**Digitale Vorlage für Arbeitsblatt 1a (aktive Mobilisation)**

In den farbigen Textfeldern finden Sie die einzelnen Handlungsschritte, die erforderlich sind, um einen zu Pflegenden dazu anzuleiten, sich eigenaktiv im Bett zu drehen bzw. auf die Bettkante aufzusetzen.

Ihre Aufgabe besteht darin, in *Einzelarbeit* die Handlungsschritte der Bewegungsabfolge in die richtige Reihenfolge zu bringen. Fügen Sie die Textbausteine in ihrer korrekten Abfolge in die Übersicht auf der nachfolgenden Seite ein.

* **drückt sich mit dem unteren (rechten) Ellenbogen und der oberen (linken) Hand ab und schwingt zeitglich die Beine aus dem Bett**
* **begibt sich mit einer kontrollierten, gleichmäßigen, seitlichen Bewegung in eine sitzende Position**
* **überprüft die Sitzposition auf Stabilität und Sicherheit**
* **drückt sich mit der linken Ferse auf der Unterlage ab**
* **führt zeitgleich den linken Arm zur gegenüberliegenden Bettkante, um sich auf die rechte Seite zu drehen, Blickrichtung und Kopfbewegung folgen dem linken Arm**
* **hält sich mit der linken Hand an der rechten Bettkante fest**
* **vermittelt durchgehend Sicherheit und Orientierung, indem sie präsent und unterstützend am Bettrand steht**
* **erläutert kleinschrittig den Bewegungsablauf**
* **gibt ggf. taktile Impulse an Schulter, Becken, und Füßen**
* **hört zu**
* **stellt Fragen**
* **schiebt beide Unterschenkel über den Bettrand**
* **winkelt den rechten Arm an und legt diesen mit der Hand nach oben Richtung Kopfende ab**
* **informiert den zu Pflegenden**
* **bringt das Bett auf eine angemessene Arbeitshöhe**
* **entfernt Gegenstände, die den Bewegungsablauf beeinträchtigen, aus dem Bett (z. B. Kissen)**
* **stellt in Rückenlage beide Beine nacheinander auf**
* **überprüft, ob zwischen Bettkante und Körper genügend Platz für eine Drehung zur Seite gegeben ist**
* **korrigiert ggf. Lage zur Gegenseite, um ausreichend Platz für die Drehung zu haben**

Handlungsabfolge einer Mobilisation auf die Bettkante:

**angeleiteter aktiver Bewegungsablauf mit assistiven Elementen**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Handlungen der Pflegefachkraft** | **Handlungen des zu Pflegenden** | **Handlungsabfolge in Bildern** |
| **Mobilisation vorbereiten** |  |  |  |
| **Ausgangsposition einnehmen** |  |  |  |
| **Drehung initiieren** |  |  |  |
| **Aus der Rückenlage auf die Seite drehen** |  |  |  |
| **Aufsetzen einleiten** |  |  |  |
| **In sitzende Position aufrichten** |  |  |  |