

Didaktische Hilfestellung zur CE 03

Intimpflege in der Pflegeausbildung anleiten

Diese Fortbildungseinheit setzt sich mit der Anleitung zur Intimpflege auseinander. Sie beschreibt Handlungsketten für die Intimwaschung bei Frauen, Männern und Kindern und berücksichtigt so den Umgang mit allen zu pflegenden Menschen in der generalistischen Pflegeausbildung. Außerdem zeigt die Fortbildungseinheit Handlungsmöglichkeiten und Methoden auf, mit denen Sie die Anleitung zur Intimpflege für die Auszubildenden so professionell wie möglich gestalten können. Die Durchführung der Intimpflege zählt zu einer von Auszubildenden oft beschriebenen möglichen überfordernden Situation. Neben der praktischen Durchführung werden aus diesem Grund auch die Relevanz des Sprechens über die Intimpflege und die Reflexion möglicher Gefühle wie Ekel, Scham oder Unsicherheit betont. So erhalten Auszubildende bereits zu Beginn ihrer Ausbildung zur Pflegefachperson die Möglichkeit, sich mit der Körperwaschung und dem Pflegeberuf als Berührungsberuf in der Theorie und im fachpraktischen Unterricht zu befassen.

Autorinnen: Anna-Katharina Dittmar-Grützner, M. A. Bildung im Gesundheitswesen & **Marion Deiters**, Dipl.-Pflegepädagogin, Pädagoginnen in der Aus-, Fort- und Weiterbildung der Akademie der Mathias-Stiftung in Rheine, Interkulturelle Trainerinnen, Inhaberinnen des Schulungs- und Beratungsunternehmens „Die Denkstation“, www.diedenkstation.de

BERUFSPÄDAGOGIK

LERNZIELE

Wenn Sie diese Fortbildungseinheit gelesen haben, ...

- wissen Sie um die Bedeutung der professionellen Auseinandersetzung mit dem Thema und dessen Verbalisierung.
- wissen Sie, dass die Durchführung der Intimpflege für die zu pflegende Person sehr schambesetzt sein kann.
- wissen Sie, dass Gefühle wie Ekel, Scham, Überforderung, Unsicherheit, Wut oder Stress thematisiert werden müssen.
- kennen Sie die Handlungskette der Intimpflege bei Mann und Frau.
- haben Sie Handlungsoptionen für die Anleitung von Auszubildenden.

STICHWÖRTER

Intimpflege, Intimbereich, Schamgefühl, Berührung, Sprachlosigkeit, Handlungskette

Die Fachlichkeit

Bereits zu Beginn der Ausbildung zur Pflegefachperson erhalten die Auszubildenden die Möglichkeit, sich mit der Körperwaschung und dem Pflegeberuf als Berührungsberuf in der Theorie und im fachpraktischen Unterricht zu befassen. Diesen Grundstein – am besten mit vielen Selbsterfahrungsübungen – zu legen, ist existenziell für eine tiefergehende Auseinandersetzung mit der Thematik. Zum Beispiel bedeutet dies, dass die Auszubildenden sich gegenseitig in unterschiedlicher Intensität berühren, gegenseitige Handrücken- oder Fußmassagen geben, die Mundinspektion und die Mundpflege beieinander durchführen oder dass sie sich gegenseitig belebend und/oder beruhigend waschen. All dies mit dem Ziel, sich dem Gefühlserleben der zu pflegenden Person anzunähern und sich in die Lage der zu pflegenden Person hineinzusetzen. Auch die Auseinandersetzung mit der eigenen Gefühlslage ist hierbei wichtig. Die Durchführung der Intimpflege zählt zu einer von Auszubildenden oft beschriebenen möglichen überfordernden Situation. Daher ist es von großer Bedeutung, die eigenen Gefühle wie Ekel, Scham,

Überforderung, Unsicherheit, Wut oder Stress zu thematisieren, um schon im fachpraktischen Unterricht Ideen zu entwickeln, wie mit diesen normalen Gefühlen umgegangen werden kann. Des Weiteren helfen die Selbsterfahrungsübungen dabei, den Unterschied von Berührungen zu spüren und das Eindringen in die Intimsphäre am eigenen Leib zu erfahren. Die Sensibilisierungsübungen müssen mit zuvor gemeinsam in der Gruppe festgelegten Regeln (s. Abbildung 1) durchgeführt werden.

