

Handlungsleitlinien für die Pflegemaßnahmen „Körperpflege: Körperwaschung“

Grundprinzipien, Hinweise, Empfehlungen

Anzahl der Pflegenden bei einer Ganz- oder Teilkörperwaschung:

Um die Körperorientierung der Patientin/des Patienten zu gewährleisten, soll die Körperwäsche nur von einer/einem Pflegenden durchgeführt werden. Eine zweite Pflegefachkraft kann z.B. bei schwerkranken Patientinnen/Patienten zur Unterstützung hinzugezogen werden.

Anzahl der Waschschüsseln für eine Ganz- oder Teilkörperwaschung:

Bei der Körperwaschung sind grundsätzlich zwei Waschschüsseln zu verwenden. Die erste Waschschüssel ist für die Reinigung mit Waschzusätzen (siehe Wasserwechsel), die zweite Waschschüssel für das Nachwaschen mit klarem Wasser (s. Verwendung und Auswahl von Waschzusätzen). Zusätzliche Waschschüsseln werden bei infektiösen Hautveränderungen (z.B. Pilzinfektionen) erforderlich.

Verwendung von Waschlappen und Handtüchern:

Zu jeder Körperwaschung soll ein frisches Handtuch und ein Waschlappen benutzt werden. Bei der Intimpflege empfehlen wir die Verwendung von Einmalwaschlappen und Klinikshandtüchern. Als Einmalwaschlappen empfehlen wir die in der Hausliste des Klinikums aufgeführten weißen Reinigungstücher.

Wasserwechsel:

Ein Wasserwechsel wird vor und nach der Waschung des Intimbereiches und bei sichtbaren Verschmutzungen erforderlich.

Verwendung und Auswahl von Waschzusätzen:

Diese richtet sich nach den Bedürfnissen und Wünschen der Patientinnen/Patienten, dem Hautzustand sowie dem Zweck der Körperwaschung. Prinzipiell wird laut Hygieneplan des Klinikums der JLU Gießen eine Verwendung von Waschlotionen bei der reinigenden Ganzkörperwaschung vorgegeben. Das Gesicht und die Augen sollen mit klarem Wasser gereinigt werden. Bei den therapeutischen Körperwaschungen können die Zusätze unterstützend wirken, sind jedoch keine Bedingung. Die angegebene Dosierung der Waschzusätze muss eingehalten werden. Bei Unsicherheiten bezüglich der Dosierung kann die zuständige Apotheke konsultiert werden.

Bei der Verwendung von Seifen und Syndets muss immer ein Nachwaschen mit klarem Wasser erfolgen.¹

Wassertemperatur:

Grundsätzlich soll bei der Auswahl der Wassertemperatur bedacht werden, dass warmes Wasser intensiver in den Hydro-Lipid-Mantel der Haut eingreift und somit die Austrocknung der Haut fördert. Die Wassertemperatur kühlt während des Waschvorganges ab und muss evtl. korrigiert werden. Die bei den einzelnen Körperwaschungen aufgeführten Wassertemperaturen sind als Richtwerte zu verstehen und müssen mit der Patientin/dem Patienten individuell abgestimmt werden. Die Temperaturgrade werden wie folgt definiert:

sehr kalt:	10° C – 15° C
kalt:	15° C – 30° C
indifferent:	35° C – 36° C
warm:	37° C – 38° C
sehr warm:	39° C – 40° C
heiß:	über 40° C

Wassertemperaturen unter 27° C werden als unangenehm empfunden!

Tragen von Einmalhandschuhen:

Dies wird im Rahmen der Intimpflege erforderlich; ansonsten obliegt das Tragen von Einmalhandschuhen der eigenen Entscheidung der/des Pflegenden.

