

Stationäre Pflege

Evidenzbasierte Informationen zur Bewegungsförderung veröffentlicht

Auf die Bedeutung von regelmäßiger Bewegung für die Gesundheit und Selbstständigkeit pflegebedürftiger Menschen weist das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) hin. „Sie hilft, geistige und körperliche Fähigkeiten zu erhalten und Gesundheitsproblemen vorzubeugen. Daher sollte Bewegungsförderung in der stationären Pflege eine wichtige Rolle spielen“, hieß es aus dem Zentrum. Allerdings sei in der Praxis häufig unklar, welche konkreten Interventionen für die jeweiligen Pflegebedürftigen geeignet sind. Das ZQP hat daher eine Übersicht „Bewegungsförderung in der stationären Pflege“ entwickelt. Sie bietet wissenschaftlich fundierte Informationen zu 20 bewegungsfördernden Maßnahmen.

„Bewegungsförderung ist ein wichtiger Aspekt gesundheitlicher Prävention bei pflegebedürftigen Menschen. Sie kann dazu beitragen, den Abbau körperlicher und geistiger Fähigkeiten zu verringern und Alltagskompetenzen zu erhalten. Außerdem kann das Sturzrisiko gesenkt und weiteren Gesundheitsproblemen vorgebeugt werden“,



Foto: picture alliance

sagt Dr. med. Ralf Suhr, Vorstandsvorsitzender des ZQP. Das neue Angebot zeigt, welche organisatorischen Voraussetzungen zur Umsetzung der Trainingsprogramme erforderlich sind und wie diese durchgeführt werden können. Zudem haben die Autoren den aktuellen Kenntnisstand zur Wirksamkeit der Konzepte dargestellt.

Außerdem ist auf einen Blick erkennbar, für welche spezifische Zielgruppe eine bestimmte bewegungsfördernde Maßnahme geeignet ist. So können Interventionen zum Beispiel gezielt für Bewohner mit und ohne körperliche oder geis-

**Die Empfehlungen sollen Unsicherheiten abbauen** und die stationäre Versorgung pflegebedürftiger Patienten verbessern.

tige Beeinträchtigungen ausgewählt werden. Einige Maßnahmen sind auch für Menschen mit schwerer Demenz geeignet.

Die Zusammenstellung macht laut ZQP auch deutlich, dass es derzeit bei vielen Konzepten der Bewegungsförderung in der Pflege an Evidenz fehle – über die Wirksamkeit vieler Interventionen sei wenig oder gar nichts bekannt. „Insbesondere für körperlich und geistig stark eingeschränkte Menschen, zum Beispiel mit fortgeschrittener Demenz, sind bisher praktikable und wirksame Angebote Mangelware“, heißt es aus dem Zentrum.

Das ZQP weist in diesem Zusammenhang darauf hin, dass pflegebedürftige Menschen auch das Recht haben, nicht an Bewegungsförderung teilzunehmen: „Motivieren ist wichtig und richtig – aber niemand darf gedrängt oder gar gezwungen werden“, betont Suhr. Die ZQP-Übersicht basiert auf einer Untersuchung, die die Universität Bielefeld im Auftrag der Stiftung durchgeführt hat, sowie auf ergänzenden Recherchen des ZQP.

*hil*  
<http://daebl.de/SS13>

Innovationsfondsprojekt ARena  
Blog zu Antibiotikaalternativen

Das Projekt „ARena – Antibiotikaresistenzentwicklung nachhaltig abwenden“ kommuniziert seine Projektthemen seit Anfang des Jahres auch über das Webangebot „Antibiotikaalternativen“ und in den sozialen Medien.

„Über unseren Blog sowie über die dazugehörigen Facebook-, Twitter-, Youtube- und Pinterest-Kanäle informieren wir in regelmäßigen Abständen in für medizinische Laien verständlicher Sprache über Wissenswertes rund um das Thema Antibiotika und Resistenzbildung. Damit wollen wir die Menschen auch über diesen Informationskanal erreichen und für einen verantwortungsbewussten Um-



gang mit Antibiotika sensibilisieren“, erklärt Dr. med. Veit Wambach, Allgemeinmediziner und Vorsitzender der Agentur deutscher Arztnetze, die als Konsortialpartner an dem Projekt beteiligt ist.

Im Blog berichtet das Team um Wambach, wann Antibiotika tatsächlich sinnvoll sind und geben Tipps, wie man ohne sie schnell wieder gesund werden kann. Sie greifen beispielsweise Themen auf, die der Fragestellung nachgehen, wie Kindern Antibiotika richtig verabreicht werden. Ein weiterer Beitrag klärt auf, warum Antibiotika nicht bei Erkältungen wirken. Ebenso werden allgemeine Informationen auf der Internetseite gege-

ben. So erklärt Wambach, wie man gefährlichen Keimen in der Küche vorbeugen kann oder wie sich Erkältungen durch die richtige Hygiene abwenden lassen.

Das ARena-Projekt startete im vergangenen Jahr unter der Federführung des AQUA-Instituts in 195 Praxen in 14 Arztnetzen in Bayern und Nordrhein-Westfalen. Ziel ist es, die Wirksamkeit der Antibiotika als wichtige Therapieoption zu erhalten. Dafür tauschten sich die teilnehmenden Ärzte unter anderem über die Resistenzsituation und die Verschreibungspraxis von Antibiotika insbesondere bei Atemwegsinfekten in ihrem jeweiligen Arztnetz in Qualitätszirkeln aus.

*neb*  
[www.antibiotika-alternativen.de](http://www.antibiotika-alternativen.de)