Modul Digitale Medien

Instrument für den Einsatz digitaler Medien in der AT-Praxis

Titel Instrument	InmuRELAX Kissen

Worum geht`s	Es geht um ein sensorisches Stimulationswerkzeug, welches durch Bewegung Musik erzeugt. Es wurde speziell zur Unterstützung von Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen und Demenz entwickelt. Ein solches Kissen kostet **856.20 Franken** beispielsweise bei Northcare (https://www.northcare.ch/produkte/inmurelax) es kann auch für monatlich **50.00 Franken** gemietet werden.
Ziele	Die sanften Töne und die angenehmen Vibrationen haben einen entspannenden und beruhigenden Effekt auf den Körper und sorgen für ein Gefühl von Nähe und Geborgenheit. Es verringert Schlafstörungen und führt zu Entspannungen. Laut einer Studie hatte es bei Menschen mit psychischen Erkrankungen positive Effekte ausgelöst. Ausserdem konnte das Kissen zur Linderung von Angst und Nervosität eingesetzt werden. Es verringert zusätzlich seelische Aufgewühltheit und übermässige Gedankengänge. **Mögliche Ziele:** Zielschwerpunkt Körperliche Lebenswelt: Feinmotorik, Entspannung, evtl. Schmerzmanagement, Körper, Atmung, (evtl. vibratorisch), Selbständigkeit Zielschwerpunkt Ökologische Umwelt: Stoff/Textil Wahrnehmung. Zielschwerpunkt Soziokulturelles: Zuwendung, Partizipation. Zielschwerpunkte Kommunikationsfähigkeiten: regt die Kommunikation an. Zielschwerpunkt Geistig/Psyche: Gefühle, Erleben.
Zielgruppe	Das Kissen eignet sich für Menschen die an einer kognitiven Beeinträchtigung, einer demenziellen Entwicklung, einer Ruhelosigkeit oder einer psychischen Erkrankung leiden. Auch kann es bei bettlägerigen Bewohnenden eingesetzt werden. Das Kissen könnte auch altersunabhängig eingesetzt werden.
Dauer	Die Dauer des Einsatzes beträgt circa 5 bis 30 Minuten je nach Indikation und Wirkung der Bewohnenden.
Technik	Das Kissen kann als neuer Alltagsbegleiter, aber auch als ein professionelles Therapiewerkzeug eingesetzt werden. Zum InmuRELAX Kissen gehört ein Kabel zum Aufladen und eine Schutzhülle zur Hygiene.
Durchführung	Bei der Anwendung soll ein langsames Heranführen des Kissens erfolgen. Die Bewohnenden sollen genügend Zeit und Raum haben, um wahrnehmen und reagieren zu können. Jeder Schritt sollte klar kommuniziert und angeleitet werden. Es sollte auf verbale, non-verbale und para-verbale Kommunikationsebenen geachtet und bei negativen Veränderungen sofort interveniert werden.

	In den untenstehenden Punkten sieht man ein mögliches Beispiel, welches bei der Durchführung Unterstützung bieten kann: **1.** Gemeinsam Hände waschen und eventuell desinfizieren. **2.** Das Kissen ertasten und die Form der goldenen Schnur nachfahren. **3.** Das Kissen vor den Bewohnenden langsam bewegen, bis die Musik erklingt und die mögliche Reaktion beobachten. Je nach Reaktion des Bewohnenden, kann das Kissen dem Bewohnenden übergeben werden oder es kann ein gemeinsames Bewegen mit Unterstützung durchgeführt werden. **4.** Das Kissen dem Bewohnenden übergeben, wenn nötig bei der Bewegung unterstützen. **5.** Das Kissen gemeinsam in den Händen halten oder auf die Seite legen, bis die Musik verstummt. → Bei allen Schritten langsam und ruhige Bewegungen machen. Bei der Anwendung des Kissens kann die Anleitung individuell auf den Bewohnenden, je nach Kognition und Ressourcen, variiert werden.
Tools	Das Kissen gibt es mit vier Überzügen in verschiedenen Farben und ist bei 40°C waschbar. Es ist wasserabweisend und kann auch mit Desinfektionstüchern abgewischt werden. Das Kissen wird mit einem Ladekabel zum Aufladen geliefert. Wenn der Bewohnende bettlägerig ist, wird vor der Sequenz ein Waschbecken zum Händewaschen benötigt. Vor jedem Einsatz sollten die Hände der Bewohnenden gereinigt werden.
Variante	Wir empfehlen zur optimalen Nutzung des Kissens eine Einzelbegleitung. Der Fokus kann während des Einsatzes mehr auf einen Bewohnenden gelegt werden. Dieser kann sich intensiv mit dem Kissen beschäftigen. In einer Einzelbegleitung herrscht weniger Hektik als in einem Gruppensetting.

Ersteller:innen	Angelika Reber, Céline Messerli, Fabienne Steinmann, Julia Stuber