



Frage LF 4 e.2/ Wiederholung:

Normalpuls

- Als Puls bezeichnet man die mechanische, rhythmische Ausdehnung und Kontraktion der Gefäßwände, die durch die Herzaktion und die von ihr ausgelöste Druckwelle bedingt ist.
 - Pulsfrequenz: Anzahl der Pulsschläge pro Minute
 - Pulsrhythmus: zeitliche Abfolge der Pulsschläge
 - Pulsqualität: Art des Pulsschlags (weich, hart)
- **Ruhepuls Erw.: 60 bis 80 Schläge pro Min.**

Frage LF 4 e.2/ Wiederholung:

Tachykardie

Antwort LF 4 e.2:

- Die Tachykardie ist eine Überschreitung der altersüblichen physiologischen Herzfrequenz
- Achtung:
Für Säugling u. Kinder gelten andere Höchstwerte
- Erwachsener **> 100 Schläge pro Min.**
Einheit: Schläge pro Minute bzw. bpm - beats per minute

Frage LF 4 e.2/ Wiederholung:

Bradykardie

Antwort LF 4 e.2:

- Die Bradykardie ist eine Unterschreitung der altersüblichen physiologischen Herzfrequenz
- Achtung: Der Grenzwert sollte flexibel beurteilt werden. < 60 ist bei trainierten Sportlern nicht pathogen (=krankhaft)
- Erwachsener **< 60 Schläge pro Min.**
Einheit: Schläge pro Minute bzw. bpm - beats per minute

Frage LF 4 e.2/ Wiederholung:

Normalblutdruck

- Der Blutdruck, kurz auch RR (Riva-Rocci), ist der Druck im kardiovaskulären System.
→ Arterieller (Blut-)druck in den großen Arterien.
- Systolischer Wert: Herzauswurfphase
- Diastolischer Wert: Herzfüllungsphase
- Wert Erw.: optimal: **120 – 80 mm Hg**
normal: **130 – 85 mm Hg**
Einheit: „mm Hg“ → Millimeter Quecksilbersäule

Frage LF 4 e.2/ Wiederholung:

Hypertonie

Antwort LF 4 e.2:

- Als Hypertonie bezeichnet man in der Medizin die Erhöhung eines Drucks oder einer Gewebespannung über die physiologische (= normale) Norm hinaus.
- Wert Erw.: Systolischer Wert > **140 mm Hg**
Diastolischer Wert > **90 mm Hg**
Einheit: „mm Hg“ → Millimeter Quecksilbersäule.

Frage LF 4 e.2/ Wiederholung:

Hypotonie

Antwort LF 4 e.2:

- Als Hypotonie bezeichnet man Blutdruckwerte unterhalb von 100/60 mmHg.
- Im Gegensatz zur Hypertonie besteht jedoch nur beim Auftreten von Beschwerden Handlungsbedarf von ärztlicher Seite.
- Wert Erw.: Systolischer Wert < **100 mm Hg**
Diastolischer Wert < **60 mm Hg**

Frage LF 4 e.2/ Wiederholung:

6 Regeln zum Umgang mit Medikamenten

Antwort LF 4 e.2:

- Richtiger Patient
- Richtiges Medikament
- Richtige Dosierung
- Richtige Applikationsart
- Richtiger Zeitpunkt
- Richtige Dokumentation

Frage LF 4 e.4:

Definition „Familie“

Antwort LF 4 e.4:

- Früher: Soziologische Familiendefinition
→ Zwei verheiratete Erwachsene,
die ein leibliches Kind großziehen.
- Heute:
→ Eine Familie zu sein bedeutet, dass mindestens
zwei Generationen in einer dauerhaften
Beziehung leben, die sich durch die gegenseitige
Unterstützung, Sorge und Pflege aller Familien-
mitglieder untereinander auszeichnet.

