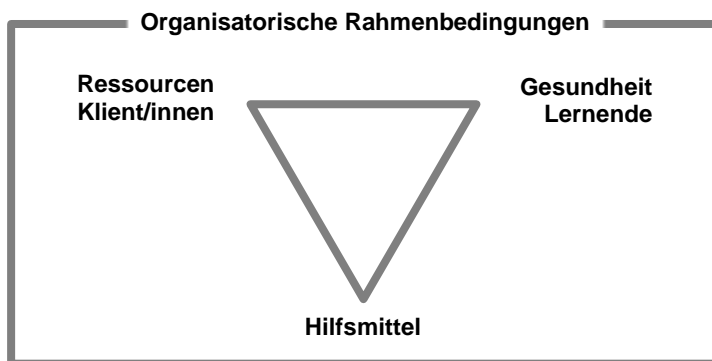


## Richtlinie zum Transfer von Klient/innen<sup>1</sup> und allgemeine Lastenhandhabung (Beilage zu Anhang 2 des Bildungsplans AGS, FaGe, FaBe)

Die organisatorischen Rahmenbedingungen bilden die Voraussetzung für den Transfer von Menschen. Ein wesentlicher Aspekt dabei ist, dass genügend Personal vorhanden ist und die notwendigen Hilfsmittel verfügbar sind.

Die Lernenden von 15 bis 18 Jahren führen Transfers von Klient/innen nach theoretischer und praktischer Schulung / Einführung aus (z.B. nach Kinästhetik oder PDBS – PRINCIPES POUR LE DÉPLACEMENT SÉCURITAIRE DES BÉNÉFICIAIRES). Sie achten dabei auf ihre Gesundheit, nutzen die Ressourcen der Klient/innen und verwenden bei Bedarf und systematisch Hilfsmittel (s. Grafik unten). Das Zusammenspiel der Elemente ermöglicht eine optimale Prävention der Lernenden und einen optimalen Einsatz der Ressourcen der Klient/innen.



### Allgemeine Richtlinien (Grundprinzipien) bei der Bewegungsunterstützung von Menschen

Für den Transfer von Menschen können keine allgemein gültigen, fixen Abläufe oder Handgriffe festgelegt werden, weil sich die Beteiligten mit ihrer Bewegung fortlaufend an die Situation anpassen müssen. Jeder Transfer erfordert eine hohe Achtsamkeit sowohl auf die eigene Bewegung, wie auch auf die Bewegungsanpassungen der unterstützten Person. Dabei sollen folgende Grundprinzipien berücksichtigt werden:

#### 1. Ressourcen Klient/innen

Grundprinzip	Begründung
<b>Unterstützen Sie wenn immer möglich so, dass die Klient/in ...</b>	
... ihr eigenes Gewicht über eine stabile Unterlage verlagern kann.	Klient/innen sollten die Gewichtsverlagerungen in ihrem Körper möglichst differenziert wahrnehmen und nachvollziehen können. Dies als Voraussetzung, um ihre Ressourcen besser zu nutzen und Bewegungsmuster zu finden, die wenig Kraft brauchen.
... ihre Arme und/oder Beine zur Gewichtsverlagerung nutzen kann.	
... das Gewicht ihrer Körperteile nacheinander verlagern kann.	
... ihre vorhandene Beweglichkeit in unterschiedliche Richtungen nutzen kann.	Sie reduzieren Ihre körperliche Belastung. Sie vermeiden das Heben von Gewicht.
... die Geschwindigkeit der Bewegung bestimmen kann.	Klient/innen brauchen oft sehr langsame Bewegungen und Zeit, um ihre Bewegungsmöglichkeiten nutzen zu können.

<sup>1</sup> Mit dem Begriff Klient/innen sind ebenso Patient/innen, betreute Personen oder Kinder gemeint.

