

# OBERKÄRNTEN

SAMSTAG,  
11. JÄNNER 2014,  
SEITE 31

**Kinaesthetics-  
Trainer der  
Krankenhäuser  
Laas und Gailtal-  
Klinik: beispiel-  
gebendes Enga-  
gement im Pfl-  
gebereich**

SALCHER



## Zwei bewegende Preise

Bezirk Hermagor: Die European Kinaesthetics Association würdigte erstmals zwei Kliniken für ihren Beitrag zur Gesundheitsentwicklung.

LEOPOLD SALCHER

**P**räsidentin Christiane Grasperger und Landeshauptmannstellvertreterin Beate Prettnner überreichten gestern in Laas die Auszeichnungen an die ärztlichen Leiter Johannes Hoermann (LKH Laas) und Manfred Freimüller (Gailtal Klinik). Die Gesundheitsreferentin wertete diese Ehrung als „ganz besondere“ Würdigung für die Mitarbeiter, die sich über Pflegeeffizienz Gedanken gemacht hätten. Kinaesthetics („Lehre von der Bewegungsempfindung“) ist eine Erfahrungswissenschaft, die sich

mit der Stärkung der Bewegungskompetenz beschäftigt. Pflegemitarbeiter lernen ihre Bewegung in der Arbeit so einzusetzen, dass ihre Gesundheit nicht gefährdet wird. Trainer Stefan Kobler: „Leider gibt es im Pflegebereich mittlerweile mehr gesundheitsbedingte Ausfälle als in der Industrie.“

Laut Pflegedirektorin Doris Kazianka-Diensthuber wurde schon 2006 mit Kursen begonnen, 2012 erfolgte der Start dieses Bildungsprojektes. Erklärtes Ziel sei, die Patienten bei Aktivitäten wie Essen, Aufsitzen, Aufstehen oder beim Bewegen im Bett so zu

unterstützen, dass diese ihre Mobilität so weit wie möglich ausschöpfen und ihre Bewegungskompetenz erhalten und erweitern können. Kazianka-Diensthuber: „Dadurch entfalten pflegebedürftige Menschen mehr Eigenaktivität, lernen angstfrei ihre Fähigkeiten zu entdecken und werden schneller wieder mobil.“ Davon profitieren auch die Mitarbeiter. Letztlich entscheide aber der Patient, ob und wo er Unterstützung benötige. Unter den Gratulanten auch Bezirkshauptmann Heinz Pansi und die Bürgermeister Walter Hartlieb und Siegfried Ronacher.

### DIE MANNSCHAFT

**Team.** Das „Kinaesthetics“-Kernteam des LKH Laas und der Gailtalklinik: Sabine Astner, Elisabeth Essl, Rita Eiber, Gabriele Grumberg, Martin Kanzian, Birgit Lenzhofer, Michaela Müller, Ingrid Melchior, Sabine Mamou, Maria Obermoser, Renate Regittinig, Christian Rziha, Elisabeth Saiwald, Petra Salcher, Christiane Schellander, Maria Seisenbacher, Alexandra The-

messl, Gertraud Trojer, Karl J. Tschinderle, Betina Zerza, Margot Oswald. Projektleiter: Albert Kristler und Marion Wastian.

**Kinaesthetics-Trainer** unterstützen darin, die eigene Bewegung in den alltäglichen beruflichen Aktivitäten bewusst und differenziert wahrzunehmen sowie kompetent und gesundheitsfördernd an die jeweilige Situation anzupassen.

- AKADEMIE
- gut gemacht.
- V%rteilsclub
- Aboangebote
- Tarif

Zur Steiermark-Ausgabe



Zuletzt aktualisiert: 10.01.2014 um 20:16 Uhr

## Zwei bewegende Preise

Bezirk Hermagor: Die European Kinaesthetics Association würdigte erstmals zwei Kliniken für ihren Beitrag zur Gesundheitsentwicklung.



