

Nursing 9 Senioren unterstützen

Supporting seniors

<https://app.colanguage.com/german/syllabus/nursing/9>



Die Morgenroutine	<i>(Morning routine)</i>	Die Gehhilfe	<i>(Walking aid)</i>
Der Schlafrhythmus	<i>(Sleep pattern)</i>	Gleichgewichtstraining	<i>(Balance training)</i>
Das Frühstück	<i>(Breakfast)</i>	Stürze verhindern	<i>(Preventing falls)</i>
Das Mittagessen	<i>(Lunch)</i>	Aufstehen helfen	<i>(Helping to stand up)</i>
Das Abendessen	<i>(Dinner)</i>	Leichte Übungen machen	<i>(Doing light exercises)</i>
Die Körperpflege	<i>(Personal hygiene)</i>	Die Gelenke	<i>(Joints)</i>
Sich waschen	<i>(To wash oneself)</i>	Der Blutdruck	<i>(Blood pressure)</i>
Sich anziehen	<i>(To get dressed)</i>	Die Medikation	<i>(Medication)</i>
Die Mobilität	<i>(Mobility)</i>	Schmerzen beschreiben	<i>(Describing pain)</i>

1.Exercises

1. Support at the Nursing Home (Audio available in app)



Words to use: Blasenkontrolle, Tagesablauf, Sturzprävention, Körperpflege, wäscht, regelmäßig, Patientin, Gleichgewicht, Bewegung, Hilfestellung, leichte

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.

Ms. Keller is a registered nurse at a nursing home in Berlin. Today she visits the 82-year-old patient Ms. Braun in her room.

In the morning Ms. Keller first helps with personal care. Ms. Braun washes her face and hands by herself, but she needs help with showering. After that Ms. Keller helps her into fresh clothes and checks whether the patient has good awareness of her bladder control.

Then they talk about the daily routine. Ms. Braun often has breakfast late and sometimes eats too little. Ms. Keller recommends eating regularly and drinking enough. That way Ms. Braun has more energy for the day.

After breakfast they practise movement. Ms. Keller offers assistance when getting up. Ms. Braun uses a walking aid. Together they walk slowly down the corridor and work on balance. This is important for preventing falls.

Finally Ms. Keller does light seated exercises with her: lifting the arms, stretching and flexing the feet. She explains: If Ms. Braun moves a little every day, she often sleeps better and stays mobile longer.

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. Choose the correct solution

1. Wie _____ Sie in letzter Zeit, stehen Sie in der Nacht oft auf? *(How have you been sleeping lately? Do you often get up during the night?)*
a. schläfst b. schläft c. schlafen d. schlafen
2. Bitte _____ Sie langsam auf, ich helfe Ihnen beim Aufstehen. *(Please stand up slowly; I'll help you to get up.)*
a. gestanden b. steht c. stehst d. stehen
3. Können Sie sich allein _____, oder soll ich Sie anleiten? *(Can you sit down by yourself, or should I help guide you?)*
a. hinsetzen b. hingesetzt c. hinsetzt d. hinsetze
4. Ich _____ Sie, jeden Morgen ein paar ruhige Gleichgewichtsübungen zu machen. *(I encourage you to do a few gentle balance exercises every morning.)*
a. ermutigt b. ermutigen c. ermutige d. ermutigst

1. stehen 2. hinsetzen 3. ermutige

3. Complete the dialogues

a. Morgendliche Pflege im Patientenzimmer

Pflegekraft: Guten Morgen, Frau Becker, wie haben Sie heute Nacht geschlafen? Ist Ihr Schlafrhythmus besser? *(Good morning, Ms. Becker. How did you sleep last night? Is your sleep pattern any better?)*

Frau Becker, Patientin: 1. _____ *(Good morning. It was okay — I just woke up often because I had to get up and go to the toilet.)*

Pflegekraft: Verstehe, ich helfe Ihnen gleich beim Aufstehen und bei der Körperpflege, und dann frühstücken wir in Ruhe. *(I understand. I'll help you get up and with your personal care in a moment, and then we'll have breakfast calmly.)*

Frau Becker, Patientin: 2. _____ *(Thank you. With support I feel safer — I'm a little afraid of falling.)*

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. *(Mr. Schuster, shall we take a short walk now? A brief walk with the rollator is good, gentle exercise.)*

Herr Schuster, Patient: 3. _____ *(Yes, but I'm afraid of falling; right now I can only walk a short distance.)*

Pflegekraft:

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

(I'll walk beside you and help you. We'll go slowly — please tell me immediately if anything hurts.)

Herr Schuster, Patient:

4. _____

(Alright, thank you. With your support I feel confident, and maybe tomorrow I can try a few more steps.)

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. Answer the questions using the vocabulary from this chapter.

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. Write 5 or 6 sentences about a situation in which you help an older patient (female or male) with daily movement and fall prevention.

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

