

Mikrolagerung

Was ist eine Mikrolagerung?

Der gesunde liegende Mensch führt in einer Stunde zwischen 8 und 40 Mikrobewegungen durch. An diesem physiologischen Bewegungsmuster orientiert sich die Mikrolagerung. Angestrebt werden physiologische Positionsveränderungen in den Gelenken sowie unterstützende Lageveränderungen durch Druckverteilung an Kopf, Schultern, Hüfte und des Fersenbereichs.

Welche Ziele hat die Mikrolagerung?

Es gilt mittlerweile als gesichert, dass kleinste Schwerpunktverlagerungen ausreichen, um eine prophylaktische Wirkung zu erzielen. Die Häufigkeit und Kontinuität in der Nachahmung des physiologischen Bewegungsmusters dient unterstützend der Vermeidung von Sekundärerkrankungen wie z. B. Dekubitus, Pneumonie, Thrombose und Kontrakturen.

Bei wem kann die Mikrolagerung angewendet werden?

Die Mikrolagerung kann bei allen Patienten angewendet werden, die sich nicht ausreichend selbst bewegen können und aufgrund dessen seitens der Pflege Unterstützung in ihrer Bewegung und Mobilität bedürfen. Diese Lagerungsvariante eignet sich besonders gut für Schmerzpatienten oder den nächtlichen Positionswechsel. Sie bietet die Möglichkeit, schnell und sanft Lageveränderungen durchzuführen, indem der Patient nur minimal bewegt wird.

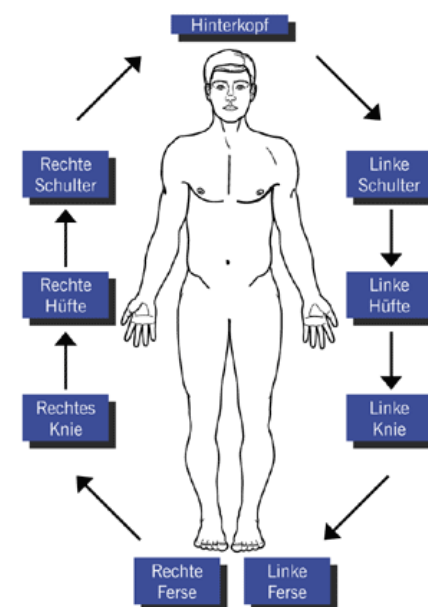
Wie wird die Mikrolagerung durchgeführt?

Es können bei jedem Patientenkontakt kleinste Lage- und Positionsveränderungen durchgeführt werden. Diese Maßnahme kann beispielsweise im Uhrzeigersinn erfolgen. Dazu kann ein zusammengefaltetes Handtuch unter das Becken geschoben und nach kurzer Zeit unter der Schulter positioniert werden.

Welche Hilfsmittel können eingesetzt werden?

Zur Durchführung einer Mikrolagerung eignen sich besonders gut Handtücher, Bettdecken (gefaltet/ als Rolle) sowie Kissen.

Der Hilfsmiteleinsatz sollte unter dem Aspekt „weniger ist mehr“ erfolgen, um negative Auswirkungen auf Bettklima und Bewegungsfreiheit des Patienten zu vermeiden. Da keine speziellen Lagerungshilfsmittel zum Einsatz kommen, kann die Mikrolagerung auch von pflegenden Angehörigen durchgeführt werden.



3-fach Faltung
(z.B. zur
Lagerung des
Schulterblatts)



Rolle (z.B.
zur Lagerung
der
Gesäßregion)



„Brezel“-
Faltung (z.B. zur
Lagerung der
Extremitäten)

Die Mikrolagerung dient der zeitweiligen Entlastung (Druckverteilung), aber ersetzt nicht das regelmäßige Umlagern!

Quellen:

<https://www.dekubitus.de/ratgeber/prophylaxe/lagerungstechnik>