

Кинестетика

Движение, контролируемое самостоятельно,
для людей с болевым синдромом

Барбара Хюнель, г. Фрайберг (земля Саксония / Германия)
Медсестра и инструктор по кинестетике

Движение

Тяжелобольным людям при передвижении необходима помощь, например:

- Изменение положения сидя и лёжа
- Посадка и укладывание
- Пересаживание с кровати на инвалидное кресло
- Поддержка при определенном положении

Проблема:

Мы переносим
пациента с
инвалидного
кресла на
кровать



Пациент
тяжелый!



Мы тащим его,
чтобы изменить его
положение в
кровати

Последствия

- ◎ Движение связано с болью.
- ◎ Поднимая тяжести, мы травмируем себя, или это приносит вред по прошествии времени.
- ◎ Пациент противится нашим действиям.
- ◎ Возможности пациента игнорируются (мы его недооцениваем).
- ◎ Кроме того, мы игнорируем границы своих возможностей и истощаем наши ресурсы.

Ключ к решению проблемы

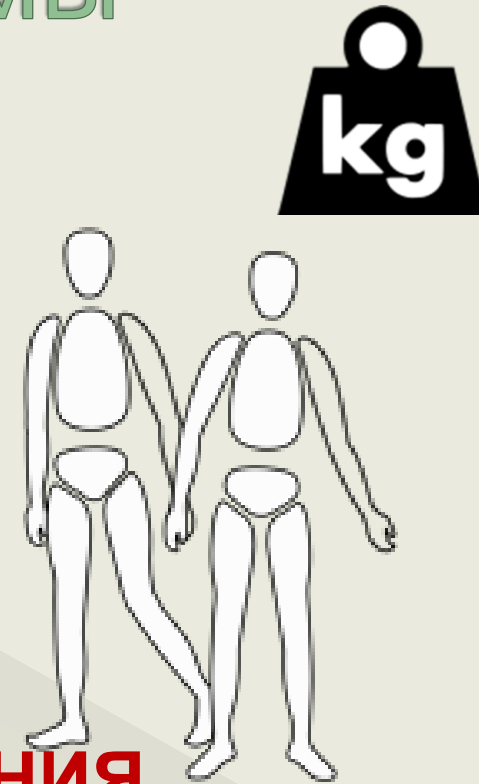
Не: **ПЕРЕНОСИТЬ ВЕС**

а: **ОСУЩЕСТВЛЯТЬ ДВИЖЕНИЕ**

Что нам необходимо: **КОМПЕТЕНЦИЯ ДВИЖЕНИЯ**

Это позволит нам предложить пациенту такое движение,

- ⊙ которому он может следовать.
- ⊙ которое он может самостоятельно контролировать.



Компетенция движения

- ◎ **Осознавать собственное движение**
 - › Научиться обращать внимание на самого себя
 - › Чувствовать и принимать границы собственных возможностей
- ◎ **Уметь менять собственное движение**
 - › Подстраиваться под ситуацию в рамках своих возможностей
 - › Нарабатывать многообразие движений посредством опыта
- ◎ **Использовать собственные возможности движения, чтобы начать двигаться вместе с другими**

«Кинестетика»

- ◎ Движение (kinesis)
- ◎ Восприятие (aesthesia)



- ◎ двигаться
- ◎ ощущать
- ◎ использовать

Кинестетика для осуществления ухода

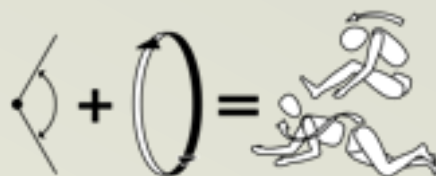
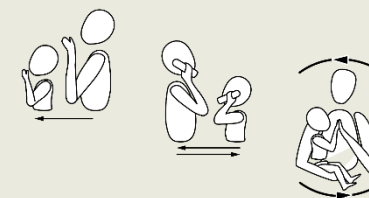
- Мы передвигаем людей с меньшим напряжением
- Мы учимся поднимать меньший вес
- Мы содействуем подвижности больных и/или пожилых людей
- Мы открываем индивидуальные возможности движения пациентов

Паллиативная помощь

- Движение может привести к облегчению тяжелых симптомов заболевания.
- Движение в большей степени требует индивидуального подхода при оказании поддержки.
- Пациентам требуется высокая степень самостоятельности, чтобы справляться с тяжелыми симптомами заболевания (чаще всего болями).
- Движение требует особой чуткости обслуживающего персонала к индивидуальным нуждам пациентов.
- У обслуживающего персонала должен быть творческий подход и разнообразие идей, чтобы справляться со сложными задачами паллиативной помощи.

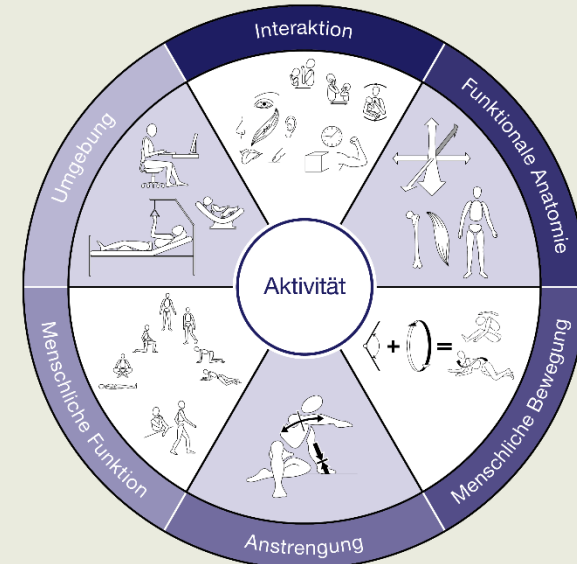
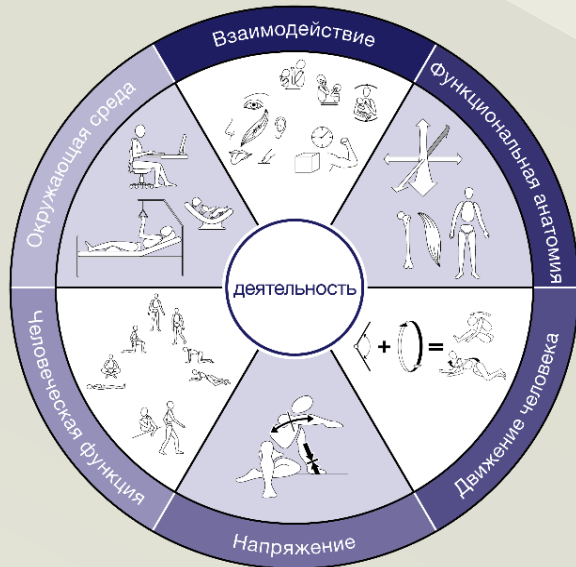
Приглашение попробовать на практике

Все вышесказанное – абстрактно. Реальностью оно станет лишь на опыте.



Для уважительного обращения с тяжелобольными людьми необходимо:

развивать компетенцию движения —



открывая вместе с пациентом
разные возможности
движения

„Кинестетика в паллиативной помощи“

совместно с