Frage LF 4 e.4:

Formen von „Familie“

Antwort LF 4 e.4:

- Großfamilie
- Kernfamilie
- Ein-Eltern-Familie (Alleinerziehende)
- Patchwork- oder Stieffamilie
- Adoptivfamilie
-

Frage LF 4 e.4:

Aufgaben beim Großziehen eines Kindes

Antwort LF 4 e.4:

- Sicherstellung der materiellen Versorgung
- Unterstützung der seelischen Entwicklung
- Begleitung in kritischen Lebensphasen
- Vermittlung einer positiven Haltung zum Leben
- Förderung der geistigen und körperlichen
Entwicklung
- Hilfe geben beim Erlernen sozialer Rollen
- Vermittlung von Werten und Normen
-

Frage LF 4 e.4:

Genogramm/ Genogrammarbeit

Antwort LF 4 e.4:

- Ein Genogramm ist eine Darstellungsform
verwandtschaftlicher Zusammenhänge,
um Familienbeziehungen übersichtlich
darzustellen. Man benutzt meist eine
bestimmte Form der Zeichensprache
(Kreise für weibliche, Vierecke für männliche Personen, ...).
- Genogrammarbeit: Beziehungen in einem
System erkennen und verstehen.

Frage LF 4 e.5:

Kindliche Normalentwicklung Sprache

Antwort LF 4 e.5:

ca. 6 Monate	<ul style="list-style-type: none"> reagiert auf Geräusche erzeugt Geräusche „lallt“
ca. 12 Monate	<ul style="list-style-type: none"> Einwortphase Mama, Papa, Ball, meins, da, ... Wortverständnis beginnt
ca. 3 Jahre Kindergarten	<ul style="list-style-type: none"> Mehrwortphase Wortschatzexplosion einfache Sätze, stellt Fragen
ca. 6 Jahre Grundschule	<ul style="list-style-type: none"> lange Sätze mit Haupt- und Nebensatz flüssige Unterhaltung möglich

Frage LF 4 e.5:

Kindliche Normalentwicklung Motorik

Antwort LF 4 e.5:

ca. 6 Monate	<ul style="list-style-type: none"> dreht sich Bauch-, Rückenlage Gegenstände von Hand zu Hand
ca. 12 Monate	<ul style="list-style-type: none"> Pinzettengriff kann mit Hilfe aufstehen, gehen
ca. 3 Jahre Kindergarten	<ul style="list-style-type: none"> versucht zu malen kann alleine Treppensteigen,
ca. 6 Jahre Grundschule	<ul style="list-style-type: none"> malte Buchstaben, malt aus kann Fahrradfahren Turngruppe, Schwimmkurs, ...

Frage LF 4 e.5:

Kindliche Normalentwicklung Kognition

Antwort LF 4 e.5:

ca. 6 Monate	<ul style="list-style-type: none"> deutet mit Finger auf Sachen ahmt mit „lallen“ nach
ca. 12 Monate	<ul style="list-style-type: none"> „Objektpermanenz“ Dinge sind da auch wenn man sie nicht sieht
ca. 3 Jahre Kindergarten	<ul style="list-style-type: none"> zeichnet „Kopffüssler“ Als-ob-Spiele/ Rollenspiele
ca. 6 Jahre Grundschule	<ul style="list-style-type: none"> kennt erste Buchstaben, Ziffern kennt Kinderlieder/ -gedichte kann Namen schreiben

Frage LF 4 e.5:

Kindliche Normalentwicklung soziales Verhalten

Antwort LF 4 e.5:

ca. 6 Monate	<ul style="list-style-type: none"> unterscheidet bekannte und unbekannte Gesichter „Fremdeln“ (Trennungsangst)
ca. 12 Monate	<ul style="list-style-type: none"> initiiert soziale Interaktionen erste Trotzanfälle
ca. 3 Jahre Kindergarten	<ul style="list-style-type: none"> wartet, bis es dran ist ist eifersüchtig auf andere
ca. 6 Jahre Grundschule	<ul style="list-style-type: none"> tritt ein in Fußballmannschaft, Schwimmkurs, ...