Eine anschließende Reflexion von Gefühlen und Erfahrungen ist obligat. Diese leiblichen und emotionalen Erfahrungen sind sehr bedeutend, damit die Auszubildenden ihr angeeignetes Wissen und ihre Erlebnisse nutzen können, um in der Praxis für einen sensiblen Umgang zu sorgen.

Herausforderungen

Beobachtungen zeigen, dass (noch) eine große Sprachlosigkeit sowie Unsicherheit vorherrschen. Sachlich über den Vorgang der Pflege des Intimbereichs zu sprechen und pflegfachlich die Geschlechtsorgane zu benennen, findet noch nicht bei allen Anleitungen zur Intimpflege statt. Aussagen wie „untenrum waschen“ oder „da unten“ sowie „Ich mach ganz schnell, dann ist es auch ganz schnell vorbei!“ zeigen, wie schambehaftet der Umgang mit der Intimpflege für Auszubildende sein kann. Die Aufgabe der Praxisanleitenden ist es, die Auszubildenden gut auf die Übernahme der Intimpflege vorzubereiten und dazu beizutragen, dass die Auszubildenden die intime Versorgung der Geschlechtsorgane und des Gesäßes sachlich und fachlich richtig durchführen, um u. a. nosokomialen Infektionen vorzubeugen, unangenehme Gerüche zu reduzieren und das Wohlbefinden der zu pflegenden Person zu stärken.

Daher ist es wichtig, den Prozess der Intimpflege zu begleiten und nicht, wie in der Praxis häufig üblich, für den Moment der intimen Waschung den Raum zu verlassen. Die Begründung, durch das Verlassen des Zimmers die Intimsphäre der zu pflegenden Person zu wahren, ist hintanzustellen, da es der Beobachtung und der Anleitung der Auszubildenden bedarf, um eine professionelle Pflege des Intimbereichs sicherzustellen. Praxisanleitende können sich seitlich am Kopf oder an der Körpermitte der zu pflegenden Person positionieren, um den Blickkontakt mit der zu pflegenden Person zu halten, aber auch den Intimbereich einsehen zu können (s. Abbildungen 2a und 2b).

Den Auszubildenden könnte es mehr Sicherheit geben, wenn sie mit der zu pflegenden Person und der schambehafteten Situation nicht allein gelassen werden und zudem anzügliche Kommentare durch die Praxisanleitenden abgefangen werden können. Die erste These wird durch die Studie von Tischer (2022) bestärkt. (1)



Abbildung 1: Regeln für Sensibilisierungsübungen werden vorab gemeinsam festgelegt

Professionelle Anleitung zur Intimpflege

Zuerst darf sich das theoretische Wissen über die Genitalien und die korrekte Benennung der Geschlechtsorgane in der Praxis wiederfinden, die Sprachlosigkeit darf einem sachlichen und fachlichen Umgang weichen.

