

	<b>Handbuch Qualitätsmanagement</b>	Kap. D.1.3.7.2
	Information Mobilität	

## Sehr geehrte Damen und Herren,

diese Information richtet sich gleichermaßen an Sie als Betroffene oder Betroffener wie auch an Ihre Familie, Bekannte, Freunde, Betreuer und Bevollmächtigte:

### Mobilität im Alter

Eine eingeschränkte Mobilität beeinflusst fast alle Lebensbereiche des Menschen wie z.B. die Gehfähigkeit, Dekubitusentwicklung, Obstipation und Thrombose.

Neben den pflegerischen Aspekten sind auch soziale und psychologische Phänomene betroffen. Denn Mobilität bedeutet aktiv, unabhängig und selbständig zu sein. Je mobiler ein Mensch ist, umso leichter ist es für ihn, soziale Kontakte zu knüpfen und pflegen. Dies beugt der sozialen Isolation vor.

Wer beweglich ist, fühlt sich fit und lebt gesünder. Deshalb ist Mobilität auch ein Stück Lebensqualität, Gesunderhaltung und gesundheitliche Prävention. Und genau darum ist es so wichtig, sie zu erhalten oder neu zu gewinnen.

### Um die Mobilität zu fördern, sollte folgendes beachtet werden:

- Hilfsmittel wie z.B. Aufstehhilfen, Rollatoren oder Rollstühle in Anspruch nehmen.
- Teilnahme an Gymnastikangeboten und an der Sturzprävention
- Sitzen ist besser als Liegen
- Auf eine mobilitätsfördernde Umgebung wie gute Lichtverhältnisse und ebenen Untergrund achten.

Weitere individuelle Beratung erhalten Sie jederzeit bei der zuständigen Pflegefachkraft, der Wohnbereichsleitung sowie Pflegedienstleitung.

Sprechen Sie uns gerne an!

Ihr Pflegeteam

Freigabe GF	Geprüft	Bearbeiter	Version	Datum	Seite
Frau Busch	QMB	QMB	2.0	November 2024	Seite 1 von 1