

Das Amberger Bodenbett – Eine Erfolgsgeschichte aus der Praxis

Bericht von Margarete Hirsch, Krankenschwester mit Weiterbildung Innere Medizin und Intensiv, Kinaesthetics-Trainerin

Was vor 15 Jahren noch als innovative, aber kaum umsetzbare Idee galt, hat sich heute fest etabliert: das Bett am Boden. In der Zwischenzeit hat sich diese besondere Form der Matratzenlagerung in vielen Kliniken als echte Alternative zur Fixierung – ob chemisch oder mechanisch – bewährt.

Gerade in Akutkrankenhäusern und anderen medizinischen Einrichtungen gibt es immer wieder Patienten, die aufgrund von Orientierungslosigkeit oder körperlicher Instabilität einen geschützten Rahmen benötigen. Das Amberger Bodenbett bietet hier eine Antwort: eine Matratze direkt auf dem Boden, mit einer gepolsterten Umrandung an drei Seiten und einer offenen Seite. Diese Gestaltung erlaubt es den Betroffenen, je nach Zustand selbstständig hinein- oder herauszukommen – sei es durch Rollen oder Krabbeln. Gleichzeitig bleibt die offene Seite für Pflegende, Therapeuten, Ärzte und Angehörige zugänglich und ermöglicht so jederzeit Kontakt und Nähe.

Ein Fallbeispiel aus dem Amberger Klinikalltag

Besonders eindrücklich zeigte sich der Nutzen des Bodenbetts bei einem Patienten, der aus einer Rehabilitationseinrichtung zu uns, ins Klinikum St. Marien in Amberg, zurückverlegt wurde. Er verweigerte dort die Teilnahme an den Aktivitäten und reagierte mit starkem Abwehrverhalten. Um weiteren Stress zu vermeiden, entschied das Team gemeinsam mit mir, ihn direkt ins Amberger Bodenbett zu verlegen.

Die Reaktion war bemerkenswert: Der Patient ließ die Maßnahme ruhig mit sich geschehen, krabbelte in die hintere Ecke des Betts, zog sich die Decke über den Kopf und schlief innerhalb weniger Minuten ein – ganz ohne Medikamente. Weder Abwehr noch Unruhe waren zu beobachten. Stattdessen erlebte er ein Ankommen am Boden, in einer klar begrenzten und dadurch sicher wirkenden Umgebung. Diese Beobachtungen ließen sich immer wieder bestätigen, wenn das Bodenbett zum Einsatz kam.

Bewegungsförderung und Sturzprophylaxe

Auch bei Schlaganfallpatienten, die körperlich noch unsicher sind und ein erhöhtes Sturzrisiko haben, zeigt das Bodenbett seine Stärken. Hier dient es nicht nur als Schutz, sondern zugleich

als mobilitätsfördernde Pflegeintervention. Denn am Boden können Bewegungen in einem größeren Raum erprobt werden – vorsichtiges Tasten, Krabbeln oder das Einüben von Positionswechseln sind in dieser Umgebung leichter möglich als in einem herkömmlichen Bett von 90 x 190 cm. Ob selbstständig oder begleitet durch Fachkräfte – die sichere Fläche bietet Platz für kleine Fortschritte, rund um die Uhr, sieben Tage die Woche.

Damit dieser Ansatz erfolgreich sein kann, ist eine konsequente Schulung des Personals notwendig, insbesondere im Bereich Kinaesthetics. Auch Angehörige werden von Beginn an einbezogen – das verstärkt den therapeutischen Nutzen für alle Beteiligten.

Vom Kliniksetting bis in die Häuslichkeit

Während das Bodenbett in Kliniken meist als Übergangslösung bei akuten Krankheitsbildern dient, kann es in Einrichtungen der Behinderten- oder Altenhilfe durchaus eine dauerhafte Wohnform sein. Auch hier ist die fachliche Begleitung durch geschultes Personal unerlässlich.