Ein von der Praxisanleitung initiiertes Gespräch bietet sich zu Beginn der Anleitungssituation an, um Inhalte zu



Abbildung 2a + b: Positionierung des Beobachtenden zur Reduzierung des Schamgefühls



Abbildung 3: Die Beschriftung hilft beim Verstehen und Lernen

klären und das vorhandene Wissen der Auszubildenden abzurufen. Dabei wird das 4-Augen-Gespräch möglichst in einem geschützten Rahmen durchgeführt. Ziele sind, Verbindungen zu bereits Erlerntem herzustellen, Unsicherheiten aufzuheben und noch vorhandene Fragen vor der Durchführung der Intimpflege zu klären. Dabei sind mögliche schambehafte Fragen direkt zu beantworten. Sollten die Auszubildenden keine Fragen äußern, können Praxisanleitende die folgenden Fragen direkt stellen und

somit eine Möglichkeit der offenen Kommunikation schaffen. Zudem kann festgestellt werden, ob Auszubildende passende Handlungsmöglichkeiten für die Durchführung der Intimpflege kennen.

- Muss ich die Vorhaut des Mannes bei der Intimpflege zurück- und vorschieben?
- Was muss ich tun, wenn ich die Vorhaut nicht mehr vorschieben kann?
- Auf welche Beobachtungskriterien muss ich bei der Intimpflege bei einer Frau achten?
- Darf ich die Vorhaut bei einem Jungen vor- und zurück-schieben?
- Was ist eine Phimose?
- In welche Richtung wasche ich bei einer Frau idealerweise?
- Wie gehe ich damit um, wenn während der Intimpflege anzügliche Bemerkungen durch die zu pflegende Person gemacht werden?
- Wie handele ich professionell, wenn ich bemerke, dass meine Handlung sexuelle Erregung bei der zu pflegenden Person hervorruft?
- Was mache ich, wenn der Penis der zu pflegenden Person erigiert?
- Was tue ich, wenn die zu pflegende Person die Intimpflege bei mir verweigert?

Im Anschluss besprechen Praxisanleitende die Materialien und den Ablauf der Durchführung in der Theorie. Eine Übersicht mit beschrifteten Materialien mit Verwendung des Artikels und der Bezeichnung im Singular und Plural ist sprachsensibel (s. Abbildung 3). Sie hilft Auszubildenden mit Deutsch als Zielsprache (DaZ) ebenso wie Auszubildenden mit geringer Literalität beim Verstehen und Lernen.

Für den Ablauf kann eine Handlungskette mit möglichen Bildern und Beschriftungen genutzt werden, um das theoretische Wissen zu rekapitulieren.

Durch diese Vorgehensweise, kontinuierlich und in einer professionellen Weise über die Intimpflege zu sprechen, wird die Sprachlosigkeit überwunden (s. Abbildung 4). Die Auszubildenden erkennen, dass es wichtig und richtig ist, die Durchführung der Intimpflege und die dadurch entstehenden Gefühle zu verbalisieren.

Der Handlungsablauf

Wird die Intimpflege durch eine Pflegefachperson übernommen, wird diese immer im Bett durchgeführt und vorab mit der zu pflegenden Person besprochen. So ermöglicht die Versorgung im Bett eine umfangreiche Sichtbarkeit (Bauchfalten, Leisten, Schambereich, Damm, Analfalte)

