



Wir möchten folgenden Instanzen und Personen danken:

Dem Europäischen Sozialfonds, mit dessen Hilfe wir diese Merkblätter erstellen konnten.

Frau Denise KLUPCZYN SKI für ihre Erfahrung und ihr Know-how, das sie uns zur Verfügung gestellt hat, sowie dem CEP Eckbolsheim

Frau Doktor Nathalie RAUSCH und Frau Andrée KERGER von der Cellule d'Evaluation et d'Orientation de l'Assurance Dépendance, sowie Herrn Philippe PLANCHON vom Service des Moyens Accessoires für Ihren Erfahrungsaustausch

Caroline CAUDMONT (Help Doheem Versuergt), Sylviane JEANTY (Ausbildungsplattform von Help) und Clara DOS SANTO S (Stiftung Hëllef Doheem) für ihre konstruktive Zusammenarbeit.

Den Verantwortlichen der Hilfs- und Pflegezentren von „Hëllef Doheem“ und der verschiedenen Antennen von „Help“, die sich konkret an unserem Projekt beteiligt haben, indem sie unsere Fragebögen beantwortet haben.

Den Hilfs- und Pflegezentren, die uns empfangen haben und den Krankenpflegern und -schwestern, den SchwesternhelferInnen, den Aides socio-familiales, die aktiv an unserer Studie teilgenommen und ihre wertvolle Zeit geopfert haben.

Dem Service des Moyens Accessoires (SMA), der Gesellschaft Kersting Luxembourg SARL und dem Hôpital Princesse Marie-Astrid in Niederkorn, dafür, dass sie uns die nötigen technischen Hilfen zur Verfügung gestellt haben.

Den ErgotherapeutInnen, Krankenpflegern und -schwestern, SchwesternhelferInnen, PflegerInnen, Altenhelfern, die uns ihren Eindruck von der vorläufigen Ausgabe mitgeteilt haben.

Zum Schluss möchten wir besonders den Patienten danken, die uns mit großer Herzlichkeit bei sich zu Hause empfangen haben.



Diese Merkblätter wurden erarbeitet von einem Team des Service de Santé au Travail Multisectoriel, bestehend aus:

- Aurélie Duveau, Arbeitspsychologin
- Ingrid Lempereur, Physiotherapeutin, Beraterin für Sicherheitsprävention und Ergonomie
- Dr. Sylvie Reckinger, Arbeitsmedizinerin

Unter Mitwirken von Dr. Majery, Direktion

Die Zeichnungen wurden realisiert von Valérie Dion, Illustratorin.

Konzeption und Umsetzung Agacom.lu



Rückenschonende Kranken- und Altenpflege

| Merkblatt | Merkblatt Nr. | Aushändigung bei einer Schulung ... |
|--|---------------|-------------------------------------|
| Grundregeln zum Schutz des Rückens (1) | 1 | Basis |
| Grundregeln zum Schutz des Rückens (2) | 2 | Basis |
| Die Basishandgriffe und -haltungen zum Schutz des Rückens | 3 | Basis |
| Anpassung des Umfeldes | 4 | Fortgeschrittene |
| Die seitliche Umlagerung im Bett | 5 | Basis |
| Aufsetzen: Rückenlage = > Sitz an der Bettante | 6 | Basis |
| Aufstehen aus dem Sitzen / Sitz = > Stand | 7 | Basis |
| Höherlagern im Bett | 8 | Basis |
| Drehen auf die Seite: Pflegekraft hinter dem Patienten, Pflegekraft vor dem Patienten | 9 | Basis |
| Griffe, Bewegungsabläufe und Hilfsmittel für die Körperpflege und die Inkontinenzpflege | 10 | Basis |
| Der "Schinkengang" (marche fessière) nach vorne und nach hinten | 11 | Basis |
| Transfer Stuhl = > Bett / Stuhl: Armlehnen / Fußstützen nicht vorhanden oder abnehmbar | 12 | Basis |
| Transfer Stuhl = > Bett / Stuhl: fixe Armlehnen / Fußstützen | 13 | Basis |
| Aufrichten im Sitz (von vorne und von hinten) | 14 | Basis |
| Transfer: Stand = > Sitz, Sitz = > Rückenlage im Bett | 15 | Basis |
| Methoden zur Hilfestellung beim Gehen, beim Treppen steigen und zur Fortbewegung im Rollstuhl | 16 | Basis |
| Vom Boden auf einen Stuhl aufsetzen | 17 | Fortgeschrittene |
| Methoden zur Hilfestellung beim Ein- und Aussteigen in bzw. aus dem Auto | 18 | Fortgeschrittene |
| Methoden für spezielle Pflegebehandlungen (wie Bandagen, Verbände, Spritzen, Urinkatheter ...) | 19 | Fortgeschrittene |
| Die technischen Hilfsmittel im Bett | 20 | Fortgeschrittene |
| Die technischen Hilfsmittel für Transfers im Sitz oder im Stand | 21 | Fortgeschrittene |
| Der Lifter / Patientenheber | 22 | Fortgeschrittene |
| Die technischen Hilfsmittel für die Badewanne, die Dusche und die Toilette | 23 | Fortgeschrittene |
| Stress und Rückenschmerzen Die Beziehung zwischen Pflegekraft und Patient | 24 | Fortgeschrittene |
| Gesunde Ernährung... und was isst Ihr Rücken ? | 25 | Fortgeschrittene |