Doch auch zu Hause kann die Idee überzeugend umgesetzt werden – etwa durch eine Matratze auf dem Boden. Gerade bei Kindern mit starkem Bewegungsdrang, etwa im Autismus-Spektrum, ist dies eine wertvolle Alternative zum Gitterbett oder gar zur Fixierung. Die Umgebung lässt sich dabei individuell und kreativ gestalten: von einer weichen Teppichlandschaft über bunte Umrandungen bis hin zu fantasievollen Motiven wie Schloss oder Garage. Auch aufblasbare Schwimmbecken können als Begrenzung dienen – eine Erfahrung, die Angehörige von Menschen mit schwerer Demenz und hoher Sturzgefahr bereits positiv berichten.

Ein Beispiel aus dem privaten Umfeld: Eine Bekannte entschied sich bei ihrem an Demenz erkrankten Ehemann für diese Lösung und fand darin die sicherste und zugleich würdevollste Möglichkeit der Nähe und Geborgenheit.

Lernen im Alltag – für Groß und Klein

In anderen Kulturen ist das Schlafen am Boden längst selbstverständlich – etwa mit einem Futon. Hierzulande braucht es oft noch etwas Mut, Neues auszuprobieren. Genau dazu möchten wir ermutigen: Probieren Sie innovative Wege aus, lernen Sie im Familienverbund und scheuen Sie sich nicht, verschiedene Varianten zu testen.

In Kursen rund um Kinaesthetics – etwa unter dem Motto „Sich entlasten und wirksam helfen“ – werden nicht nur Grundpositionen vermittelt, sondern auch alltagstaugliche Umsetzungen gezeigt. Der Einsatz von Blöcken und anderen Hilfsmitteln wird geübt, damit am Ende die Sicherheit im Umgang mit der neuen Umgebung steht.

Der Transfer in den Alltag – ob ins Sitzen, Rollen oder andere Mobilitätsformen – gelingt mit der richtigen Begleitung von selbst.

Fazit: Ein Bett, das Geschichten schreibt

Nicht nur das berühmte „Bett im Kornfeld“ ist ein Lied wert – auch das Bett am Boden hat längst seinen Platz in der Praxis verdient. Es steht für Sicherheit, Selbstbestimmung und neue Wege in der Pflege. Lassen Sie sich von den Möglichkeiten überraschen – und machen Sie sich Ihr eigenes Bild.

Weitere Informationen und die Kontaktdaten von Margarete Hirsch erhalten Sie bei uns in der Geschäftsstelle oder direkt über die TrainerInnen-Liste auf der Website „wir-pflegen-zu-hause“: <https://www.wir-pflegen-zuhause.de/prog-trainerinnenliste.cfm>



Konkrete Hilfe durch gezielte Schulung der Angehörigen

Der Verband Kinaesthetics Deutschland bietet umfangreiche Schulungsangebote, nicht nur für professionell Pflegende, sondern auch für pflegende Angehörige. Im Programm „Kinaesthetics Pflegende Angehörige“ gibt es unterschiedliche Unterstützungsangebote.

Die zahlreichen Kinaesthetics-TrainerInnen sind bundesweit tätig und bieten unterschiedliche Schulungsmöglichkeiten an, wie gezielte Infoveranstaltungen mit ca. 3 Std. Umfang oder Kurse mit 21 Std. Umfang (die Aufteilung kann individuell vereinbarten Zeitfenstern stattfinden) in dem alle 6 Konzepte des Kinaesthetics-Programms beleuchtet werden. Selbstverständlich ist bei jeder Veranstaltung ausreichend Raum für Fragen und Antworten eingeplant. Auf der Website „wir pflegen zu Hause“ erhalten Sie umfassende Informationen zum Programm und können TrainerInnen

oder eine Veranstaltung in ihrer Nähe suchen. Dort finden Sie auch den Link zu den sechs Videos zur Ergänzung von Kinaesthetics-Bildung speziell für pflegende Angehörige. Jedes Video thematisiert einen anderen Konzeptinhalt und gibt praktische Beispiele. ■

Alles beginnt mit einem ersten Schritt

Unter www.wir-pflegen-zuhause.de oder über den QR-Code finden Sie die kostenfreien Videos zu folgenden Themen:

