

Soins infirmiers 9 Senioren unterstützen

Soutenir les personnes âgées

<https://app.colanguage.com/fr/allemand/plan-de-cours/nursing/9>



Die Morgenroutine	<i>(La routine du matin)</i>	Aufstehen helfen	<i>(Aider à se lever)</i>
Die Körperpflege	<i>(L'hygiène corporelle)</i>	Leichte Übungen machen	<i>(Faire des exercices légers)</i>
Sich waschen	<i>(Se laver)</i>	Gleichgewichtstraining	<i>(Exercices d'équilibre)</i>
Sich anziehen	<i>(S'habiller)</i>	Stürze verhindern	<i>(Prévenir les chutes)</i>
Das Frühstück	<i>(Le petit-déjeuner)</i>	Die Gelenke	<i>(Les articulations)</i>
Das Mittagessen	<i>(Le déjeuner)</i>	Der Blutdruck	<i>(La tension artérielle)</i>
Das Abendessen	<i>(Le dîner)</i>	Die Medikation	<i>(La médication)</i>
Die Mobilität	<i>(La mobilité)</i>	Schmerzen beschreiben	<i>(Décrire la douleur)</i>
Die Gehhilfe	<i>(L'appui de marche)</i>		

1.Exercices

1. Soutien en maison de retraite (Audio disponible dans l'application)



Mots à utiliser: Gleichgewicht, leichte, Bewegung, regelmäßig, Sturzprävention, Körperpflege, Tagesablauf, Patientin, wäscht, Hilfestellung, Blasenkontrolle

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.

Mme Keller est infirmière diplômée dans une maison de retraite à Berlin. Aujourd'hui, elle rend visite à la patiente de 82 ans, Mme Braun, dans sa chambre.

Le matin, Mme Keller aide d'abord pour les soins corporels. Mme Braun se lave le visage et les mains seule, mais elle a besoin d'aide pour la douche. Ensuite, Mme Keller lui met des vêtements propres et vérifie si la patiente ressent bien le contrôle de sa vessie.

Puis elles parlent du déroulement de la journée. Mme Braun prend souvent son petit-déjeuner tard et parfois elle mange trop peu. Mme Keller recommande de manger régulièrement et de boire suffisamment. Ainsi, Mme Braun a plus d'énergie pour la journée.

Après le petit-déjeuner, elles travaillent la mobilité. Mme Keller aide pour le lever. Mme Braun utilise une aide à la marche. Ensemble, elles avancent lentement dans le couloir et entraînent l'équilibre. C'est important pour la prévention des chutes.

Pour finir, Mme Keller fait avec elle des exercices légers en position assise : lever les bras, étendre et fléchir les pieds. Elle explique : si Mme Braun bouge un peu chaque jour, elle dort souvent mieux et reste mobile plus longtemps.

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. Choisissez la bonne solution

1. Wie _____ Sie in letzter Zeit, stehen Sie in der Nacht oft auf? *(Comment dormez-vous ces derniers temps ? Vous vous levez souvent la nuit ?)*
a. schlafen b. schläfst c. schläft d. schlafen
2. Bitte _____ Sie langsam auf, ich helfe Ihnen beim Aufstehen. *(Veuillez vous lever lentement, je vais vous aider à vous relever.)*
a. stehst b. stehen c. steht d. gestanden
3. Können Sie sich allein _____, oder soll ich Sie anleiten? *(Pouvez-vous vous asseoir seul, ou dois-je vous aider ?)*
a. hingesetzt b. hinsetzt c. hinsetze d. hinsetzen
4. Ich _____ Sie, jeden Morgen ein paar ruhige Gleichgewichtsübungen zu machen. *(Je vous encourage à faire chaque matin quelques exercices d'équilibre tranquilles.)*
a. ermutigen b. ermutigt c. ermutige d. ermutigt

1. stehen 2. hinsetzen 3. ermutige

3. Complétez les dialogues

a. Morgendliche Pflege im Patientenzimmer

Pflegekraft: Guten Morgen, Frau Becker, wie haben Sie heute Nacht geschlafen? Ist Ihr Schlafrhythmus besser? *(Bonjour Mme Becker, comment avez-vous dormi cette nuit ? Votre rythme de sommeil est-il meilleur ?)*

Frau Becker, Patientin: 1. _____ *(Bonjour, ça allait, je me suis réveillée plusieurs fois parce que je devais me lever pour aller aux toilettes.)*

Pflegekraft: Verstehe, ich helfe Ihnen gleich beim Aufstehen und bei der Körperpflege, und dann frühstücken wir in Ruhe. *(Je comprends. Je vais tout de suite vous aider à vous lever et à faire votre toilette, puis nous prendrons le petit-déjeuner tranquillement.)*

Frau Becker, Patientin: 2. _____ *(Merci, avec de l'aide je me sens plus en sécurité, j'ai un peu peur de tomber.)*

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. *(M. Schuster, veut-on faire un petit tour maintenant ? Une courte promenade avec le déambulateur est un bon exercice léger.)*

- Herr Schuster, Patient:** 3. _____ (Oui, mais j'ai peur de tomber, pour l'instant je ne parcours que de très courtes distances.)
- Pflegekraft:** Ich gehe neben Ihnen und helfe Ihnen, wir machen langsam und Sie sagen mir bitte sofort, wenn etwas schmerzt. (Je marche à côté de vous et je vous soutiens. Nous irons lentement et dites-moi tout de suite si quelque chose vous fait mal.)
- Herr Schuster, Patient:** 4. _____ (D'accord, merci. Avec votre aide j'ose, et peut-être que demain je pourrai déjà faire quelques pas de plus.)

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. Répondez aux questions en utilisant le vocabulaire de ce chapitre.

- Sie sind im Frühdienst auf einer Station. Wie fragen Sie eine 82-jährige Patientin freundlich nach ihrer Morgenroutine? Nennen Sie zwei kurze Fragen.

- 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.

- 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.

- Ein Patient ist letzte Woche gestürzt. Welche zwei kurzen Fragen stellen Sie ihm heute, um nach seiner Mobilität und möglichen Schmerzen zu fragen?

5. Écrivez 5 ou 6 phrases sur une situation dans laquelle vous aidez une patiente âgée ou un patient âgé pour les mouvements quotidiens et la prévention des chutes.

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