Information/Beratung

Zweck:	Wissen über das Pflegeproblem „Eingeschränkte Fähigkeit sich vollständig oder teilweise zu waschen“ sowie die Vermittlung der erforderlichen (Selbst-) Pflegemaßnahmen.
Zielgruppe:	Patientinnen/Patienten die hinsichtlich des Pflegeproblems „Eingeschränkte Fähigkeit sich vollständig oder teilweise zu waschen“ ein Wissensdefizit haben und demzufolge kein entsprechendes Gesundheitsverhalten/-verständnis bzw. nicht die erforderliche Selbstpflege entwickeln können.
Vorgehensweise:	Die erforderlichen Informationen können wie folgt gegeben werden: Mündlich- in einem patientenorientierten Informationsgespräch. In diesem Gespräch sollen individuelle Probleme bei der Körperwa-

¹ Diese Entscheidung erfolgte nach Absprache mit Herrn Prof. Dr. Dr. Schill, Zentrum für Dermatologie am Klinikum der JLU Gießen und der Firma Beiersdorf AG medical, Geschäftsbereich Dermatologie, Hamburg

schung und die damit einhergehenden Unsicherheiten/Ängste/Wünsche/Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten thematisiert werden. Weiterhin soll ein angemessenes Gesundheitsverhalten (z.B. Dauer eines Bade-/Duschvorganges, Wassertemperatur) sowie unangemessenes Gesundheitsverhalten (z.B. Nicht-Einhaltung der Wischrichtung) angesprochen werden. Ebenfalls sollen die individuellen Möglichkeiten zur Problemlösung erläutert werden.

Schriftlich- z.B. Informationsblatt zur Wirkungsweise der Waschzusätze.

Anleitung- z.B. Gebrauch von Hilfsmitteln.

Demonstration- z.B. Umgang mit Kathetern/Drainagen/Wunden, Waschung des Intimbereiches.

Reinigende Körperwaschung

- Zweck:** Reinigung des Körpers, Förderung des Wohlbefindens.
- Zielgruppe:** Patientinnen/Patienten die nicht in der Lage sind die Körperpflege selbständig durchzuführen.
- Hilfsmittel:** 2 Waschschüsseln
1 Waschlappen und 2-3 Einmalwaschlappen für den Intimbereich
2 Handtücher (davon möglichst 1 Klinikhandtuch)
1–2 Paar Einmalhandschuhe für den Intimbereich
Waschzusätze nach Wunsch der Patientin oder des Patienten bzw. Nivea Baby Creme-Bad (15-20 ml auf 5 Liter) oder Bepanthal
Roche Waschlotion (20 ml pro Anwendung)
Nach Bedürfnissen der Patientin/des Patienten.
- Wasser-temperatur:**
- Vorgehensweise:** Empfohlene Waschreihenfolge: Gesicht/Augen, Ohren, Brust, Rücken, Arme, Hände, Beine, Intimbereich. (Von dieser Reihenfolge kann individuell unter Einhaltung der hygienischen Richtlinien abgewichen werden).
Augenpflege: Mit klarem Wasser und sauberen Waschlappen bei geschlossenen Augen (von außen nach innen abwischen). Mit sauberem Handtuch trocken tupfen.
Ohrenpflege: Die Ohrmuscheln mit Waschlappen reinigen und trocknen. Von außen sichtbarer Ohrenschmalz kann vorsichtig mit Watteträgern entfernt werden (Fett, Wasser und Seife dürfen bei der Waschung nicht in das Ohrinnere gelangen). **Der Watteträger darf nicht in den Gehörgang eingeführt werden. Verletzungsgefahr!**

Nasenpflege: Sichtbare Borken können vorsichtig mit Watteträgern entfernt werden. **Für jeden Reinigungsgang muss ein neuer Watteträger benutzt werden.**

Beachten: Bei infektiösen Hauterkrankungen (z.B. Pilzinfektionen) muss das betroffene Körperteil zuletzt gewaschen werden.

