

Erstinschätzung der Patienten

Beurteilen Sie die Patientenmobilität innerhalb von 8 Stunden nach Aufnahme auf der ITS und danach erneut mindestens einmal in jeder Schicht.

Beginnen Sie bei Stufe 1, wenn der Patient eines dieser Merkmale aufweist, ansonsten fahren Sie mit Stufe 2 fort.

PaO ₂ /FiO ₂	<250
Positiver endexpiratorischer Druck (PEEP)	≥10 cm H ₂ O
O ₂ -Sättigung	<90 %
Atemfrequenz (AF)	Nicht innerhalb von 10–30 pro Minute
Kardiale Arrhythmien oder Ischämie	Neu eingesetzt / Neuer Beginn
Herzfrequenz (HF)	<60 oder >120 Schläge pro Minute
Mittlerer arterieller Druck (MAP)	<55 oder >140 mm Hg
Systolischer Blutdruck (SBP)	<90 oder >180 mm Hg
Vasopressor-Infusion	Neu oder steigend
Richmond Agitation Sedation Scale (RASS)	<-3
Riker Sedation-Agitation Scale (SAS)	<3

Stufe 1: BREATHE – ATMUNG

Patientenbeurteilung: RASS –5 bis –3; SAS 1-2

(z. B. kann nicht teilnehmen)



Aktivitäten

- Oberkörper-Hochlagerung (OKH) ≥30° beibehalten
- individuelle Umpositionierung abhängig von Hautzustand und Kapillarinnendruck
- Kontinuierliche laterale Rotationseinstellungen nach Toleranz des Patienten
- Passive Range-of-Motion-Übungen (ROM) 2 Mal/Tag
- Anti-Trendelenburg-Lagerung/Kipptisch-Lagerung bei bis zu 20° mit Übungen für die unteren Extremitäten/ mit ausziehbarer FußstützeMind. 15 Minuten/Max. 60 Minuten | 1 Mal/Tag

Gehen Sie zu Stufe 2 über, wenn der Patient...

- eine ausreichende Sauerstoffsättigung/Hämodynamik aufweist
- das 2-stündliche Drehen verträgt
- eine OKH im Winkel von >30° oder Anti-Trendelenburg-Lagerung bei bis zu 20° verträgt

Stufe 2: TILT – NEIGEN/KIPPEN

Patientenbeurteilung: RASS >-3; SAS >3

(z. B. öffnet Augen, ist möglicherweise sehr schwach)



Aktivitäten

- Oberkörper-Hochlagerung (OKH) ≥30° beibehalten
- individuelle Umpositionierung abhängig von Hautzustand und Kapillarinnendruck
- Passive/aktive ROM-Übungen | 3 Mal/Tag
- Anti-Trendelenburg-Lagerung/Kipptisch-Lagerung bei bis zu 20° mit Übungen für die unteren Extremitäten/ mit ausziehbarer FußstützeMind. 15 Minuten/Max. 60 Minuten | 3 Mal/Tag
- Beine in Hängeposition 15–20 Min. | 3 Mal/Tag
- Hinzuziehen von Physiotherapie 1 Mal/Tag

Gehen Sie zu Stufe 3 über, wenn der Patient...

- aktiv-assistive Übungen 2 Mal/Tag verträgt
- Übungen der unteren Extremitäten gegen eine Fußstütze/Anti-Trendelenburg-Lagerung bei bis zu 20° verträgt
- Beine in Hängeposition/OKH von 45° verträgt

Stufe 3: SIT – SITZEN

Patientenbeurteilung: RASS >-1; SAS >3

(z. B. schwach, kann aber Arme/Beine selbständig bewegen)



Aktivitäten

- Oberkörper-Hochlagerung (OKH) ≥30° beibehalten
- individuelle Umpositionierung abhängig von Hautzustand und Kapillarinnendruck (mit Hilfe)
- Aktive ROM-Übungen | 3 Mal/Tag
- Ermutigung zu Aktivitäten des täglichen Lebens Wie vom Patienten vertragen
- FullChair-Position (mit Fußstütze) 60 Min. | 3 Mal/Tag
- Am Bettrand sitzen, wenn der Patient seinen Arm entgegen der Schwerkraft bewegen kann | Wie vom Patienten vertragen
- PT/Ergotherapie (ET), aktiv beteiligt | 1 Mal/Tag

Gehen Sie zu Stufe 4 über, wenn der Patient...

- immer mehr aktive Übungen im Bett verträgt
- beim zweistündlichen Drehen aktiv mithilft oder sich selbstständig dreht
- die FullChair-Position 3 Mal/Tag verträgt

Stufe 4: STAND – STEHEN

Patientenbeurteilung: RASS >0; SAS >4

(z. B. schwach, aber kann erhöhte Aktivität vertragen)



Aktivitäten

- Oberkörper-Hochlagerung (OKH) ≥30° beibehalten
- individuelle Umpositionierung abhängig von Hautzustand und Kapillarinnendruck (selbständig/mit Hilfe)
- Aktive ROM-Übungen | 3 Mal/Tag
- Ermutigung zu Aktivitäten des täglichen Lebens Wie vom Patienten vertragen
- FullChair-Position (ohne Fußstütze/Füße auf dem Fußboden) | 3 Mal/Tag
- Stehversuche, wenn Patient Beine entgegen der Schwerkraft bewegen kann (Aufstehlifter nutzen) 3 Mal/Tag
- Drehen zum Stuhl, wenn Patient das Gewicht teilweise tragen kann | 2 Mal/Tag
- PT/ET, aktiv beteiligt | 1 Mal/Tag

Gehen Sie zu Stufe 5 über, wenn der Patient...

- alle Aktivitäten erfolgreich durchführen kann
- Versuchsphasen der FullChair-Position (ohne Fußstütze/Füße auf dem Fußboden) 3 Mal/Tag verträgt
- Stehen und Drehen zum Stuhl mit teilweiser Belastung verträgt

Stufe 5: MOVE – BEWEGUNG

Patientenbeurteilung: RASS >0; SAS >4

(z. B. schwach, aber kann erhöhte Aktivität vertragen)



Aktivitäten

- Oberkörper-Hochlagerung (OKH) ≥30° beibehalten
- individuelle Umpositionierung abhängig von Hautzustand und Kapillarinnendruck (selbständig/mit Hilfe)
- Aktive ROM-Übungen | 3 Mal/Tag
- Ermutigung zu Aktivitäten des täglichen Lebens Wie vom Patienten vertragen
- Patient steht/trägt Eigengewicht für >1 Minute 3 Mal/Tag
- Patient läuft auf der Stelle | 3 Mal/Tag
- Zum Stuhl neben dem Bett gehen, damit „Bett verlassen“ erreicht wird (Patientenlifter nutzen) 3 Mal/Tag
- PT/ET, aktiv beteiligt | 1 Mal/Tag

Lassen Sie den Pflegebedürftigen weiterhin nach und nach immer längere Strecken zurücklegen, je nachdem, wie er es vertragen kann, und bis er durchgängig teilnimmt und sich ohne Hilfe bewegt.