Frage LF 4 e.5:

Faktoren
welche die menschliche Entwicklung
beeinflussen

Antwort LF 4 e.5:

- 5 Teile menschlicher Entwicklung:
kognitive, emotionale, soziale, motorische, sensorische Entw.
- Endogene Faktoren - **Genetik**
Körpergröße, Hautfarbe, Aktivität, ...
- Exogene Faktoren - **Umwelteinflüsse**
Land, Kultur, Zeit, Geschwister, ...
- Autogene Faktoren - **Selbststeuerung**
Willen, Haltung, ...

Frage LF 4 e.5:

Förderung
der motorischen Entwicklung

Antwort LF 4 e.5:

- Bewegungsdrang des Kindes nicht unterdrücken
z.B. Spielplätze, Sportverein, Einkäufe zu Fuß,
aber auch nicht bewegungshemmende Kleidung
- Ausgewogene, gesunde Ernährung
gemeinsam kochen: Förderung der Feinmotorik
- Grobmotorik fördern:
Rad fahren, Ballspiele, klettern, schwimmen, ...
- Feinmotorik fördern:
malen, basteln, spielen mit Legosteinen, ...
- Bei körperlichen Störungen medizinische oder
heilpädagogische Behandlungen

Frage LF 4 e.5:

Förderung
der sprachlichen Entwicklung

Antwort LF 4 e.5:

- Sprechen lernen beruht primär auf Nachahmung
- Sprechfreudige Umgebung gestalten z.B.
- Sprache durch Spiele und Lieder fördern
- Ursachen für schlechtes Sprechen erforschen – hören?
- Herstellung einer Bindung als Voraussetzung für eine
gute Sprachentwicklung – Vertrauen aufbauen
- Richtiges Vorsprechen - ganze Sätze!!
- Kind ausreden lassen, falsch gesprochene Sätze richtig
wiederholen, Kind jedoch nicht nachsprechen lassen
- Kinder zum Sprechen ermutigen durch interessiertes
Zuhören, Beantwortung der vielen Fragen

Frage LF 4 e.5:

Verhalten
von Kindern einschätzen

Antwort LF 4 e.5:

Verhalten ist nachvollziehbar:

- Verteidigung der eigenen Person, von Besitz
- Aggression aus Frustration
- Aggressive Verteidigung
aus Angst, Kränkung, Beschämung, Demütigung
- Kampf als Mittel zur sozialen Exploration
- Aggression als Entladung von Spannung in
auswegloser Situation
-

Frage LF 4 e.6:

**Kinästhetische Prinzipien
bei der Säuglingspflege**

Antwort LF 4 e.6:

-

Frage LF 4 e.6:

**(Bewegungs-)Interaktion
Infant Handling**

Antwort LF 4 e.6:

-

Frage LF 4 e.6:

**Körperpflege
bei Säuglingen**

Antwort LF 4 e.6:

-

Frage LF 4 e.6:

**Hautpflege
bei Säuglingen**

Antwort LF 4 e.6:

-

Frage LF 4 e.3 u. 7:

**a) Beschreiben Sie,
wie krankmachende Keime in die Küche
gelangen können.**

Antwort LF 4 e.3 u. 7:

In die Küche gelangen können Krankheitserreger über:

- Rohe Lebensmittel
z.B. Fleisch, Geflügel, Fisch, Eier, Obst, ...
- Menschen
insbesondere infizierte Personen
- Haustiere, Nagetier, Schädlinge
(Schadnager) und Insekten

Frage LF 4 e.3 u. 7:

**b) Nennen Sie drei Lebensmittel,
die für kleine Kinder, Schwangere oder
Menschen mit einem geschwächten
Immunsystem eine Gesundheitsgefahr
darstellen.**

Antwort LF 4 e.3 u. 7:

