

### Schlafzimmer

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
<b>Boden</b>		
Rutschende Teppiche	Stolpern Stürzen	Rutschhemmende Teppiche verwenden  Antirutschmatte unter den Teppich legen  Teppiche durch Parkettboden, Laminat oder Fliesen ersetzen
Hochstehende Teppichkanten	Stolpern Stürzen	Hochstehende Teppichkanten vermeiden  Teppiche durch Parkettboden, Laminat oder Fliesen ersetzen
Zu glatter Boden	Ausrutschen Stürzen	Ausreichend rutschhemmender Bodenbelag  Rutschhemmende Reinigungsmittel benutzen
<b>Bett</b>		
Unsachgemäßes Verschließen von Bettgittern	Haut einklemmen	Vorsichtige und sachgerechte Anwendung
Wiedereinfügen von einzelnen Bestandteilen des Bettes (wie z. B. des Kopfteils)		
Tätigkeiten an einem Bett mit spitzen Kanten	sich Stechen	Abgerundete Kanten

# Gefährdungen und Schutzmaßnahmen

## Sicheres Pflegen zu Hause

Ursachen	Gefährdungen	Maßnahmen
Tätigkeiten an einem Pflegebett mit einer Betthöhe unter 65 cm  Nicht vorhandene Unterteilung und Verstellbarkeit der Liegefläche	Zwangshaltung  Folge: Langzeitschäden der Wirbelsäule  sich Verheben	Betthöhe mindestens 65 cm  Besser: Höhenverstellbarkeit
Nicht sachgerechtes Unterstützen zum Aufrichten im Bett	sich Verheben	<a href="#"><u>Pflegebett</u></a> mit Vorrichtung für eine Bettleiter anschaffen  Bettleiter verwenden  Anwendung von Bewegungstechniken wie z. B. Kinästhetik
Nicht benutzte oder defekte Feststellbremsen	Wegrutschen des Bettes  Folge: sich Verheben	Feststellbremsen instand setzen und benutzen
Auf dem Boden liegende Kabel (wie etwa von der Bettfernbedienung)	Stolpern  Stürzen	Verlegung von Kabeln außerhalb von Aufenthaltsbereichen
<b>Nachtschrank</b>		
Spitze Kanten am Nachtschrank  Falscher Standort	sich Schneiden  sich Stoßen	Abgerundete Kanten  Geeigneten Standort wählen
Oberfläche schlecht abwaschbar	Übertragung von Krankheitserregern	Pflegenachtschrank verwenden
Herausgezogene Schublade oder geöffnete Tür	sich Stoßen  Stolpern	Sofortiges Verschließen nach Gebrauch
Auf dem Boden liegende Kabel (z. B. von elektrischen Betriebsmitteln)	Stolpern  Stürzen	Verlegung von Kabeln außerhalb von Aufenthaltsbereichen
<b>Tisch</b>		
Spitze Kanten am Tisch  Falscher Standort	sich Stoßen  sich Stechen  sich Schneiden	Tische mit abgerundeten Kanten  Geeigneten Standort wählen

# Gefährdungen und Schutzmaßnahmen

## Sicheres Pflegen zu Hause

Ursachen	Gefährdungen	Maßnahmen
Oberfläche schlecht abwaschbar	Übertragung von Krankheitserregern	Geeignetes, gut abwaschbares Material auswählen
<b>Stuhl</b>		
Falscher Standort	sich Stoßen	Geeigneten Standort mit ausreichend Bewegungsraum wählen
Nicht standsicher (Schaukelstuhl o. Ä.)	Stürzen	Standsicherer Stuhl verwenden
Oberfläche schlecht abwaschbar	Übertragung von Krankheitserregern	Geeignetes, abwaschbares Material auswählen, evtl. desinfizierbaren oder kochbaren Überwurf verwenden
<b>Einrichtung</b>		
Zu enge <u>Türen</u>	sich Stoßen (z.B. bei Hilfestellung durch Unterhaken)  Zwangshaltung	Nach Möglichkeit (oder bei anstehendem <u>Umbau</u> ) Türen auf mindestens 80 bis 90 cm verbreitern
Zu <u>enger Raum</u>	sich Stoßen  Zwangshaltung	Möbel aus dem Raum stellen  Große Möbel durch kleinere ersetzen  Gegebenenfalls über Zimmertausch nachdenken
Nicht abgerundete Türklinken	Hängen bleiben	Gerundete, zum Türblatt hin abgewinkelte Türklinken verwenden  Barrierefreie Beschläge
Regale, Schränke und Einrichtungsgegenstände mit spitzen Ecken und Kanten	sich Stoßen	Bei Neukauf von Möbeln nur Einrichtungsgegenstände mit gerundeten Ecken und Kanten aussuchen  An spitzen Ecken und Kanten Kantenschutz (zum Beispiel Kantenschutz für Kinder) anbringen

# Gefährdungen und Schutzmaßnahmen

## Sicheres Pflegen zu Hause

Ursachen	Gefährdungen	Maßnahmen
Teppiche oder herumliegende Kleidungsstücke/Gegenstände	Rutschen Stolpern	Teppiche entfernen Herumliegende Kleidungsstücke/ Gegenstände beseitigen  Mehr Möglichkeiten zum Aufhängen von Kleidungsstücken schaffen (z. B. am Kleiderschrank Haken anbringen)
Unsachgemäßes Heben aus dem/in das <a href="#">Pflegebett</a>	Zwangshaltung/ Wirbelsäulenschädigung	Einsatz von Hilfsmitteln, elektrisch (höhen-)verstellbares Pflegebett  Höhenverstellbarer Lattenrost, Bett mit Rollen (mit Bremsen) erhöhen
Keine Sitzgelegenheit beim An- und Auskleiden	Zwangshaltung/ Wirbelsäulenschädigung durch Stützen/Auffangen des Pflegebedürftigen	Einsatz von Hilfsmitteln, elektrisch (höhen-)verstellbares Pflegebett  Höhenverstellbarer Lattenrost, Bett mit Rollen (mit Bremsen) erhöhen
Unzureichende <a href="#">Beleuchtung</a> im Pflegezimmer	Stolpern Stürzen	Schlafzimmer mit einer angemessenen künstlichen <a href="#">Beleuchtung</a> ausstatten
Zu helles Licht	Schlafmangel (zu helles Licht kann das Wiedereinschlafen verhindern)	Spezielle Nachtlichter anbringen
Räumliche Enge durch zu viel Mobiliar	Zwangshaltung sich Anstoßen Stürzen	Ausreichend Bewegungsfläche schaffen durch Umstellen oder Entfernen der Möbel