

### Badezimmer

Diese Darstellung erhebt nicht den Anspruch auf Vollständigkeit.

Diese Tabelle soll Ihnen einen Großteil der Ursachen, die zu Gefährdungen bei der häuslichen Pflege führen, aufzeigen und Maßnahmen angeben, wie Sie den Gefährdungen vorbeugen und sich davor schützen können.

Ursachen	Gefährdungen	Maßnahmen
Zu enge Türen Zu enger Raum	sich Stoßen Zwangshaltung Folge: Langzeitschäden der Wirbelsäule	Umbaumaßnahme durchführen: <a href="#">Türen</a> sollten mindestens 80cm, ggf. breiter sein Überflüssige Badezimmermöbel entfernen Wohnraumanpassung
Nicht abgewinkelte Türklinken	Hängen bleiben	Gerundete, zum Türblatt hin abgewinkelte Türklinken verwenden
Regale, Schränke und Einrichtungsgegenstände mit spitzen Ecken und Kanten	sich Stoßen	Nur Einrichtungsgegenstände nur mit gerundeten Ecken und Kanten verwenden
Badezimmerteppiche, herumliegende Kleidungsstücke oder Handtücher	Rutschen, Stolpern	Badezimmerteppiche entfernen, herumliegende Kleidungsstücke oder Handtücher beseitigen
Unsachgemäßes Heben in die Badewanne	Zwangshaltung/ Wirbelsäulenschädigung	Einsatz von Hilfsmitteln, wie Haltegriffe, Haltestangen, Einstiegshilfen, Wannensitz, Badewannenlifter usw.  Wohnraumanpassung z. B. bodengleiche Dusche
Zu große Badewanne	Zwangshaltung/ Wirbelsäulenschädigung	Badewannenverkleinerer einsetzen
Glatte Badewannenboden durch Badezusatz	Ausrutschen	Rutschhemmung durch Badematte oder den Badezusatz weglassen
Keine Sitzgelegenheit beim Waschen in der Dusche	Zwangshaltung/ Wirbelsäulenschädigung	Sitzgelegenheit in der <a href="#">Dusche</a> schaffen

Ursachen	Gefährdungen	Maßnahmen
Keine Haltegriffe zur Unterstützung beim Stehen in der Dusche	Stürzen, Zwangshaltung/ Wirbelsäulenschädigung	Haltegriffe in der Dusche anbringen
Keine erhöhte Toilette vorhanden, Unterstützung beim Aufstehen vom Toilettensitz	Wirbelsäulenschädigung	Toilette auf benötigte Höhe anpassen Anwendung von Bewegungskonzepten wie z. B. Kinästhetik
Ausrutschen auf glatten Fliesen  Glatte Fliesen durch Seifen- und Lotionsspritzer auf dem Boden  Nässe auf dem Boden	Ausrutschen	Rutschhemmende Putzmittel im Duschbereich, Anti-Slip-Belag, Gummimatten mit Saugnäpfen, rutschhemmende Klebestreifen, neue rutschhemmende Fliesen der Rutschfestigkeit R10B  Achtsamer Umgang mit Körperpflegemitteln  Nässe auf dem Boden sofort beseitigen
Zu heißes Wasser aus der Armatur	sich Verbrühen	<a href="#">Armatur</a> und Brausekopf mit Verbrühungsschutz, Temperaturregler auf 45 °C begrenzen
Armatur schlecht erreichbar wegen geringer Körpergröße	sich Verrenken	Armatur mit Hebel-Verlängerung
Nicht an den Fenstergriff herankommen Schimmelbildung durch mangelnde Lüftung  Nach dem Duschen oder Baden keine Durchlüftung des Badezimmers (rutschiger Boden)	Stürzen Gesundheitliche Schäden durch Sporen Ausrutschen	Griffverlängerung  Regelmäßiges Lüften, automatische Belüftung, automatische Fensteröffnung
Zu wenig Licht im Bad oder in der Toilette  Zu helles Licht	Stolpern, Stürzen  Schlafmangel (zu helles Licht kann das Wiedereinschlafen verhindern) Unkonzentriertheit, Stürzen, Unfälle	Spezielle <a href="#">Nachtlichter</a> anbringen, Bewegungsmelder installieren

# Gefährdungen und Schutzmaßnahmen

## Sicheres Pflegen zu Hause

Ursachen	Gefährdungen	Maßnahmen
Räumliche Enge durch zu viel Mobiliar	Zwangshaltung  sich Stoßen  Stürzen	Durch Umstellen oder Entfernen der Möbel ausreichend Bewegungsfläche schaffen
Unterstützung in zu engen Duschen z. B. beim Waschen des Rückens oder der Füße	Zwangshaltung/ Wirbelsäulenschädigung	Verwenden eines Waschlappens mit Teleskopstiel und einer Fußbürste (die pflegebedürftige Person kann diese unter Anleitung selbstständig benutzen)  Wohnraumanpassung (größere Dusche)
Verwenden von Stückseife	Infektionsgefahr	Spender für Waschlotion/Desinfektionsmittel einsetzen