## 2. Gesundheit Lernende (Fachpersonen)

Grundprinzip	Begründung
<b>Unterstützen Sie wenn immer möglich so, dass Sie als Fachperson...</b>	
... Ihre Körperspannung fortlaufend anpassen können.	Gesundheitsfördernde Bewegungsqualität
... Ihr eigenes Körpergewicht über ihre stabilen Körperstrukturen abgeben und verlagern.	
... Ihre Beweglichkeit möglichst flexibel nutzen.	
... sich mit Ihrem ganzen Körper dynamisch mitbewegen.	

## 3. Hilfsmittel

In den unten stehenden Tabellen werden zu den einzelnen Praxissituationen mögliche Hilfsmittel beschrieben. Die erwähnten Hilfsmittel sind nur Beispiele und müssen nicht zwingend im Ausbildungsbetrieb vorhanden sein.

Die Beteiligten entschieden situativ, ob eine zweite Person beigezogen wird.

### 3.1 Umlagerung im Bett und horizontale Transfers

Praxissituationen	Mögliche Hilfsmittel
a. Klient/-in kann mit etwas Hilfe selbständig Lage im Bett verändern	Gleittuch, Tuch, Abstosshilfe für Füße, Ziehhilfen für Arme, Antirutschmatten, ...
b. Klient/-in hat wenig Möglichkeiten, um bei der Durchführung des Transfers zu helfen	Gleittuch, Tuch, Lagerungsmaterial, Antirutschmatten, elektrisch höhenverstellbares Bett, ...
c. Klient/-in ist nicht in der Lage, aktiv beim Transfer mitzuhelfen	Gleittuch, Tuch, Lagerungsmaterial, Antirutschmatten, elektrisch höhenverstellbares Bett, ...

### 3.2 Transfer vom und zum Bett / Stuhl / Rollstuhl oder WC

Praxissituationen	Mögliche Hilfsmittel
a. Klient/-in kann fast selbständig (auf-)stehen und gehen, ist aber unsicher	Rutschbrett, Drehscheibe, Schaumstoffblöcke, elektrisch höhenverstellbares Bett, ...
b. Klient/-in kann nicht selbständig (auf-)stehen, hat etwas Rumpfstabilität und kann sein Gewicht teilweise mit den Beinen abstützen.	Rutschbrett, Schaumstoffblöcke, Transfergürtel, elektrisch höhenverstellbares Bett, Drehscheibe, ...
c. Klient/-in hat ungenügende Rumpfstabilität und kann nicht aus eigener Kraft auf den Beinen stehen.	Rutschbrett, Schaumstoffblöcke, Aufstehhilfe, elektrisch höhenverstellbares Bett, Personenheber, ...

### 3.3 An- und Ausziehen von Stützstrümpfen

Praxissituation	Mögliche Hilfsmittel
a. Klient/-in trägt Stützstrümpfe der Kompressionsklasse 2 oder höher	Rutschende Materialien (z.B. Seiden- und Slide-Stoffe) vor dem Anziehen der Stützstrümpfe verwenden, Anziehhilfen, ...

