

Verpleegkunde 9 Senioren ondersteunen

Ondersteuning van ouderen

<https://app.colanguage.com/nl/duits/leerplan/nursing/9>



Die Morgenroutine	<i>(De ochtendroutine)</i>	Der Blutdruck	<i>(De bloeddruk)</i>
Der Schlafrhythmus	<i>(Het slaappatroon)</i>	Die Medikation	<i>(De medicatie)</i>
Das Frühstück	<i>(Het ontbijt)</i>	Stürze verhindern	<i>(Valpreventie)</i>
Das Mittagessen	<i>(De lunch)</i>	Gleichgewichtstraining	<i>(Balansoefeningen)</i>
Das Abendessen	<i>(Het avondeten)</i>	Aufstehen helfen	<i>(Helpen bij opstaan)</i>
Die Körperpflege	<i>(De persoonlijke verzorging)</i>	Sich waschen	<i>(Zich wassen)</i>
Die Mobilität	<i>(De mobiliteit)</i>	Sich anziehen	<i>(Zich aankleden)</i>
Die Gehhütze	<i>(De loopsteun)</i>	Leichte Übungen machen	<i>(Lichte oefeningen doen)</i>
Die Gelenke	<i>(De gewrichten)</i>	Schmerzen beschreiben	<i>(Pijn beschrijven)</i>

1.Oefeningen

1. Ondersteuning in het verzorgingshuis (Audio beschikbaar in de app)



Woorden om te gebruiken: Blasenkontrolle, leichte, regelmäßige, Patientin, Sturzprävention, wäscht, Hilfestellung, Bewegung, Tagesablauf, Gleichgewicht, Körperpflege

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.

Mevrouw Keller is verzorgende in een verzorgingshuis in Berlijn. Vandaag bezoekt ze de 82 jarige mevrouw Braun in haar kamer.

's Ochtends helpt mevrouw Keller eerst bij de persoonlijke verzorging. Mevrouw Braun wast haar gezicht en handen zelf, maar bij het douchen heeft ze hulp nodig. Daarna helpt mevrouw Keller haar met schone kleding en controleert of mevrouw Braun haar blaas goed kan beheersen.

Vervolgens praten ze over de dagindeling. Mevrouw Braun ontbijt vaak laat en eet soms te weinig. Mevrouw Keller adviseert om regelmatig te eten en voldoende te drinken. Zo heeft mevrouw Braun meer energie voor de dag.

Na het ontbijt oefenen ze beweging. Mevrouw Keller helpt bij het opstaan. Mevrouw Braun gebruikt een loophulpmiddel. Samen lopen ze langzaam over de gang en oefenen ze het evenwicht. Dat is belangrijk ter voorkoming van vallen.

Tot slot doet mevrouw Keller lichte zitoefeningen met haar: armen heffen, voeten strekken en buigen. Ze legt uit: als mevrouw Braun zich elke dag een beetje beweegt, slaapt ze vaak beter en blijft ze langer 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. Kies de juiste oplossing

1. Wie _____ Sie in letzter Zeit, stehen Sie in der Nacht oft auf? *(Hoe slaapt u de laatste tijd? Staat u 's nachts vaak op?)*
a. schlafen b. schlafen c. schläft d. schläfst
2. Bitte _____ Sie langsam auf, ich helfe Ihnen beim Aufstehen. *(Staat u alstublieft langzaam op, ik help u met opstaan.)*
a. stehen b. steht c. steht d. gestanden
3. Können Sie sich allein _____, oder soll ich Sie anleiten? *(Kunt u zelfstandig gaan zitten, of zal ik u begeleiden?)*
a. hinsetze b. hingesezt c. hinsetzen d. hinsetzt
4. Ich _____ Sie, jeden Morgen ein paar ruhige Gleichgewichtsübungen zu machen. *(Ik moedig u aan elke ochtend een paar rustige evenwichtsoefeningen te doen.)*
a. ermutigt b. ermutige c. ermutigst d. ermutigen

1. stehen 2. hinsetzen 3. ermutige

3. Voltooi de dialogen

a. Morgendliche Pflege im Patientenzimmer

Pflegekraft: *Guten Morgen, Frau Becker, wie haben Sie heute Nacht geschlafen? Ist Ihr Schlafrhythmus besser?* *(Goedemorgen, mevrouw Becker. Hoe heeft u vannacht geslapen? Is uw slaapritme verbeterd?)*

Frau Becker, Patientin: 1. _____ *(Goedemorgen. Het ging wel; ik werd vaak wakker omdat ik moest opstaan en naar het toilet moest.)*

Pflegekraft: *Verstehe, ich helfe Ihnen gleich beim Aufstehen und bei der Körperpflege, und dann frühstücken wir in Ruhe.* *(Ik begrijp het. Ik help u zo met opstaan en bij de persoonlijke verzorging, en daarna ontbijten we rustig.)*

Frau Becker, Patientin: 2. _____ *(Dank u. Met ondersteuning voel ik me veiliger; ik ben een beetje bang om te vallen.)*

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.* *(Meneer Schuster, zullen we nu even lopen? Een korte wandeling met de rollator is een goede, lichte oefening.)*

Herr Schuster, Patient: 3. _____ *(Ja, maar ik ben bang om te vallen; mijn loopafstand is op dit moment erg kort.)*

Pflegekraft:

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

(Ik loop naast u en help u. We doen het rustig; zegt u het alstublieft meteen als iets pijn doet.)

Herr Schuster, Patient:

4. _____ *(Goed, dank u. Met uw ondersteuning durf ik het aan, en misschien kan ik morgen al een paar stappen meer oefenen.)*

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. Beantwoord de vragen met het vocabulaire uit dit hoofdstuk.

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. Schrijf 5 of 6 zinnen over een situatie waarin u een oudere patiënte of een oudere patiënt helpt bij de dagelijkse beweging en valpreventie.

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