

## Hoffnungsträger MiS Micro-Stimulation

**"Ein Stückchen Lebensqualität" - auch Menschen, die im Alter oder durch einen Schicksalsschlag körperlich stark eingeschränkt sind, sehnen sich danach. Wenig Schmerzen leiden, nachts gut durchschlafen und noch ein bisschen am Alltag teilhaben, steht auf der Wunschliste ganz oben. Neue Micro-Stimulationssysteme geben Betroffenen jetzt wieder etwas Normalität und Leichtigkeit zurück.**

"Meine Welt ist klein geworden." - Ein Zimmer voller Erinnerungen, vielmehr ist von Werner Lehmanns früherem Leben nicht übrig. Als Konferenzdolmetscher hat er die halbe Welt gesehen. Sein verschmitztes Lächeln ist ihm bis heute geblieben. Ein kleines Wunder, denn nach einem Schlaganfall vor sechs Monaten leidet der 76-jährige unter Lähmungserscheinungen in der linken Körperhälfte. Jede Bewegung bedeutet einen Kraftakt. Dass es ihm trotzdem mittlerweile wieder besser geht als noch vor einigen Wochen, hat Werner Lehmann einer engagierten Pflegedienstleitung zu verdanken sowie einer neuen Technologie, die in vielen deutschen Alten- und Pflegeheimen gerade erst Einzug hält.

Micro-Stimulation lautet das Zauberwort. Und das Prinzip dahinter ist denkbar einfach: Durch ein Lagerungssystem mit Flügelfedern werden selbst kleinste Eigenbewegungen des Patienten aufgefangen und wie ein Echo an den Körper des Betroffenen zurückgegeben. Die feinen Impulse halten den Körper unmerklich in Bewegung und unterstützen die Eigenwahrnehmung. Im Ergebnis werden dadurch nicht nur Schmerzen und Spasmen reduziert, sondern auch Wundgeschwüre vermieden, weil die physiologische Lagerung Druckspitzen vorbeugt. Das persönliche Wohlbefinden, gesunder Schlaf und ein Gespür für die eigene Mitte haben die Chance, zurückzukehren. Unterstützung durch Pflegekräfte oder ein Anschluss an technische Gerätschaften bedarf es dabei nicht.

Micro-Stimulationssysteme lassen sich ohne weiteres in jedes normale Pflegebett integrieren. Ganz neu ist die Idee, die in den vergangenen Jahren vom Institut für Innovation im Gesundheitswesen und Angewandte Pflegeforschung (IGAP) weiterentwickelt wurde, allerdings nicht. Bereits 1975 stellte der renommierte Pädagoge Prof. Dr. Andreas Fröhlich im Rahmen eines Schulversuches fest, dass Bewegung nur dann stattfinden kann, wenn vorher Reize wahrgenommen werden. Das von ihm entworfene Prinzip der basalen Stimulation gilt heute als wichtige Säule in der Pflegepraxis.

Dass Mobilität in jedem Alter und in jeder Lebenssituation entscheidend für die Regeneration, Gesundheit und den Verlauf von Krankheiten ist, wurde inzwischen von einer Vielzahl von Studien bestätigt. Im Fall von stark eingeschränkten Senioren wie Werner Lehmann bedeutet die praktische Umsetzung jedoch sehr viel Arbeit und Zuwendung für das Pflegepersonal.

Durch Ausstreichungen, Einreibungen und Waschungen tritt der Pflegende in intensiven Kontakt

mit dem Patienten. Er mobilisiert dessen Sinne auf den unterschiedlichsten Ebenen und versucht so, die Wahrnehmung für Berührung, Raum und den eigenen Körper auf lange Sicht wiederherzustellen, damit der Betroffene zukünftig selbst wieder aktiver wird. Die Zeit, die Fachkräfte und pflegende Angehörige dafür aufbringen können, ist natürlich begrenzt. Das Prinzip der Micro-Stimulation bietet deshalb eine wichtige und notwendige Ergänzung, um nachhaltige Erfolge zu erzielen.

Nach Bestätigung durch Langzeitstudien und Erfahrungsberichte aus der Praxis wird das System zunehmend in deutschen Alten- und Pflegeheimen eingesetzt. Von den Ergebnissen sind nicht nur die Betroffenen selbst, sondern auch langjährige Fachkräfte oft noch erstaunt. Bei Werner Lehmann überwiegt Freude darüber, nachts wieder besser durchzuschlafen, weniger unter seinen Spasmen zu leiden und tagsüber kleine Fortschritte an seinem Körper wahrzunehmen. Sein persönliches Ziel: Bis zum Sommer noch mehr Kraft schöpfen, um möglichst viel Zeit im Garten seines Pflegeheims verbringen zu können.

### **Einsatz von Micro-Stimulation bei Demenz und Druckgeschwüren**

Überzeugende Ergebnisse liefert Micro-Stimulation inzwischen auch bei Demenzerkrankungen oder Dekubitus. Speziell entwickelte Matratzen fördern die Eigenwahrnehmung der Betroffenen und verhindern die Entstehung schmerzhafter offener Wunden. Positive Nebenwirkungen: Die Senioren schlafen wieder durch, benötigen weniger Medikamente und können aktiver am Leben teilnehmen. Das Bremervörder Reha-Unternehmen Thomashilfen bietet Einrichtungen und Familien die Möglichkeit, die Matratzen zwei Wochen lang kostenfrei zu testen.

*Quelle: Thomashilfen*