

## Pielęgniarstwo 10 Rehabilitation



- Erkennen Sie Symptome nach einem Schlaganfall oder einer Verletzung
- Beschreiben Sie einen Rehabilitationsplan
- An Bewertungssitzungen teilnehmen
- Unterstützen Sie sicheres Umlagern, Transfers und die Nutzung von Mobilitätshilfen
- Rehabilitation, Physiotherapie, Mobilität, Hilfsmittel, Schlaganfallsymptome, Erholungsziele, Evaluationssprache, Umlagern, Bettmobilität, Transfertechniken

<b>Die Rehabilitation</b>	<i>(Rehabilitacja)</i>	<b>Die Evaluierung</b>	<i>(Ocena)</i>
<b>Die Physiotherapie</b>	<i>(Fizjoterapia)</i>	<b>Die Verlegung (Patientenverlegung)</b>	<i>(Przeniesienie (przeniesienie pacjenta))</i>
<b>Die Mobilität</b>	<i>(Mobilność)</i>	<b>Transfer durchführen</b>	<i>(Wykonać transfer)</i>
<b>Das Hilfsmittel</b>	<i>(Środek pomocniczy)</i>	<b>Sich umlagern</b>	<i>(Przenieść się (zmienić pozycję))</i>
<b>Der Schlaganfall</b>	<i>(Udar)</i>	<b>Sich stützen</b>	<i>(Podpierać się)</i>
<b>Die Lähmung</b>	<i>(Porażenie)</i>	<b>Das Gleichgewicht halten</b>	<i>(Utrzymywać równowagę)</i>
<b>Die Sprachstörung</b>	<i>(Zaburzenie mowy)</i>	<b>Das Gangbild beobachten</b>	<i>(Obserwować sposób chodu)</i>
<b>Die Motorik</b>	<i>(Motoryka)</i>	<b>Therapieziele formulieren</b>	<i>(Formułować cele terapii)</i>
<b>Die Wiederherstellung</b>	<i>(Odzyskiwanie)</i>	<b>Anweisungen befolgen</b>	<i>(Stosować się do poleceń)</i>

## 1. Ćwiczenia

### 1. Dopasuj elementy o powiązanim znaczeniu.

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| a. die Rehabilitation | 1. Gerät zur Unterstützung                    |
| b. die Physiotherapie | 2. Arme oder Beine können nicht bewegt werden |
| c. das Hilfsmittel    | 3. Bewegungsübungen zur Therapie              |
| d. die Lähmung        | 4. Wiederherstellung der Gesundheit           |

a-4 b-3 c-1 d-2



### 2. Rehabilitacja po udarze na oddziale w Niemczech (QR: Audio)

**Wypełnij luki:** Evaluation, Schlaganfall, Therapieplan, Physiotherapie, Rollstuhl, Mobilität, Pflegebericht, Muskelkraft

Frau Novak ist 68 Jahre alt und hatte vor zwei Wochen einen (1) \_\_\_\_\_. Sie liegt jetzt auf einer neurologischen Station in einem Krankenhaus in Deutschland.

Im Morgenbericht spricht die Pflegefachkraft mit der Physiotherapeutin. Im (2) \_\_\_\_\_ steht: rechte Seite teilweise gelähmt, wenig Gefühl im rechten Arm, unsicher beim Stehen. Die (3) \_\_\_\_\_ ist links normal, rechts schwach. Frau Novak hat manchmal Schmerzen im Schulterbereich.

Die Physiotherapeutin erklärt den (4) \_\_\_\_\_ : Täglich kurze (5) \_\_\_\_\_ , Training im Bett, später Sitzen an der Bettkante und Transfer in den (6) \_\_\_\_\_. Ziel ist: bessere (7) \_\_\_\_\_ , sichere Transfers und weniger Schmerzen. In einer Woche gibt es eine (8) \_\_\_\_\_ mit Arzt, Pflege und Therapie.