Foto © Salcher Kinaesthetics-Trainer der Krankenhäuser Laas und Gailtal- Klinik: beispielgebendes Engagement im Pflegebereich

Präsidentin Christiane Grasberger und Landeshauptmannstellvertreterin Beate Prettner überreichten gestern in Laas die Auszeichnungen an die ärztlichen Leiter Johannes Hoermann (LKH Laas) und Manfred Freimüller (Gailtal Klinik). Die Gesundheitsreferentin wertete diese Ehrung als "ganz besondere" Würdigung für die Mitarbeiter, die sich über Pflegeeffizienz Gedanken gemacht hätten. Kinaesthetics ("Lehre von der Bewegungsempfindung") ist eine Erfahrungswissenschaft, die sich mit der Stärkung der Bewegungskompetenz beschäftigt. Pflegemitarbeiter lernen ihre Bewegung in der Arbeit so einzusetzen, dass ihre Gesundheit nicht gefährdet wird. Trainer Stefan Kobler: "Leider gibt es im Pflegebereich mittlerweile mehr gesundheitsbedingte Ausfälle als in der Industrie."

Laut Pflegedirektorin Doris Kazianka-Diensthuber wurde schon 2006 mit Kursen begonnen, 2012 erfolgte der Start dieses Bildungsprojektes. Erklärtes Ziel sei, die Patienten bei Aktivitäten wie Essen, Aufsitzen, Aufstehen oder beim Bewegen im Bett so zu unterstützen, dass diese ihre Mobilität so weit wie möglich ausschöpfen und ihre Bewegungskompetenz erhalten und erweitern können. Kazianka-Diensthuber: "Dadurch entfalten pflegebedürftige Menschen mehr Eigenaktivität, lernen angstfrei ihre Fähigkeiten zu entdecken und werden schneller wieder mobil." Davon profitieren auch die Mitarbeiter. Letztlich entscheide aber der Patient, ob und wo er Unterstützung benötige. Unter den Gratulanten auch Bezirkshauptmann Heinz Pansi und die Bürgermeister Walter Hartlieb und Siegfried Ronacher.

## **LEOPOLD SALCHER**

### **FAKTEN**

Team. Das "Kinaesthetics"-Kernteam des LKH Laas und der Gailtalklinik: Sabine Astner, Elisabeth Essl, Rita Eiber, Gabriele Grumbeck, Martin Kanzian, Birgit Lenzhofer, Michaela Müller, Ingrid Melchior, Sabine Mamou, Maria Obermoser, Renate Regittnig, Christian Rziha, Elisabeth Saiwald, Petra Salcher, Christiane Schellander, Maria Seisenbacher, Alexandra Themessl, Gertraud Trojer, Karl J. Tschinderle, Betina Zerza, Margot Oswald. Projektleiter: Albert Kristler und Marion Wastian.

Kinaesthetics-Trainer unterstützen darin, die eigene Bewegung in den alltäglichen beruflichen Aktivitäten bewusst und differenziert wahrzunehmen sowie kompetent und gesundheitsfördernd an die jeweilige Situation anzupassen.





# Gold für LKH Laas und Gailtal-Klinik

Als erste Spitäler Österreichs erhalten die beiden Kabeg-Häuser eine Kinaesthetics-Auszeichnung.

**Hermagor, Kötschach-Mauthen** Hohe Würdigung für die Gailtal-Klinik und das LKH Laas: Als erste Spitäler Österreichs wird den beiden Kabeg-Häusern morgen eine Auszeichnung der European Kinaesthetics Association verliehen. Kinaesthetics ist eine Erfahrungswissenschaft, die sich mit der Stärkung der Bewegungskompetenz beschäftigt. Pflegemitarbeiter lernen ihre Bewegung in der Arbeit so einzusetzen, dass ihre Gesundheit nicht gefährdet wird. Den Patienten wiederum lehren sie, ihre eigenen Fähigkeiten zu entdecken und damit ihre Selbstständigkeit weitgehend zu erhalten bzw. wieder zu erlangen.

## Neue Bewegungsabläufe

Ältere Menschen etwa weisen oft eine Verarmung der Bewegungsmuster auf, welche nicht altersbedingt, sondern auf (Ver-)Lernprozessen beruhen. Demnach schränken Menschen im Alter oft ihre Tätigkeit ein, weil sie Angst davor haben zu stürzen. Durch den entspannten Umgang zwischen Pflegenden und Patienten sollen

