

Sehr geehrte Bewohner, Angehörige,
Bevollmächtigte und gesetzliche Betreuer,

unsere pflegerische Aufgabe ist es, Kontrakturen
möglichst zu vermeiden bzw. die Restmobilität der
Bewohner bei vorhandenen Kontrakuren zu erhalten.

KONTRAKTUREN

IN CURA[®]
SENIOREN - RESIDENZEN
WOHNEN - LEBEN - SICHERHEIT

IN CURA[®]
SENIOREN - RESIDENZEN
WOHNEN - LEBEN - SICHERHEIT

Haben Sie noch Fragen?

Unsere Mitarbeiter stehen Ihnen gerne
jederzeit zur Verfügung.

INCURA GmbH
www.incura.de

Kontrakturen

Beratungsflyer • Stand März 2019

Informationen zu Kontrakturen

- Gelenkversteifungen dürfen als altersbedingte normale Entwicklung gesehen werden. Man spricht erst dann von einer Kontraktur, wenn es durch Bewegungseinschränkung mit Funktionseinbußen zu Komplikationen in der Alltagsbewältigung kommt.
- Verschiedene Erkrankungen oder Unfälle können Gelenke soweit schädigen, dass diese nur noch eingeschränkt beweglich sind. Häufige Auslöser sind ein Knochenbruch, ein Schlaganfall oder Verbrennungen mit Narbenbildung.
- Werden Gelenke über längere Zeit nicht bewegt, bilden sich Muskeln und Bänder zurück. Letztlich kann es zu einer völligen Gelenkversteifung kommen. Weder der Betroffene selbst noch die Pflegekräfte können solche versteiften Gelenke bewegen.
- Eine Kontraktur kann die äußere Erscheinung von Gliedmaßen verändern, Hände, Füße oder etwa Schultern können verdreht aussehen.
- Betroffen können Personen sein, die an einer Gelenkentzündung leiden, wie Gicht oder Rheuma. Häufiger Auslöser ist auch Arthrose (Gelenkverschleiß). Muskelerkrankungen, Sehnen- und Bänderverletzungen können zu Gelenkversteifungen führen.
- Eine Kontraktur kann sich auch als Spätfolge einer anderen Erkrankung ausbilden. Etwa dann, wenn ein Betroffener Schmerzen hat und eine Schonhaltung einnimmt. Immobiler Bewohner und Bewohner mit Schlaganfall können Kontrakturen entwickeln.

Kontrakturen sind zu erkennen an:

1. Bewegungsmöglichkeiten können eingeschränkt sein.
2. Verschiedene Handbewegungen oder Tätigkeiten können schwerer als sonst fallen.
3. Um Schmerzen bzw. kontrakturbedingte Schmerzen zu vermeiden oder zu reduzieren, wird eine Schonhaltung eingenommen.
4. Das Umfeld erkennt bei den Betroffenen Veränderungen an ihrer Haltung oder an ihren Bewegungen.

Kontrakturen können vermieden werden:

1. Wie schon der Volksmund sagt: „Wer rastet, der rostet.“ Die meisten Kontrakturen sind die Folge von Immobilität.
2. Bei vorhandener Immobilität sollte man körperlich aktiv bleiben.
3. Eine Bewegung der Gelenke kann „aktiv“ durch den Betroffenen selbst erfolgen.
4. Eine Bewegung der Gelenke kann „passiv“ durch die Pflegefachkraft/Pflegekraft oder einen externen Physiotherapeuten erfolgen, d. h. nicht durch den Betroffenen selbst.
5. Bei Immobilität der Bewohner können ausgewogene Lagerungs- und Bewegungsintervalle zur Vermeidung von Kontrakturen sowie Erhaltung der Restmobilität der Gelenke bei Kontrakturen unterstützend angewandt werden.