Am Nachmittag übt die Pflegefachkraft mit Frau Novak das Umlagern im Bett. Sie erklärt langsam jeden Schritt und benutzt ein Gleitlaken. Dann hilft sie beim Transfer in den Rollstuhl. Sie erinnert Frau Novak an die Bremse am Rollstuhl und an die richtige Position der Füße.

Am Ende fragt die Pflegefachkraft: „Wie stark sind die Schmerzen, von 0 bis 10?“ Frau Novak sagt: „Heute sind die Schmerzen mittel, vielleicht 4.“ Die Pflegekraft schreibt das in den Pflegebericht und plant mit dem Team die nächste Therapieeinheit.

*Pani Novak ma 68 lat i dwa tygodnie temu przeszła udar. Leży teraz na oddziale neurologicznym w szpitalu w Niemczech.*

*W porannym raporcie pielęgniarka rozmawia z fizjoterapeutką. W raporcie pielęgnacyjnym jest: prawa strona częściowo sparaliżowana, osłabione czucie w prawej ręce, niepewność przy staniu. Siła mięśniowa po lewej stronie jest prawidłowa, po prawej słaba. Pani Novak czasami odczuwa ból w okolicy barku.*

*Fizjoterapeutka wyjaśnia plan terapii: codziennie krótkie sesje fizjoterapii, ćwiczenia w łóżku, później siadanie na skraj łóżka i transfer na wózek inwalidzki. Celem jest lepsza mobilność, bezpieczne transfery i zmniejszenie bólu. Za tydzień odbędzie się ewaluacja z udziałem lekarza, pielęgniarzki i terapeuty.*

*Po południu pielęgniarzka ćwiczy z Panią Novak przekładanie w łóżku. Powoli wyjaśnia każdy krok i używa prześcieradła*

przesuwanego. Następnie pomaga przy transferze na wózek inwalidzki. Przypomina Pani Novak o hamulcu wózka i o prawidłowym ustawieniu stóp.

Na koniec pielęgniarka pyta: „Jak silny jest ból, od 0 do 10?” Pani Novak odpowiada: „Dziś ból jest średni, może 4.” Pielęgniarka zapisuje to w raporcie pielęgnacyjnym i planuje z zespołem kolejną jednostkę terapeutyczną.

(1) Schlaganfall, (2) Pflegebericht, (3) Muskelkraft, (4) Therapieplan, (5) Physiotherapie, (6) Rollstuhl, (7) Mobilität, (8) Evaluation

1. Welche Probleme hat Frau Novak nach dem Schlaganfall? Nennen Sie zwei.

---

2. Was sind die wichtigsten Ziele im Therapieplan für Frau Novak?

---

### 3. Posłuchaj fragmentu audio i wybierz poprawną odpowiedź. (QR: Audio)

- Bei der heutigen Evaluierung ging es um eine Patientin, die nach einem Schlaganfall noch Einschränkungen hat.
- Geübt wurde der Transfer vom Rollstuhl zurück ins Bett.
- Das Ziel ist, dass die Patientin in zwei Wochen mehr Mobilität hat.

**Prawda** **Falsz**

- |                          |                          |
|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



1-V 2-X 3-V

### 4. Wybierz poprawne rozwiązanie

- Der Patient \_\_\_\_\_ gestern einen Schlaganfall und kann heute den rechten Arm nicht gut bewegen. *(Pacjent wczoraj miał udar i dziś nie może dobrze poruszać prawą ręką.)*  
a. haben    b. hatte    c. hattet    d. hat
- In der Physiotherapie \_\_\_\_\_ wir jeden Tag, damit der Patient wieder selbstständig aufstehen kann. *(Na fizjoterapii ćwiczymy codziennie, żeby pacjent mógł znowu samodzielnie wstać.)*  
a. übt    b. geübt    c. üben    d. übest
- Bei der nächsten Evaluation \_\_\_\_\_ wir, ob die Patientin mit dem Rollstuhl alleine ins Bad fahren kann. *(Przy następnej ocenie omówimy, czy pacjentka może sama dojechać na wózku do łazienki.)*  
a. besprochen    b. bespreche    c. bespricht    d. besprechen

