

## Grundlagen

Strategien, Gesetze, Empfehlungen und Leitlinien im Bereich Bewegungsförderung von älteren Menschen in den Lebenswelten Kommune und Pflegeeinrichtung

# Nationale Expertenstandards in Pflegeeinrichtungen in Bezug auf Bewegungsförderung (seit 2013)

Verfasserinnen: PD Dr. Ellen Freiberger, Dr. Elke Schlesselmann, Ute Becker

Stand: Juni 2021

## Einleitung

In den hier vorliegenden Strategien, Gesetzen, Empfehlungen und Leitlinien im Bereich Bewegungsförderung von älteren Menschen in den Lebenswelten Kommune und Pflegeeinrichtung bieten wir Ihnen eine Grundlage, mit der Sie bei älteren Menschen auf ein höheres Maß an körperlicher Betätigung hinwirken können. Sie sollen Ihnen dabei helfen, Bewegung zu fördern, Bewegung zu erleichtern, vorhandene Barrieren abzubauen und bewegungsfördernde Rahmenbedingungen zu schaffen.

Um Ihnen ein rasches Auffinden der wichtigsten Informationen zu ermöglichen, haben wir versucht, alle Grundlagen nach einem gleichen Schema - Kurzbeschreibung, Ziele, grundlegende Paragraphen, Empfehlungen für Maßnahmen zur Zielerreichung, weiterführende Hinweise – aufzubauen.

### Übersicht der Strategien, Gesetze, Empfehlungen und Leitlinien:

1. Nationales Gesundheitsziel „Gesund älter werden“ (2012)
2. Internationale Strategien zur Bewegungsförderung auf EU-Ebene (2016-2025)
3. Gesetz zur Stärkung von Prävention und Gesundheitsförderung (2015)
4. Bundesrahmenempfehlungen der Nationalen Präventionskonferenz – Leitfaden Prävention nach § 20 SGB V (2018)
5. Leitfaden Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen nach § 5 SGB XI (2018)
6. **Nationale Expertenstandards in Pflegeeinrichtungen in Bezug auf Bewegungsförderung (seit 2013)**
7. Aktivierende Pflege
8. Qualitätsprüfungsrichtlinien für die vollstationäre Pflege nach § 5 SGB XI (2018)
9. Nationaler Aktionsplan „IN FORM“ (Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung) – ältere Menschen (seit 2008)

## Kurzbeschreibung

Nationale Expertenstandards tragen in ihrem Themenbereich zur Konkretisierung des allgemein anerkannten Standes der medizinisch-pflegerischen Erkenntnisse bei. Sie sind Grundlage für die Qualitätsprüfung ambulanter und stationärer Pflegeeinrichtungen.

Pflegeeinrichtungen sind verpflichtet, ihre Leistungen entsprechend dem allgemeinen Stand der anerkannten medizinischen und pflegerischen Erkenntnisse zu erbringen (§ 11 SGB XI).

Die Expertenstandards haben damit den Status eines vorweggenommenen Sachverständigen-Gutachtens. Die Erstellung und Aktualisierung der Nationalen Expertenstandards in der Pflege erfolgt durch das Deutsche Netzwerk für Qualitätsentwicklung in der Pflege (DNQP).

## Ziel(e)

Die Expertenstandards verfolgen folgende Ziele:

- Sicherung und Weiterentwicklung der Qualität in allen Einsatzfeldern der ambulanten und stationären Pflege
- Einsatz von Leistungen zur Prävention und medizinischer Rehabilitation auch nach Eintritt einer Pflegebedürftigkeit

Für den Bereich „Bewegungsförderung“ im übergreifenden Sinne, wurden die Expertenstandards „Erhaltung und Förderung der Mobilität in der Pflege“ sowie „Sturzprophylaxe in der Pflege“ entwickelt.

Erhaltung und Förderung der Mobilität in der Pflege	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Mobilitätserhaltung und Verbesserung</li> <li>→ Erhaltung einer selbstständigen Lebensführung</li> <li>→ Vermeidung von Funktionseinbußen und gesundheitlicher Störungen</li> </ul>
Sturzprophylaxe in der Pflege	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Erhaltung bzw. Wiederherstellung einer größtmöglichen sicheren Mobilität</li> <li>→ Vorbeugen von Stürzen</li> </ul>

**Table 1:** Expertenstandards für den übergreifenden Bereich Bewegungsförderung

## Empfehlungen für Maßnahmen zur Zielerreichung

- Regelmäßige Einschätzung der Mobilität und bestehender Risikofaktoren
- Systematische Sturzerfassung
- Systematische Schmerzerfassung
- Differenzierte Informations- und Fortbildungsangebote
- Motivierende und mobilitätsfördernde Umgebungsgestaltung
- Angebot und Koordination zielgerichteter, die Eigenaktivität fördernder Maßnahmen
- Bedarfs- und bedürfnisorientierte Mahlzeitenangebote
- Einsatz geeigneter Hilfsmittel
- Kooperation von Pflegeeinrichtungen mit Sportvereinen

### Weiterführende Hinweise

- <https://www.dnqp.de/expertenstandards-und-auditinstrumente/#c4624162>