

## Krankenpflege 9 Senioren unterstützen

<https://app.colanguage.com/de/deutsch/lehrplan/nursing/9>



**Die Morgenroutine**

**Der Schlafrhythmus**

**Das Frühstück**

**Das Mittagessen**

**Das Abendessen**

**Die Körperpflege**

**Sich waschen**

**Sich anziehen**

**Die Mobilität**

**Stürze verhindern**

**Gleichgewichtstraining**

**Die Gehhilfe**

**Aufstehen helfen**

**Leichte Übungen machen**

**Die Gelenke**

**Der Blutdruck**

**Die Medikation**

**Schmerzen beschreiben**

## 1. Übungen

### 1. Unterstützung im Seniorenheim (Audio in der App verfügbar)



**Wörter zu verwenden:** Körperpflege, Tagesablauf, Hilfestellung, regelmäßig, Sturzprävention, Blasenkontrolle, Bewegung, leichte, wäscht, Gleichgewicht, Patientin

Frau Keller ist Pflegefachkraft in einem Seniorenheim in Berlin. Heute besucht sie die 82-jährige \_\_\_\_\_ Frau Braun in ihrem Zimmer.

Am Morgen hilft Frau Keller zuerst bei der \_\_\_\_\_. Frau Braun \_\_\_\_\_ Gesicht und Hände selbst, aber beim Duschen braucht sie Hilfe. Danach zieht Frau Keller ihr frische Kleidung an und kontrolliert, ob die Patientin ihre \_\_\_\_\_ gut spürt.

Dann sprechen sie über den \_\_\_\_\_. Frau Braun frühstückt oft spät und isst manchmal zu wenig. Frau Keller empfiehlt, \_\_\_\_\_ zu essen und genug zu trinken. So hat Frau Braun mehr Energie für den Tag.

Nach dem Frühstück üben sie die \_\_\_\_\_. Frau Keller gibt \_\_\_\_\_ beim Aufstehen. Frau Braun benutzt eine Gehhilfe. Gemeinsam gehen sie langsam über den Flur und trainieren das \_\_\_\_\_. Das ist wichtig für die \_\_\_\_\_.

Zum Schluss macht Frau Keller \_\_\_\_\_ Übungen im Sitzen mit ihr: Arme heben, Füße strecken und beugen. Sie erklärt: Wenn Frau Braun sich jeden Tag ein bisschen bewegt, schläft sie oft besser und bleibt länger mobil.

1. Warum ist es für Frau Braun wichtig, regelmäßig zu essen und genug zu trinken?

\_\_\_\_\_

2. Wie unterstützt Frau Keller die Patientin bei der Bewegung im Flur?

\_\_\_\_\_

## 2. Wählen Sie die richtige Lösung

1. Wie \_\_\_\_\_ Sie in letzter Zeit, stehen Sie in der Nacht oft auf?  
a. schläft      b. schlafen      c. schlafen      d. schläfst

2. Bitte \_\_\_\_\_ Sie langsam auf, ich helfe Ihnen beim Aufstehen.  
a. steht      b. gestanden      c. stehst      d. stehen

3. Können Sie sich allein \_\_\_\_\_, oder soll ich Sie anleiten?  
a. hinsetzt      b. hinsetzen      c. hingesetzt      d. hinsetze

4. Ich \_\_\_\_\_ Sie, jeden Morgen ein paar ruhige Gleichgewichtsübungen zu machen.  
a. ermutigen      b. ermutige      c. ermutigt      d. ermutigt

**1. stehen 2. hinsetzen 3. ermutigen**

### **3. Beende die Dialoge**

#### **a. Morgendliche Pflege im Patientenzimmer**

**Pflegekraft:** *Guten Morgen, Frau Becker, wie haben Sie heute Nacht geschlafen? Ist Ihr Schlafrhythmus besser?*

**Frau Becker, Patientin:** 1. \_\_\_\_\_

**Pflegekraft:** *Verstehe, ich helfe Ihnen gleich beim Aufstehen und bei der Körperpflege, und dann frühstücken wir in Ruhe.*

**Frau Becker, Patientin:** 2. \_\_\_\_\_

#### **b. Spaziergang mit Rollator zur Sturzprävention**

**Pflegekraft:** *Herr Schuster, wollen wir jetzt ein bisschen gehen? Ein kurzer Spaziergang mit dem Rollator ist gutes, leichtes Training.*

**Herr Schuster, Patient:** 3. \_\_\_\_\_

**Pflegekraft:** *Ich gehe neben Ihnen und helfe Ihnen, wir machen langsam und Sie sagen mir bitte sofort, wenn etwas schmerzt.*

**Herr Schuster, Patient:** 4. \_\_\_\_\_

**1.** Guten Morgen, es war okay, ich bin nur oft aufgewacht, weil ich aufstehen und zur Toilette gehen musste. **2.** Danke, mit Unterstützung fühle ich mich sicherer, ich habe ein bisschen Angst zu stürzen. **3.** Ja, aber ich habe Angst zu stürzen, meine Gehstrecke ist im Moment sehr kurz. **4.** Gut, danke, mit Ihrer Unterstützung traue ich mich, und vielleicht kann ich dann morgen schon ein paar Schritte mehr üben.

### **4. Beantworte die Fragen unter Verwendung des Vokabulars aus diesem Kapitel.**

1. Sie sind im Frühdienst auf einer Station. Wie fragen Sie eine 82-jährige Patientin freundlich nach ihrer Morgenroutine? Nennen Sie zwei kurze Fragen.  
\_\_\_\_\_
2. Ihr Patient hat morgens Probleme beim Aufstehen. Wie erklären Sie ihm in einfachen Worten, dass Sie beim Aufstehen helfen und die Gehhilfe bereitstellen? Formulieren Sie zwei Sätze.  
\_\_\_\_\_
3. Eine Bewohnerin sitzt viel im Sessel und klagt über steife Gelenke. Wie motivieren Sie sie zu zwei leichten Übungen oder zu kurzem Gehen auf dem Flur? Nennen Sie zwei kurze Aufforderungen.  
\_\_\_\_\_
4. Ein Patient ist letzte Woche gestürzt. Welche zwei kurzen Fragen stellen Sie ihm heute, um nach seiner Mobilität und möglichen Schmerzen zu fragen?  
\_\_\_\_\_

**5. Schreiben Sie 5 oder 6 Sätze über eine Situation, in der Sie einer älteren Patientin oder einem älteren Patienten bei der täglichen Bewegung und Sturzprävention helfen.**

*Am Morgen helfe ich bei ... / Die Patientin soll regelmäßig ... / Wir üben zusammen ... / Das ist wichtig, damit*

*...*

---

---

---