



Annette Zumdick, Kinaesthetics-Trainerin im St. Marien-Krankenhaus Ahaus (2.v.r.) und Sascha Schierok, Regionalleiter BARMER (2.v.l.) waren begeistert von der Mitarbeit der Grundkurs-Absolventen Kinaesthetics.

Mehr Lebensqualität im Alltag

27.02.2018 | Ahaus

Ob ausgelöst durch einen Unfall oder eine Krankheit - täglich kommt es auch im Westmünsterland zu vielen Schicksalsschlägen, die Betroffene und ihre Angehörigen aus der Bahn werfen. Der Alltag muss von jetzt auf gleich umgestaltet werden, weil die sonst üblichen, automatischen Bewegungsabläufe nicht mehr funktionieren. Das nicht jeder hilflos in seiner neuen Situation sein muss und welche Möglichkeiten es gibt auch mit Handycap noch einiges an Lebensqualität zu erhalten, hat der Grundkurs Kinaesthetics im Ahauser St. Marien-Krankenhaus anschaulich und praxisorientiert umgesetzt.

„Kinaesthetics“ - ein Begriff, der im täglichen Sprachgebrauch kaum Verwendung findet, aber dessen Inhalt, die sogenannte „Bewegungs-Wahrnehmung“, unbewusst das alltägliche Leben mitbestimmt. Körperbewegungen wie aufstehen, anziehen, laufen, essen und trinken gelten für den gesunden Menschen als selbstverständlich. Doch was ist, wenn z.B. nach einem Unfall oder Schlaganfall genau diese angelernten Automatismen nicht mehr locker von der Hand abgehen? Oftmals werden die Betroffenen als kompletter Pflegefall eingestuft, obwohl viele Funktionen noch erhalten geblieben sind.

Genau da setzt die Expertise der „Kinaesthetics“ an, die im Ahauser Krankenhaus durch die Expertin Annette Zumdick in vielfältigen Kurs- und Workshop-Angeboten präsentiert wird. Einen ersten großen Überblick mit Theorie und daran unmittelbar anknüpfenden praktischen Beispielen hat der jüngste Grundkurs Kinaesthetics vermittelt. „Die größte Irritation ist die Unwissenheit der Bewegungsabläufe im Umgang mit den zu Pflegenden“, sagt Zumdick. „An Armen und Beinen wird gezogen, gezerrt oder anderweitig hin und herbewegt und sorgt dadurch für unnötige Hektik, Unbeweglichkeit und Frustration.“

„Die Erfahrungen und das Wissen aus dem Kurs bringen mich sehr viel weiter, ich habe im Vorfeld viele Fehler gemacht, die ich jetzt bewusst vermeiden kann“, bilanziert Teilnehmerin Nicole Unnebrink, die sich wie alle anderen Teilnehmer sofort für den folgenden Aufbaukurs angemeldet hat. Sie pflegt seit einem Jahr ihren Vater, der aufgrund eines Schlaganfalls auf fremde Hilfe angewiesen ist. „Wir freuen uns sehr, dass durch die Kinaesthetics-Kurse die Lebensqualität der zu Pflegenden und ihrer Angehörigen in den eigenen vier Wänden verbessert wird und somit oftmals eine stationäre und damit teurere Pflege für den zu Pflegenden nicht in Anspruch genommen werden muss“, macht Sascha Schierok als Regionalgeschäftsführer der BARMER aus Stadtlohn das kostenlose Angebot des Ahauser Krankenhauses noch einmal deutlich.

Seit mehreren Jahren finanziert die Barmer als Kooperationspartner die Kurse und sorgt dadurch ohne großen bürokratischen Aufwand für eine schnelle und direkte Hilfe zur Selbsthilfe. „Die Familie ist der größte Pflegedienst der Nation und diese Form der Selbsthilfe wird in den nächsten Jahren noch mehr eingefordert werden“, schildert Kinaesthetics-Trainerin Annette Zumdick den Blick in die Zukunft. Deswegen führt das St. Marien-Krankenhaus Ahaus in regelmäßigen Abständen Grund- und Aufbaukurse sowie Workshops und Entwicklungstage durch.

Anmeldungen und weitere Informationen, auch zu häuslichen Schulungen, erhalten Sie bei Frau Zumdick direkt unter 02561/99 1788 oder per E-Mail an kinaesthetics@marien-kh-gmbh.de.