

Definition Kontraktur

Der Begriff „Kontraktur“ beinhaltet beobachtbare Merkmale wie Gelenksteifigkeit, Funktionsstörungen der Extremitäten, Gelenkverformungen und einen gesteigerten Widerstand gegen passive Muskeldehnung. Der Patient kann das betroffene Gelenk wegen der verhärteten Muskulatur nur eingeschränkt oder gar nicht strecken bzw. beugen (aktive Bewegung) und Pflegende können das Gelenk nur eingeschränkt in eine andere Richtung stellen (passive Bewegung). Der Patient bewegt sich stark limitiert und ist oft von personeller Hilfe abhängig.

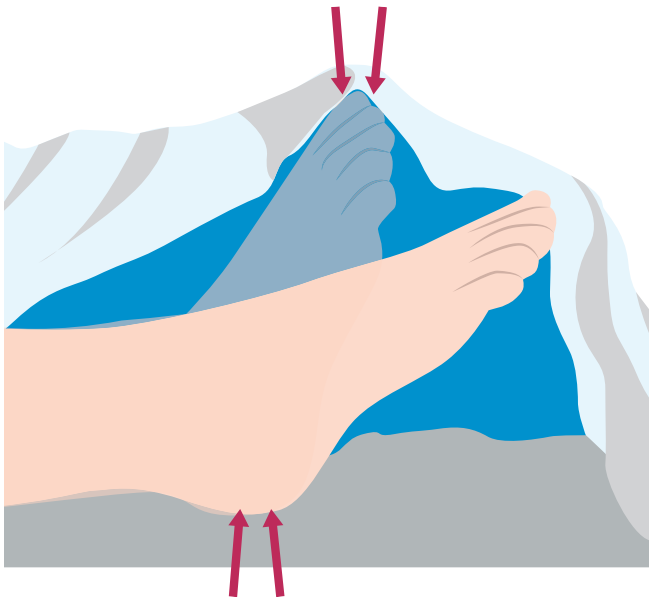
Ursachen und Risiken

Kontrakturen entstehen, wenn Menschen über längere Zeit in einer Position liegen oder sitzen und dabei die Funktionsstellung der Gelenke ignoriert wird. Der Bewegungsradius des Gelenks (Knie, Hüfte, Schulter) sinkt.

Sobald ein Mensch seinen gewohnten Mobilitätsradius reduziert, besteht ein Kontrakturnisiko. Die Gefahr steigt, wenn Muskelabbauprozesse beginnen oder sich chronische Krankheitsverläufe verschlechtern.

Eine andere Ursache für Kontrakturen besteht, wenn die notwendige individuelle Unterstützungsfläche unter Hohlräumen wie dem unteren Rücken, dem Nacken, der Kniekehle oder dem Fußgelenk nicht beachtet wird (fehlende oder falsche Positionierung).

Spitzfuß.



Quelle: I care Pflege. Thieme, 2015.

Kontrakturnisiko einschätzen

Spezielle Instrumente zur Feststellung eines Kontrakturnisikos sind bisher nicht bekannt. Die Physiotherapeutin z. B. Perforanztests, um die Bewegungsfähigkeiten von Patienten zu analysieren. Der Patient muss dabei Bewegungsaufforderungen nachkommen. Solche Tests sollten auch in der Pflege als Hilfsmittel eingesetzt werden, wenn auch eher „spielerisch“ in den Alltag integriert.

Teilweise werden auch komplexe Instrumente zur Erfassung des Kontrakturnisikos empfohlen, z. B. das Resident Assessment Instrument (RAI) oder das Geriatrische Basis Assessment (GBA).

Maßnahmen zur Kontrakturenprophylaxe

- oberstes Gebot: Bewegung!
- möglichst normaler Tagesablauf mit verschiedenen Positionen und Aktivitäten
- Patienten aktivieren, so viel wie möglich selbst zu übernehmen
- auf Schmerzen und mögliche Schonhaltung achten,
- Schmerztherapie ggf. anpassen, ggf. physikalische Maßnahmen durchführen, z. B. Wärmerapie
- stets auf eine korrekte Positionierung und die Neutralstellung bei Patienten mit Hemiplegie achten



ARBEITSAUFTRAG

- 1 Schreiben Sie eine Liste mit Risikofaktoren, die zu einer Kontraktur beitragen können. Diskutieren Sie darüber in der Gruppe.
- 2 Lesen Sie nach: was genau geschieht im Gelenk bei einer Kontraktur. Wodurch wird sie verursacht?
- 3 Beschreiben Sie in Stichworten: wie entsteht ein Spitzfuß und was können Sie tun, um die Entstehung zu verhindern.
- 4 Überlegen Sie zu zweit: wie könnten spielerische Tests im Pflegealltag aussehen, um die Bewegungsfähigkeit des Patienten zu erfassen.
- 5 Schreiben Sie zu Ihrer Liste mit Risikofaktoren pflegerische Interventionen, die das jeweilige Kontrakturnisiko vermindern oder ausschalten.

- I care Pflege 21, 60
- I care Krankheitslehre 14
- I care Anatomie 13