sie diese Angst wieder verlieren. Dies geschieht u. a. mittels neuer Bewegungsabläufe beim Positionieren von Patienten. »Kinaesthetics wird seit Jahren von den Pflegenden in beiden Einrichtungen im Alltag angewendet. Gleich zu Beginn zeigte sich, dass vertraute Bewegungsmuster nur verändert werden, wenn eine kontinuierliche Beratung und Betreuung vor Ort Teamlernen möglich macht«, erklärt Doris Kazianka-Diensthuber, Pflegedirektorin der Gailtal-Klinik sowie des LKH Laas. So wurde im Juni 2012 ein Bildungsprojekt gestartet, das über ein Jahr in beiden Häusern gelebt und bearbeitet wurde. Hier ging es darum, eine gemeinsame Lernkultur zu entwickeln, die Garant für erfolgreiche Organisationen ist. Kazianka-Diensthuber: »In Sozial- und Gesundheitseinrichtungen ist die Qualität der Arbeit wesentlich von der Kompetenz und der Selbstverantwortung der einzelnen Mitarbeiter bzw. der jeweiligen Arbeitsteams abhängig.« Eine Praxis, der man in den beiden Spitälern gewissenhaft nachkommt.

rin Barbara Riedl-Wiesinger. »Die Studie zeigt auch, dass die Bevölkerung weiter ist als so manche politische Gruppe, die den Grund für Burn-out nur in der Arbeitswelt ortet.« Monster.at führt die Jobwechsler-Studie halbjährlich durch, sie weist ein Sample von 1010 Befragten aus.

Elektronische Medien tragen einen wesentlichen Teil zur Beschleunigung und damit zum Druck in der Arbeitswelt bei. Interessant ist, dass sowohl »freizeitorientierte« als auch »leistungsorientierte« Arbeitnehmer die Belastungen im Job annähernd gleich beurteilen.

## Anti-Stress-Gesetz

Seit einem Jahr sind Betriebe nach dem »Anti-Stress-Gesetz« verpflichtet, psychische Belastungen am Arbeitsplatz zu erheben, von Experten beurteilen zu lassen und gegebenenfalls geeignete Maßnahmen zum Schutz der Arbeitnehmer umzusetzen. Um genau festzustellen, welche Stressfaktoren einwirken, müssen externe Arbeits- und Organisationspsychologen eingesetzt werden. Auch wenn das Anti-Stress-Gesetz noch wenig bekannt ist, orten Experten bereits ein gestiegenes Bewusstsein bei Unternehmen.

## Stressfaktor

**Zwischen 50 und 60** Prozent aller Krankenstände sind auf Stress am Arbeitsplatz zurückzuführen, sagen internationale Studien. Die gesamtwirtschaftlichen Kosten durch verminderte Arbeitsleistung betragen in Österreich rund 3,3 Milliarden Euro. **Mit dem »Anti-Stress-Gesetz«** sind seit Beginn des Vorjahres die Arbeitgeber verpflichtet, die psychischen Belastungen der Arbeit zu erheben.



Die Projektleiter Marion Wastian und Albert Kristler bringen Pflegemitarbeitern bei, ihre Bewegungen richtig einzusetzen.

Kabeg/KK

KK



Patienten und Pfleger achten auf richtige Körperbelastung

# Bewegung lernen: Gailtal-Klinik und LKH Laas ausgezeichnet

Viele Menschen haben gewisse Bewegungen verlernt, was im Alltag einschränkt. Im LKH Laas und in der Gailtal-Klinik werden richtige Abläufe trainiert. Dafür gibt es eine Auszeichnung der European Kinaesthetics Association.

Als erste Spitäler Österreichs erhalten die beiden Krankenkabeg-Häuser heute, Freitag, die Auszeichnung. Seit 2006 arbeiten die Krankenhäuser nach dem Konzept



der Kinaesthetics, 2012 wurde dazu ein Bildungsprojekt für Mitarbeiter gestartet. Seitdem können die

Pflegenden ihre Patienten meist ohne Kraftaufwand neu lagern. Hebelifte und andere Hilfsmittel sind kaum noch notwendig. Dennoch bleiben Rückenbeschwerden aus.

Derart für Bewegungsabläufe sensibilisiert, haben die Pflegekräfte auch für die Patienten einen neuen Blick bekommen: Diese lernen gewisse Bewegungen wieder, verlieren die Angst und werden wieder selbstständiger. „Wird dem Patienten genügend Zeit gegeben, dann zeigen sich die positiven Folgen für beide Seiten“, erklärt Pflegedirektorin Doris Kazianka-Diensthuber.



Richtige Bewegungsabläufe helfen Patienten und Pflegekräften

Foto: kabeg