1. hatte 2. üben 3. besprechen

### 5. Odgrywanie ról - dialogi (QR: Audio)

#### Reha-Plan nach Schlaganfall besprechen

**Krankenpfleger:** Frau Meier, wir sprechen kurz über Ihren Reha-Plan nach dem Schlaganfall, ja?

*(Pani Meier, porozmawiamy krótko o Pani planie rehabilitacji po udarze, dobrze?)*

**Patientin:** Ja, gern, ich möchte meine Mobilität wieder verbessern.

*(Tak, chętnie. Chciałabym poprawić swoją mobilność.)*



**Krankenpfleger:** *Ihr Rehabilitationsziel ist: selbstständig vom Bett in den Rollstuhl umsetzen und kurze Strecken mit der Gehhilfe gehen.  
(Pani cel rehabilitacji to: samodzielne przesiadanie się z łóżka na wózek oraz chodzenie na krótkie odcinki z pomocą balkonika.)*

**Patientin:** *Das klingt gut, dann mache ich bei der Physiotherapie und dem Transfertraining gut mit.  
(To brzmi dobrze, będę więc aktywnie uczestniczyć w fizjoterapii i treningu transferów.)*

1. Welche Rehabilitationsziele sind für Sie persönlich wichtig?
- 

## 6. Mówienie (QR: AI+)

*Meiner Beobachtung nach kann der Patient ... / Bei der Rehabilitation ist wichtig, dass ... / Beim Transfer/Beim Umlagern achte ich darauf, dass ...*



1. Ein Patient hatte gestern einen Schlaganfall. Welche typischen Symptome beobachten Sie und was tun Sie zuerst als Pflegekraft?  

---
2. Sie erklären einer Patientin kurz, warum Physiotherapie und Bewegung für die Mobilität wichtig sind. Was sagen Sie?  

---
3. Sie sind bei einer kurzen Evaluierung mit Arzt und Therapeut. Beschreiben Sie in 1–2 Sätzen, wie sich der Patient beim Transfer vom Bett zum Stuhl verhält.  

---
4. Sie helfen einem Patienten beim Umlagern im Bett. Was sagen Sie vorher, und welche Hilfsmittel nennen Sie kurz?  

---

## 7. Pisanie: E-Mail (QR: AI+)

Betreff: **Rehabilitation** von Frau Novak – Bitte um kurze Rückmeldung

Liebe Frau / lieber Herr,

ich arbeite mit Frau Novak auf Station 3. Nach ihrem **Schlaganfall** möchten wir den **Reha-Plan** anpassen. Ich brauche bitte Ihre Einschätzung aus der Pflege.

Können Sie mir kurz schreiben:

- Wie ist die **Mobilität** von Frau Novak im Moment? Kann sie mit dem **Rollstuhl** oder mit **Gehstock** zur Toilette gehen?
- Wie klappt das **Aufstehen, sich setzen** und **sich umdrehen** im Bett? Braucht sie viel Hilfe beim **Transfer** vom Bett in den Stuhl?
- Hat sie aktuell **Schmerzen**? Wenn ja: Wie stark sind die Schmerzen auf der **Schmerzskala** von 0 bis 10?

Für das nächste **Erholungsziel** möchte ich gern planen, dass Frau Novak wieder sicher mit Hilfe zur Toilette gehen kann. Ihre Information hilft mir sehr für die nächste **Verlaufskontrolle** und die **Evaluationssitzung** morgen.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Mit freundlichen Grüßen

Julia Meier

Physiotherapie, Station 3



**Napisz odpowiednią odpowiedź:** *vielen Dank für Ihre E-Mail. Hier ist meine Einschätzung zu Frau Novak:  
/ Zurzeit kann Frau Novak ... / Für den Reha-Plan finde ich wichtig, dass ...*

---

---

---