

Grundlagen

Strategien, Gesetze, Empfehlungen und Leitlinien im Bereich Bewegungsförderung von älteren Menschen in den Lebenswelten Kommune und Pflegeeinrichtung

Leitfaden Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen nach § 5 SGB XI (2018)

Verfasserinnen: PD Dr. Ellen Freiberger, Dr. Elke Schlesselmann, Ute Becker

Stand: Juni 2021

Einleitung

In den hier vorliegenden Strategien, Gesetzen, Empfehlungen und Leitlinien im Bereich Bewegungsförderung von älteren Menschen in den Lebenswelten Kommune und Pflegeeinrichtung bieten wir Ihnen eine Grundlage, mit der Sie bei älteren Menschen auf ein höheres Maß an körperlicher Betätigung hinwirken können. Sie sollen Ihnen dabei helfen, Bewegung zu fördern, Bewegung zu erleichtern, vorhandene Barrieren abzubauen und bewegungsfördernde Rahmenbedingungen zu schaffen.

Um Ihnen ein rasches Auffinden der wichtigsten Informationen zu ermöglichen, haben wir versucht, alle Grundlagen nach einem gleichen Schema - Kurzbeschreibung, Ziele, grundlegende Paragraphen, Empfehlungen für Maßnahmen zur Zielerreichung, weiterführende Hinweise – aufzubauen.

Übersicht der Strategien, Gesetze, Empfehlungen und Leitlinien:

1. Nationales Gesundheitsziel „Gesund älter werden“ (2012)
2. Internationale Strategien zur Bewegungsförderung auf EU-Ebene (2016-2025)
3. Gesetz zur Stärkung von Prävention und Gesundheitsförderung (2015)
4. Bundesrahmenempfehlungen der Nationalen Präventionskonferenz – Leitfaden Prävention nach § 20 SGB V (2018)
5. **Leitfaden Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen nach § 5 SGB XI (2018)**
6. Nationale Expertenstandards in Pflegeeinrichtungen in Bezug auf Bewegungsförderung (seit 2013)
7. Aktivierende Pflege
8. Qualitätsprüfungsrichtlinien für die vollstationäre Pflege nach § 5 SGB XI (2018)
9. Nationaler Aktionsplan „IN FORM“ (Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung) – ältere Menschen (seit 2008)

Kurzbeschreibung

Die Bedingungen für ein gesundes Älter werden von Bewohnerinnen und Bewohnern werden von den stationären Einrichtungen gestaltet. Körperliche Aktivität bei pflegebedürftigen Menschen ist für den Erhalt der körperlichen Leistungsfähigkeit, kognitiver Ressourcen und der Durchführbarkeit der Aktivitäten des täglichen Lebens hoch relevant. Mit dem Präventionsgesetz werden die Pflegekassen verpflichtet, Leistungen zur Prävention in voll- und teilstationären Pflegeeinrichtungen zu erbringen.

Ziel(e)

Die Pflegekassen sollen unter Beteiligung der Versicherten und der Leistungserbringer (Pflegeeinrichtungen) Vorschläge zur Verbesserung der gesundheitlichen Situation und zur Stärkung von Ressourcen und Fähigkeiten pflegebedürftiger Personen entwickeln.

Grundlegende Paragraphen

Das Sozialgesetzbuch (SGB XI) § 5 (Prävention in Pflegeeinrichtungen, Vorrang von Prävention und medizinischer Rehabilitation) beschreibt die Verpflichtung, dass Leistungen zur Prävention nun auch in voll- und teilstationären Pflegeeinrichtungen nach § 71 Abs. 2 SGB XI für in der sozialen Pflegeversicherung Versicherte erbracht werden sollen.

Maßnahmen zur Zielerreichung

Die Leistungen zur Prävention setzen einen partizipativen Organisationsentwicklungsprozess voraus und sollen sich von den Aufgaben der Pflegeeinrichtungen, insbesondere nach § 11 SGB XI (aktivierende Pflege) abgrenzen. Pflegekassen können die Pflegeeinrichtungen darin unterstützen, Bewegungs-programme in Gruppen anzubieten und die körperliche Aktivität Pflegebedürftiger im Alltag zu erhöhen.

Allgemeine Maßnahmen zur Förderung der körperlichen Aktivität Pflegebedürftiger

- Sensibilisierung aller Beteiligten für die Prävention und Gesundheitsförderung von pflegebedürftigen Menschen in der stationären Pflegeeinrichtung sowie die interne Öffentlichkeitsarbeit
- Kompetenzentwicklung professioneller Akteure und Akteurinnen
- Entwicklung von Konzepten zur Förderung der körperlichen Aktivität im Alltag
- Reflexion struktureller Rahmenbedingungen, Arbeitsbedingungen und –organisation unter dem Blickwinkel der Gesundheitsförderung
- Motivierung der pflegebedürftigen Personen, regelmäßig und dauerhaft an Angeboten teilzunehmen, die ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit und ihrem Bedarf entsprechen
- Zielgerichtete Anpassung der Bewegungsprogramme in Gruppen an die körperlichen und kognitiven Fähigkeiten der Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Richtige Planung von bewegungsfördernden Interventionen:

- Gewährleistung des offenen Zugangs (für alle Versicherten unabhängig von der Pflegekasse)
- Steuerung des Einflusses organisatorischer und allgemeiner Rahmenbedingungen (Abläufe, Finanzmittel, Zeitrahmen)
- Gezielte Auswahl der passenden Intervention (Kraft, Ausdauer, Gleichgewicht, Förderung der sozialen Kontakte)
- Systematische Teilnehmendenauswahl (Über- oder Unterforderung vermeiden)
- Berücksichtigung von eventuellen Qualifizierungsmaßnahmen (Einige Bewegungsangeboten erfordern Zusatzqualifikationen)
- Bereitstellung ausreichender Ressourcen in der Einrichtung (personell, räumlich, materiell / Geräte)
- Monitoring und Evaluation (richtige Umsetzung, Praktikabilität, Beurteilung der Maßnahmen, Einschätzen der Interventionen)

Weiterführende Hinweise

→ https://www.gkv-spitzenverband.de/pflegeversicherung/praevention_pflege/praevention_stationaere_pflege.jsp