

## Infermieristica 9 Senioren unterstützen

Supportare gli anziani

<https://app.colanguage.com/it/tedesco/programma/nursing/9>



<b>Die Morgenroutine</b>	( <i>La routine mattutina</i> )	<b>Der Blutdruck</b>	( <i>La pressione sanguigna</i> )
<b>Der Schlafrhythmus</b>	( <i>Il ritmo del sonno</i> )	<b>Die Medikation</b>	( <i>La terapia farmacologica</i> )
<b>Das Frühstück</b>	( <i>La colazione</i> )	<b>Stürze verhindern</b>	( <i>Prevenire le cadute</i> )
<b>Das Mittagessen</b>	( <i>Il pranzo</i> )	<b>Gleichgewichtstraining</b>	( <i>Esercizi per l'equilibrio</i> )
<b>Das Abendessen</b>	( <i>La cena</i> )	<b>Aufstehen helfen</b>	( <i>Aiutare ad alzarsi</i> )
<b>Die Körperpflege</b>	( <i>L'igiene personale</i> )	<b>Leichte Übungen machen</b>	( <i>Fare esercizi leggeri</i> )
<b>Die Mobilität</b>	( <i>La mobilità</i> )	<b>Sich waschen</b>	( <i>Lavarsi</i> )
<b>Die Gehhilfe</b>	( <i>La stampella</i> )	<b>Sich anziehen</b>	( <i>Vestirsi</i> )
<b>Die Gehstütze</b>	( <i>L'ausilio alla deambulazione</i> )	<b>Schmerzen beschreiben</b>	( <i>Descrivere il dolore</i> )
<b>Die Gelenke</b>	( <i>Le articolazioni</i> )		

## 1. Esercizi

### 1. Assistenza in una casa di riposo (Audio disponibile nell'app)



**Parole da usare:** Körperpflege, Sturzprävention, Tagesablauf, wäscht, Bewegung, regelmäßig, Patientin, Blasenkontrolle, leichte, Hilfestellung, Gleichgewicht

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, schlafst sie oft besser und bleibt länger mobil.

*La signora Keller è un'operatrice sanitaria qualificata in una casa di riposo a Berlino. Oggi visita la paziente di 82 anni, la signora Braun, nella sua stanza.*

*La mattina la signora Keller aiuta prima con ligiene personale. La signora Braun si lava il viso e le mani da sola, ma per la doccia ha bisogno di aiuto. Poi la signora Keller le mette indosso abiti puliti e controlla se la paziente sente bene il controllo della vescica.*

*Poi parlano della routine quotidiana. La signora Braun fa spesso colazione tardi e a volte mangia troppo poco. La signora Keller le consiglia di mangiare regolarmente e di bere a sufficienza. Così la signora Braun ha più energia per la giornata.*

*Dopo la colazione fanno esercizi di mobilità. La signora Keller dà supporto quando si alza. La signora Braun usa un deambulatore. Insieme camminano lentamente lungo il corridoio e allenano l'equilibrio. Questo è importante per la prevenzione delle cadute.*

*Alla fine la signora Keller esegue con lei esercizi leggeri da seduta: sollevare le braccia, estendere e flettere i piedi. Spiega: se la signora Braun si muove un po' ogni giorno, spesso dorme meglio e rimane più a lungo mobile.*

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. Scegli la soluzione corretta

1. Wie \_\_\_\_\_ Sie in letzter Zeit, stehen Sie in der Nacht oft auf? (Come dorme ultimamente, si alza spesso durante la notte?)

- a. schlafen      b. schläfst      c. schlafen      d. schläft

2. Bitte \_\_\_\_\_ Sie langsam auf, ich helfe Ihnen beim Aufstehen. (Per favore alzi lentamente, la aiuto a mettersi in piedi.)

- a. steht      b. gestanden      c. stehst      d. stehen

3. Können Sie sich allein \_\_\_\_\_, oder soll ich Sie (Può sedersi da solo o devo aiutarla?) anleiten?

- a. hinsetzen      b. hingesetzt      c. hinsetzt      d. hinsetze

4. Ich \_\_\_\_\_ Sie, jeden Morgen ein paar ruhige Gleichgewichtsübungen zu machen. (La incoraggio a fare ogni mattina qualche esercizio di equilibrio tranquillo.)

- a. ermutigst      b. ermutige      c. ermutigt      d. ermutigen

1. stehen 2. hinsetzen 3. ermutigen

## 3. Completa i dialoghi

### a. Morgendliche Pflege im Patientenzimmer

**Pflegekraft:** Guten Morgen, Frau Becker, wie haben Sie heute Nacht geschlafen? Ist Ihr Schlafrhythmus besser? (Buongiorno, signora Becker, come ha dormito stanotte? Il suo ritmo del sonno è migliorato?)

**Frau Becker, Patientin:** 1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ (Buongiorno, è andata così così, mi sono svegliata spesso perché dovevo alzarmi e andare in bagno.)

**Pflegekraft:** Verstehe, ich helfe Ihnen gleich beim Aufstehen und bei der Körperpflege, und dann frühstücken wir in Ruhe. (Capisco, la aiuto subito ad alzarsi e con la cura personale, poi faremo colazione con calma.)

**Frau Becker, Patientin:** 2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ (Grazie, con il suo aiuto mi sento più sicura, ho un po' paura di cadere.)

### 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. (Signor Schuster, le va di fare una breve passeggiata adesso? Una camminata corta con il deambulatore è un buon esercizio leggero.)

**Herr Schuster, Patient:** 3. \_\_\_\_\_ (*Sì, ma ho paura di cadere; al momento il mio tragitto a piedi è molto breve.*)

**Pflegekraft:** Ich gehe neben Ihnen und helfe Ihnen, wir machen langsam und Sie sagen mir bitte sofort, wenn etwas schmerzt. (*Cammino al suo fianco e la aiuto; andiamo piano e mi dica subito se prova dolore.*)

**Herr Schuster, Patient:** 4. \_\_\_\_\_ (*Va bene, grazie, con il suo aiuto mi sento più sicuro e magari domani potrò già esercitarmi facendo qualche passo in più.*)

**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. Rispondi alle domande usando il vocabolario di questo capitolo.**

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. Scriva 5 o 6 frasi su una situazione in cui aiuta un paziente anziano o una paziente anziana nei movimenti quotidiani e nella prevenzione delle cadute.**

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

---

---

---