### 3.4 Statische Belastung (Arbeiten in ungünstigen Körperhaltungen)

Oben erwähnte Prinzipien beachten

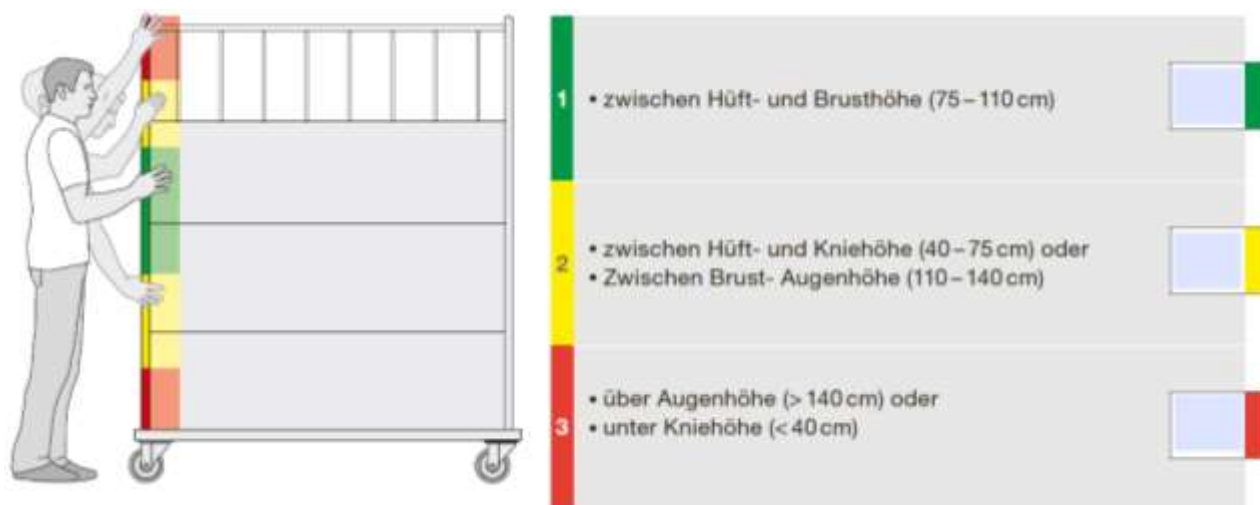
Praxissituationen	Mögliche Hilfsmittel
a. Klient/in wird sitzend geduscht	Dusch- oder Nachtstuhl, ...
b. Klient/in wird im Bett gewaschen / gepflegt	Elektrisch höhenverstellbares Bett, ...
c. Klient/in wird liegend geduscht	Höhenverstellbarer Duschwagen, ...
d. Klient/in wird gebadet	Höhenverstellbares Bad, ...
e. Wundversorgung Klient/in und Beine einbinden	In einem Bett oder auf einer verstellbaren Liege, Wundversorgungs-Bein-/Armlaufklage oder Hocker verwenden, ...

Mit dem unten stehenden QR-Code erreichen Sie die Webseite [www.suva.ch/cleverer-transfer](http://www.suva.ch/cleverer-transfer), auf der Sie zahlreiche weitere Informationen und Videos finden.



#### 4. Checkliste Bewegungen von Hilfsmitteln auf Rollen<sup>2</sup>

Bedingungen
Die Wege sind frei, ohne blockierende Schwellen oder Behinderungen.
Die Fahrwege sind gerade, ohne enge Kurven.
Der Boden ist flach.
Der Boden ist sauber, trocken und griffig.
Die Sicht ist frei.
Die Türen sind genügend breit.
Die Handgriffe oder geeignete Kontaktflächen sind in einer guten Höhe. (s. Grafik unten)



#### 5. Gesetzliche Grundlagen<sup>3</sup>

Die Richtwerte für Lastgewichte für eng am Körper gehaltene Lasten sind entsprechend dem Alter und dem Geschlecht festgelegt:

Alter	Männer	Frauen
14 bis 16 Jahre <sup>4</sup>	≤ 15 kg	≤ 11 kg
16 bis 18 Jahre	≤ 19 kg	≤ 12 kg

<sup>4</sup> Um das Wachstum nicht zu gefährden sind bei Jugendlichen bis und mit der Pubertät nach hohen Belastungen Ruhezeiten nötig. Bei Jugendlichen bis und mit der Pubertät müssen auf einen oder maximal zwei Arbeitstage mit hoher physischer Belastung ein bis zwei Tage mit wenig physischer Belastung folgen. Werden diese Ruhezeiten eingehalten, können sich Körper und Muskeln an das schnelle Körperwachstum anpassen und auch bei zeitweise hohen Belastungen werden Wachstumsstörungen weitestgehend vermieden. Die aufgeführten Richtwerte geben Hinweise zur durchschnittlichen Belastbarkeit, sie berücksichtigen den individuell unterschiedlichen Verlauf der Wachstumsphasen und des Zeitpunkts der Pubertät nur ansatzweise.

<sup>2</sup> Quelle (Tabelle und Grafik): Stossen und Ziehen von Gegenständen (Suva)

<sup>3</sup> gemäss Wegleitung SECO zu Art. 25 zur Verordnung 3 zum Arbeitsgesetz