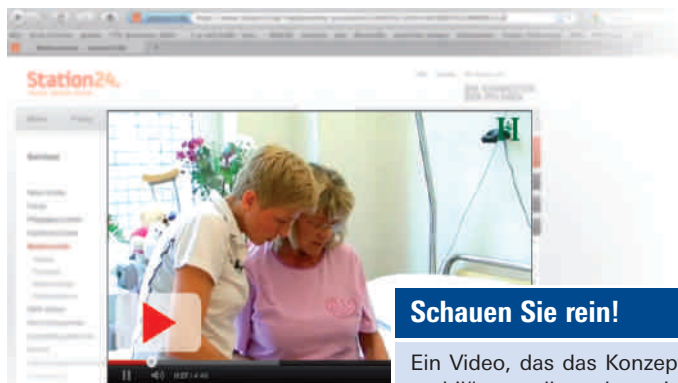
de eine Befragung bei den Patienten, den Pflegenden und den Ärzten durchgeführt.

Die Ergebnisse der Befragung machten deutlich, dass die Patienten die Kampagne wahrgenommen und sich gut informiert gefühlt haben. Die Patienten fühlten sich zum angemessenen Zeitpunkt mobilisiert. Bei der Schmerzeinschätzung gab es unterschiedliche Ergebnisse zwischen den Patienten und Pflegenden. Dort gibt es weiteren Schulungsbedarf bezüglich der Einschätzung des Schmerzes.

Aus jeder weiteren HELIOS Klinik wurden Verantwortliche für dieses Projekt benannt, die an einem moderierten Workshop teilgenommen haben. In diesen Workshops wurden die Ziele der Kampagne verdeutlicht, die Medien, wie der Flyer, vorgestellt und gemeinsam individuelle Lösungsstrategien zur Umsetzung in den Kliniken erarbeitet. Für jede Klinik wurde ein Projektplan erstellt. Zeitschienen für die folgenden Maßnahmen wurden festgelegt und weitere verantwortliche Personen als Multiplikatoren in den Häusern benannt. Die Evaluation der Umsetzung hat in den ersten Kliniken inzwischen begonnen.

### Anschrift der Verfasserin:

Michaela Friedhoff  
Projektmanagerin  
HELIOS Klinik Holthausen  
Fachklinik für neurochirurgische und  
neurologische Rehabilitation  
Am Hagen 20, 45527 Hattingen  
E-Mail: [michaela.friedhoff@helios-kliniken.de](mailto:michaela.friedhoff@helios-kliniken.de)



### Schauen Sie rein!

Ein Video, das das Konzept „aktiv mobil“ vorstellt, steht registrierten Usern auf Station24 zur Verfügung.

# Ausgezeichnet!

www.station24.de



## Jurybegründung

„Ein vorbildliches Onlineportal mit Ausschöpfung sämtlicher Möglichkeiten, die dieser Kanal bietet“, so die Fachmedien-Jury. „Beindruckt hat auch die hervorragende Navigation mit intuitiver Benutzerführung. Damit erreicht der Online-Auftritt sein Ziel, im Sinne eines Werkzeuges im täglichen Arbeitsprozess eingebunden zu werden. Gefallen haben auch Bewertungstools zu einzelnen Beiträgen und die Recherchevarianten, beispielsweise Anzeige aller Beiträge eines Autors.“

Ein Service von  
**DIE SCHWESTER  
DER PFLEGER**

**Station24.**  
PRAXIS WISSEN PFLEGE