- Rohes Hackfleisch
auch zubereitet als Hackepeter, Tatar
- Rohwurst
z.B. Zwiebelmettwurst
- Speisen mit rohem Ei (auch Mayonaise)
- Rohmilch und Rohmilchkäse
- Roher Fisch auch Austern, Sushi,
Räucherlachs und Graved Lachs)

Frage LF 4 e.3 u. 7:

**c) Nennen Sie vier Dinge,
die Sie beim Einkauf von Lebensmittel
beachten sollten.**

Antwort LF 4 e.3 u. 7:

- MHD (Mindesthaltbarkeitsdatum)
beachten
- Auf Unversehrtheit der Verpackung
achten
- Konserven müssen intakt sein
- Konserven (und andere feste Behälter)
dürfen keinen nach außen gewölbten
Deckel enthalten.

Frage LF 4 e.3 u. 7:

**d) Begründen Sie,
weshalb Sie nach dem Einkaufen
direkt nach Hause gehen sollten.**

Antwort LF 4 e.3 u. 7:

- Die Kühlkette sollte nur so kurz wie
möglich unterbrochen werden,
da sich vorhandene Krankheitserreger
ohne Kühlung schnell vermehren.

Frage LF 4 e.3 u. 7:

**e) Beschreiben Sie,
was Sie beim Lagern von Lebensmitteln
beachten sollten.**

Antwort LF 4 e.3 u. 7:

Lebensmittel sollten:

- in geschlossenen Behältnissen
- ODER
- vollständig abgedeckt aufbewahrt werden.

Frage LF 4 e.3 u. 7:

**f) Beschreiben Sie,
was sie beachten müssen
wenn sie Reste (vom Mittagessen) im
Kühlschrank aufbewahren möchten.**

Antwort LF 4 e.3 u. 7:

- Lebensmittel auch im Kühlschrank in geschlossenen Behältnissen oder vollständig abgedeckt aufbewahrt werden.
- Fleisch, Geflügel und Fisch nur im untersten Fach aufbewahren.
- Kühlempfehlungen auf den Packungen beachten.
- Kühlschranktür nicht öfter als nötig öffnen und nicht offenhalten.
- Kühlschrank nicht zu vollpacken, damit die gekühlte Luft zwischen den Lebensmitteln zirkulieren kann.
- Kühlschrank regelmäßig abtauen und reinigen.
- Leicht verderbliche Lebensmittel zügig verbrauchen.

Frage LF 4 e.3 u. 7:

**g) Nennen Sie
den Krankheitserreger in Eiern.**

**Beschreiben Sie drei Dinge,
die Sie bei der Verarbeitung von Eiern
beachten müssen.**

Antwort LF 4 e.3 u. 7:

- Der Krankheitserreger in Eiern heißt: Salmonellen
- Eier mit starken Verschmutzungen möglichst nicht für die Speisenzubereitung verwenden
- Eierschalen oder rohes Ei dürfen nicht mit anderen Lebensmitteln in Verbindung kommen
- Rohe Eier bei max. 7°C im Kühlschrank aufbewahren
- Küchengeräte und Arbeitsflächen sofort nach Benutzung mit heißem Wasser reinigen

Frage LF 4 e.3 u. 7:

**h) Nennen Sie acht Punkte,
die Sie beim Aufräumen der Küche
sowie beim Reinigen des Geschirrs
beachten müssen.**

Antwort LF 4e.3 u. 7:

- Oberflächen und Geräte nach jedem Kontakt mit rohem Fleisch oder Geflügel, rohem Ei, Fisch oder Gemüse mit möglichst heißem Wasser und Spülmittel gründlich reinigen und anschließend unter fließendem Wasser abspülen
- Griffe von Schubläden, Kühlschrank, Geschirrspüler sauber halten
- Beim Aufwischen von Lebensmittlrückständen Einmal-Küchenpapier verwenden
- Spülbecken, Spüllappen und Spülbürste sauber halten
- Möglichst heißes Wasser mit ausreichend Spülmittel verwenden
- Abspülen möglichst mit fließendem Wasser
- Geschirr mit sauberem Handtuch abtrocknen
- Für Geschirr, Arbeitsflächen und Fußböden getrennte Reinigungstücher verwenden
- Flächen und Geräte nach den Reinigungsarbeiten gut trocknen
- Haustierkäfige nicht in der Küche reinigen
- Für die Reinigung von Futternäpfen und Trinkschalen eigene Bürsten oder Tücher verwenden

Frage LF 4 e.7:

**Wichtige Aspekte bei der
Wohnungs-Reinigung**

Antwort LF 4 e.7:

- Um effizient zu putzen und Zeit zu sparen, ist eine systematische Vorgehensweise wichtig.
→ Planung:
 - richtige Reihenfolge
 - richtige Reinigungsmittel
(Wichtig: Eigenschutz beachten)
 -

Frage LF 4 e.7:

**Wichtige Aspekte bei der
Wäschepflege**

Antwort LF 4 e.7:

- Wäsche nach Farben, Waschtemperaturen, Textilart und/ oder Verschmutzungsgrad sortieren
- Taschen leeren; Reißverschlüsse und Knöpfe schließen; ggf. Wäsche auf links drehen (Feinwäsche); empfindliche Wäsche in Wäschenetzen waschen
- Richtiges Waschprogramm auswählen
- Richtiges Waschmittel auswählen und richtig dosieren (Feinwaschmittel für Feinwäsche, Vollwaschmittel für weiße, kochfeste Wäsche)
- Vor dem Aufhängen der Wäsche ausschlagen
- Nur bei sehr stark verschmutzter Wäsche Vorwäsche benutzen
- Darauf achten, ob Wäsche für Trockner geeignet ist

Frage LF 4 e.7:

**Wichtige Aspekte bei der
Pflanzenpflege**

Antwort LF 4 e.7:

- Die Pflanzenpflege umfasst:
gießen, düngen, schneiden, die Blattpflege (Entfernung brauner Blättern), Schädlingsbekämpfung, Erde kontrollieren und nachfüllen
- Achtung:
Manche Zimmerpflanzen sind giftig!
→ Vergiftungsgefahr für Kinder u. Haustiere

Frage LF 4 e.7:

**Wichtige Aspekte bei der
Hausterversorgung**

Antwort LF 4e.7:

- Informieren Sie sich!



Frage LF 4 e.8:

Varizen/ Varikosis

Antwort LF 4 e.8:

-

Frage LF 4 e.8:

Thrombose

- Ursachen
- Risiken
- Behandlung
- ...

Antwort LF 4 e.8:

-

Frage LF 4 e.8:

Thrombose- prophylaxe

Antwort LF 4 e.8:

-

Frage LF 4 e.8:

subkutane Injektion/ Heparininjektion

- Durchführung
Risiken,

Antwort LF 4 e.8:

-

Frage LF 4 e.9:

**Nennen Sie
Formen
von Einsamkeit**

Antwort LF 4 e.9:

- **Emotionale Einsamkeit**
→ Eine Person erlebt die Einsamkeit vor allem als subjektiven Mangel an engen Beziehungen.
- **Soziale Einsamkeit**
→ Eine Person leidet vor allem darunter, dass sie von ihren Freunden oder Angehörigen getrennt ist.
- **Kollektive Einsamkeit**
→ Eine Person empfindet sich von sozialen Gruppen ausgeschlossen.

Frage LF 4 e.9:

**Nennen Sie
Risikofaktoren/ Ursachen
von Einsamkeit**

Antwort LF 4 e.9:

- Verlust nahestehender Menschen
- Körperliche Beeinträchtigungen
→ Mobilität, Sehen; Hören; Belastende Krankheits-symptome
- Kognitive Beeinträchtigungen
- Alleinstehend/ Singelhaushalt
- Keine Barrierefreiheit
- Überforderung durch Technisierung

Frage LF 4 e.9:

**Nennen Sie
Warnsignale
für Einsamkeit**

Antwort LF 4 e.9:

Wer sich einsam fühlt, muss nicht tatsächlich allein sein.