Schweißreduzierende Körperwaschung

- Zweck:** Schweißreduktion
- Zielgruppe:** Stark transpirierende Patientinnen/Patienten
- Hilfsmittel:** 1 Waschschüssel
1 Waschlappen
1 Handtuch
- Wasser-temperatur:** Unter der normalen physiologischen Körpertemperatur.
- Zusatz:** **Salbei (wirkt schweißhemmend):** 1 Liter Salbeitee (4 Filterbeutel oder 6g Salbeiblätter/1 Liter, ca. 5 Min. ziehen lassen) mit Wasser auf 5 Liter verdünnen.
- Vorgehensweise:** Empfohlene Waschreihenfolge: Körperstamm, dann Arme und Beine.
Das Waschen des Gesichtes und des Intimbereichs wird analog der reinigenden Körperwaschung durchgeführt. Den Waschlappen gut auswringen. Den Körper der Patientin/des Patienten in Haarwuchsrichtung betupfen (analog der beruhigenden Körperwaschung). Nach der Waschung den Körper der Patientin/des Patienten nur mit einem Tuch bedecken (Kühleffekt beibehalten).

Beruhigende Körperwaschung

- Zweck:** Beruhigung, Entspannung und Körperwahrnehmung fördern.
- Zielgruppe:** Patientinnen/Patienten mit hyperaktiven Zuständen, zentral bedingter Unruhe oder Angst, Schmerzzuständen, Einschlafstörungen, Morbus Alzheimer usw.
- Hilfsmittel:** 1 Waschschüssel, 1 weicher Waschlappen, 1 weiches Handtuch
- Wasser-temperatur:** 37° C – 40° C
- Zusatz:** **Lavendel (wirkt beruhigend):** Ein Liter Lavendelblütentee (1-5g Lavendelblüten in 1 Liter Wasser 5-10 Min. ziehen lassen) mit Wasser auf 5 Liter verdünnen.

Vorgehensweise:	Bei der ersten Waschung sollen keine Zusätze verwendet werden (die physiologische Wirkungsweise soll beobachtet werden). Empfohlene Waschreihenfolge: Körperstamm, dann Arme und Beine. Das Waschen des Gesichtes und des Intimbereiches wird analog der reinigenden Körperwaschung durchgeführt. Den Waschlappen auswringen. In Haarwuchsrichtung waschen; dabei passt sich die Hand der Pflegenden der Körperform der Patientin/des Patienten an. Mehrmaliges Waschen eines Körperteiles sowie das Abtrocknen und das Eincremen in Haarwuchsrichtung unterstreicht die beruhigende Wirkung. Evtl. dieses Vorgehen mit einem warmen Fußbad verbinden.
Beachten:	Ein gut temperiertes Zimmer und eine ruhige Atmosphäre während des Waschens sind Voraussetzung (Störungen während des Waschens vermeiden, Gespräche mit der Patientin/dem Patienten ggf. reduzieren).

Belebende Körperwaschung

Zweck:	Belebung, Anregung und Aktivierung
Zielgruppe:	Patientinnen/Patienten mit Depressionen, Erschöpfung, Somnolenz, Bewusstlosigkeit, Durchblutungsstörungen, Kreislaufinstabilität usw.
Hilfsmittel:	1 Waschschüssel 1 rauher Waschlappen 1 rauhes Handtuch
Wasser-temperatur:	Unterhalb der normalen physiologischen Körpertemperatur.
Zusatz:	Rosmarin (wirkt belebend): 1 Liter Rosmarinblättertée (2-5g Rosmarinblätter in 1 Liter Wasser 5-10 Min. ziehen lassen) auf 5 Liter Wasser verdünnen. Hinweis: Wirkt hautreizend; deshalb Verträglichkeit kontrollieren! Bei der ersten Waschung sollen keine Zusätze verwendet werden (physiologische Wirkungsweise muss beobachtet werden).
Vorgehensweise:	Empfohlene Waschreihenfolge: Körperstamm, dann Arme und Beine. Das Waschen des Gesichtes und des Intimbereiches wird analog der reinigenden Körperwaschung durchgeführt. Der Waschlappen sollte tropfnass sein. Gegen die Haarwuchsrichtung waschen; dabei passt sich die Hand der/des Pflegenden der Körperform der Patientin/des Patienten an. Mehrmaliges Waschen eines Körperteiles unterstreicht den belebenden Effekt. Abtrocknen mit einem

rauen Handtuch bzw. eincremen gegen die Haarwuchsrichtung unterstreicht die belebende Wirkung.

