

Die 49-jährige Charlotte litt seit ihrer Jugend unter Rückenschmerzen. Sie hatte verschiedene Behandlungen ausprobiert, aber die Schmerzen kamen immer wieder zurück. Charlotte versucht die Schmerzen neben der Schmerzmedikation mit Fastfood und möglichst wenig Bewegung zu kompensieren. Dazu trinkt sie am Tag höchstens 4 Tassen Kaffee, die sie sich in einer Kanne neben das Sofa stellt um nicht so oft aufstehen zu müssen.

① Welches Risiko hat Charlotte? Definieren Sie:

② Stuhlgangfördernde Maßnahmen werden vor allem eingesetzt, wenn schon eine Obstipation vorliegt. Welche pflegerischen Maßnahmen können Sie bereits prophylaktisch einsetzen, um eine Obstipation zu verhindern?

Name:

Arbeitsblatt Obstipation

- ③ Als Laxans werden Arzneimittel bezeichnet, die eine Defäkation veranlassen. Erklären Sie die zwei Wirkmechanismen und geben sie jeweils ein Beispiel.

- ④ Welche Rolle spielt die „richtige Position“ bei der Defäkation? Überlegen Sie, wie Sie als Pflegefachkraft dem Pflegeempfänger die Defäkation erleichtern können. Welche Hilfsmittel können dabei eingesetzt werden?

Name:

Arbeitsblatt Obstipation

⑤ Was bewirken Ballaststoffe und in welchen Lebensmitteln kommen sie vor?

⑥ Was bewirken Ballaststoffe im Darm?

⑦ Warum ist es wichtig ausreichend Flüssigkeit zu sich zu nehmen wenn die Nahrungsaufnahme ballaststoffreich ist?