- **Umstände:** Fehlende soziale Kontakte? Mobilität eingeschränkt? Fehlende Transportmöglichkeiten? ...
- **Anzeichen:** Traurigkeit? Einsamkeitsgefühle? Einsam oder von der Gesellschaft ausgeschlossen? ...
- **Gründe:** Sorgen, Ängsten sowie Belastungen bei sozialen Kontakten z.B. durch Schamgefühle aufgrund von Inkontinenz, Depression, Demenz, Unsicherheit im Umgang mit anderen Menschen, ...

Frage LF 4 e.9:

**Nennen Sie
Gesundheitliche Folgen
von Einsamkeit**

Antwort LF 4e.9:

- Schlafprobleme
- Weniger positive, mehr negative Gefühle
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
Bluthochdruck; Schlaganfall, ...
- Ungesundes Verhalten
z.B. Rauchen, Alkohol, Ernährung, ...
- Verminderte Mobilität und Selbstständigkeit
- Depression (Suizid)
- Kognitiver Abbau

Frage LF 4 e.9:

**Nennen Sie
Maßnahmen
gegen Einsamkeit**

Antwort LF 4 e.9:

- **Kontakte fördern**
Regelmäßig Sehen und Hören prüfen; ggf. Hilfsmittel anpassen; Hilfsmittelberatung; ...
Erreichbarkeit des Telefons; Bedienbarkeit des Telefons z.B. Kurzwahltasten, Liste; ...
Ermutigung aktiv zu werden; Vermittlung von Angeboten; Unterstützung bei Mobilität; ...
- **Aktivität unterstützen**
Hilfsmittelberatung wie Gehstock, Rollator; Hilfsmittelschulung; ...
Unterstützung Interessen nachzugehen z.B. vorlesen, (Brett-)Spiele spielen, kochen, ...
Außer Haus: Begleitung; Organisation von Fahrdiensten; ...
- **Sicherheit vermitteln**
Kommunikation! Versicherung, dass Sie da sind.
Erkundigung nach Befinden. ...
Beratung: Unterstützungs- u. Hilfsangeboten;
Hausnotruf, Wohnen mit Service, ...

Frage 4 e.7 u. 9:

**Zeitmangel
in der ambulanten Pflege
bei zu viel zu tun/ bei Einsamkeit
Was tun?**

Antwort 4 e.7 u. 9:

- Den Arbeitgeber über die Situation informieren.
- Den Kunden informieren, welche Leistungen im Pflegevertrag vereinbart wurden.
- Den Kunden informieren über mögliche Anpassungen im Pflegevertrag:
 - Betreuungsangebote (gegen Einsamkeit)
 - Hauswirtschaftliche Leistungen, ...

Frage 4 e.10:

Delegationverantwortung/
Durchführungverantwortung

→ „Da kannst du heute mal alleine hinfahren.“

Antwort 4e.10:

- Bei einer **Delegation** handelt es sich um eine Übertragung von Entscheidungskompetenzen von einer Instanz (Delegierender) an (meist) unterstellte Instanzen (Delegationsempfänger). Die delegierten Tätigkeiten müssen dem Delegationsempfänger möglich und zumutbar sein. Die **Durchführungsverantwortung** liegt bei dem Delegationsempfänger, dieser muss delegierte Aufgaben ablehnen, wenn er die zur Durchführung nötigen Kenntnisse nicht besitzt.
- **Durchführungsverantwortung** bedeutet haftungsrechtliches Übernahmeverschulden. Kommt es bei der Durchführung zu einem Schaden, haftet die durchführende Person.