Beachten: Nicht anwenden bei Hypertonie, leichter Erregbarkeit sowie bei unruhigen und/oder desorientierten Patientinnen/Patienten.

Basalstimulierende Bobath-Waschung

Zweck:	Förderung der wahrnehmungsreduzierten bzw. -gestörten Körperregion. Betroffene sollen Empfindungen der gesunden Seite nachspüren und die Vorstellung auf die wahrnehmungsgestörte Körperseite übertragen.
Zielgruppe:	Patientinnen/Patienten mit neurologischen Ausfällen und/oder Hemiplegie.
Hilfsmittel:	1 Waschschüssel 1 rauher Waschlappen 1 rauhes Handtuch
Wasser-temperatur:	Nach Bedarf und auf Wunsch der Patientin/des Patienten.
Zusatz:	Nach Bedarf und auf Wunsch der Patientin/des Patienten.
Vorgehensweise:	Die Pflegefachkraft steht auf der wahrnehmungsbeeinträchtigten oder gelähmten Körperseite der Patientin/des Patienten. Empfohlene Waschreihenfolge: Körperstamm, Gesicht, Arme, Beine Das Waschen des Intimbereiches wird analog der reinigenden Körperwaschung durchgeführt. Die Waschung des Gesichtes kann bei selbständiger Durchführung der Patientin/des Patienten als erstes erfolgen. Ansonsten soll wegen der Gefahr der Spastik mit dem Waschen nicht im Gesicht der Patientin/des Patienten begonnen werden. Grundsätzlich von der gesunden Körperhälfte ausgehend zur betroffenen Seite hin waschen und dabei verstärkten Druck auf die Körpermitte ausüben, damit die Patientin/der Patient deutlich wahrnimmt, wie sich ihre/seine gesunde Körperseite bei Berührung anfühlt. Abtrocknen und evtl. eincremen nach der gleichen Vorgehensweise. Hinweis: Die Wahrnehmungsfähigkeit der beeinträchtigten Körperhälfte nimmt langsam zu. Um den Prozess zu fördern, ist ein konsequentes Einhalten der Prinzipien beim Waschen erforderlich.

Eine Kombination mit anderen Methoden der Ganzkörperwaschung ist möglich, aber abhängig vom Zustand der Patientin/des Patienten und der Zielsetzung der Waschung.

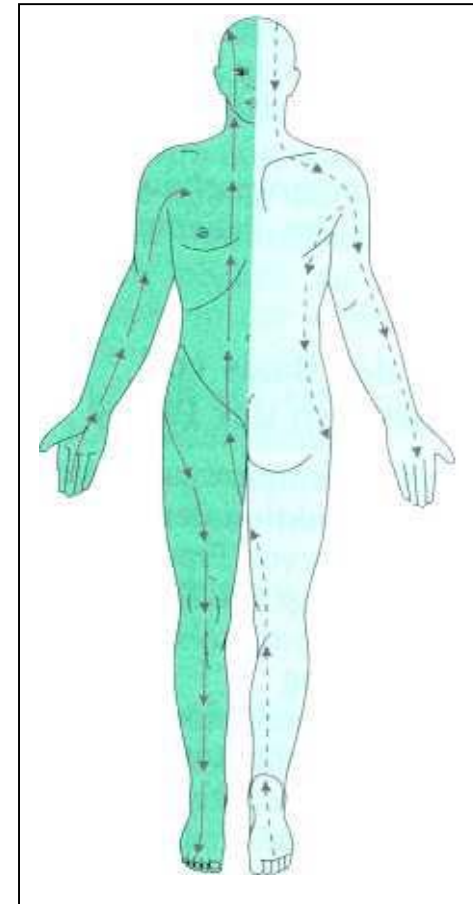
Beachten: Wärme- /Kältereiz kann Spastik auslösen!

Körperorientierende Waschung auf der Basis kinästhetischer Elemente

- Zweck:** Förderung der Körperwahrnehmung und Entwicklung von Körpergefühl.
- Zielgruppe:** Patientinnen/Patienten mit Wahrnehmungsstörungen und Bewegungseinschränkungen aufgrund z.B. Querschnittslähmung, Apallischem Syndrom, Verwirrtheit, allgemeiner Schwäche.
- Hilfsmittel:** 1 Waschschüssel, 1 Handtuch, 1 Waschlappen
- Wasser-temperatur:** Nach Bedarf und auf Wunsch der Patientin/des Patienten.
- Zusatz:** Nach Bedarf und auf Wunsch der Patientin/des Patienten.
- Vorgehensweise:** Das Waschen des Gesichtes und des Intimbereiches wird analog der reinigenden Körperwaschung durchgeführt.
Prinzip: Auf der Rückseite des Körpers („harte“ Seite oder Außenseite) abwärts und auf der Vorderseite („weiche“ Seite oder Innenseite) aufwärts waschen.
Arm abwärts: Rückseite des Oberarmes weiter nach unten bis auf die Ellenbogenspitze, über die Rückseite des Unterarmes und den Handrücken bis zu den Fingerspitzen.
Arm aufwärts: Über den Handteller, die Vorderseite des Unterarmes, durch die Ellenbeuge und weiter auf der Vorderseite des Oberarms bis in die Achselhöhle.
Rumpf: Durch die Achselhöhle nach hinten und auf der Seite von Brustkorb und Becken nach unten bis zur Gesäßhälfte.
Bein abwärts: Über die Rückseite des Oberschenkels, des Unterschenkels über den Fußrücken bis zur längsten Zehe.
Bein aufwärts: Nach oben über die Fußsohle und die Vorderseite des Unterschenkels bis in die Kniekehle, weiter auf der Vorderseite des Oberschenkels bis zur Leiste.
Rumpf: Über die Vorderseite von Becken und Brustkorb bis zum Arm. Danach kann ein weiterer Waschvorgang nach der beschriebenen Reihenfolge durchgeführt werden.

Hinweis: Beim Waschen soll ein für die Patientin/den Patienten

spürbarer mechanischer Druck entstehen. Es können auch nur einzelne Körperteile unter Einhaltung der Prinzipien gewaschen werden.



Waschrichtung bei der körperorientierten Ganzkörperwaschung



Strichrichtung der Körperbehaarung: Waschen und Massieren in Haarwuchsrichtung wirkt beruhigend, entgegen der Haarwuchsrichtung belebend.

Literaturverzeichnis

Aßmann, Christa (Hrsg.). *Pflegeleitfaden. Alternative und komplementäre Methoden*. München ; Wien ; Baltimore: Urban & Schwarzenberg, 1996

Bienstein, Christel; Angelika Zegelin. *Handbuch Pflege*. Düsseldorf: Selbstbestimmtes Leben, 1995

Bienstein, Christel; Michael Braun; Klaus-Dieter Neander; Gerhard Schröder. *Dekubitus. Die Herausforderung für Pflegenden*. Stuttgart ; New York: Georg Thieme, 1997

Schäffler, Arne; Nicole Menche; Ulrike Bazlen; Tilman Kommerell. *Pflege Heute. Lehrbuch und Atlas*. Stuttgart [usw.]: Gustav Fischer, 1998

Wir danken folgenden Personen für die fachliche Unterstützung und Beratung

Herr Dr. Mey	Apotheke
Frau Gladisch-Schneider	Krankenhaushygiene
Frau Willner	Krankenhaushygiene
Herr Prof. Dr. Dr. Schill	Zentrum für Dermatologie und Andrologie