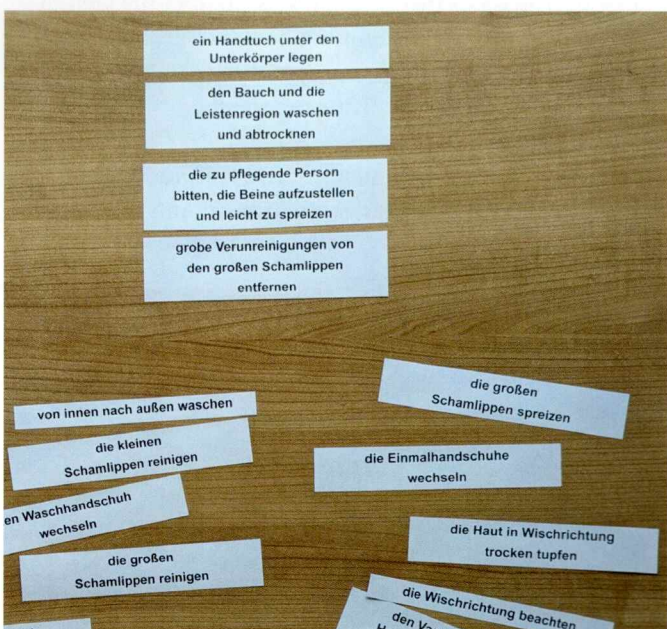
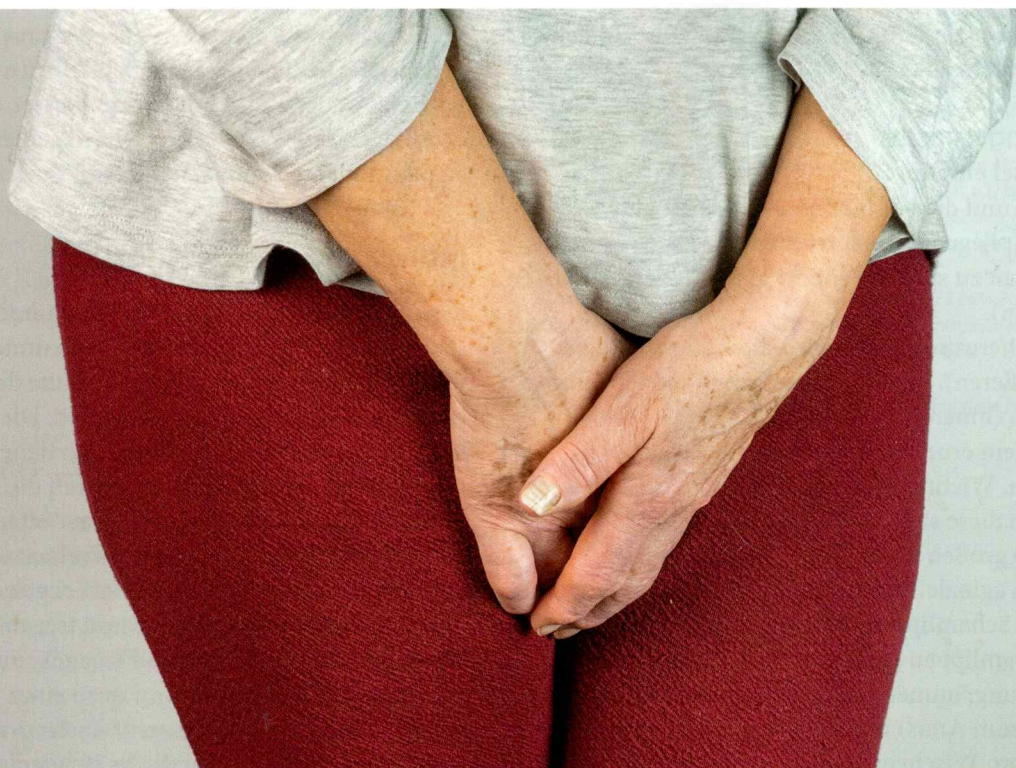


Abbildung 4: Das Sprechen über die Intimpflege wirkt der Sprachlosigkeit entgegen



und die Beurteilung des Schambereichs (Ausfluss aus der Vagina, Urin, Stuhl, Gerüche) sowie die Beobachtung der Haut (Intertrigo, Dermatitis bei Inkontinenz) sind gut möglich. Ein weiterer Grund, der für die Intimwaschung im Bett spricht, ist das zu vermeidende Bild einer Pflegeperson, die am Waschbecken vor dem Intimbereich der zu pflegenden Person kniet. Dieses Bild könnte ungewollt Assoziationen hervorrufen, die nichts mit einer professionellen Intimpflege zu tun haben. Das vorab geführte Gespräch mit der zu pflegenden Person dient dazu, Vorlieben beim Waschen des Intimbereichs zu erfragen, und kann darüber aufklären, dass die professionelle Pflege vorsieht, dass der Intimbereich ohne Zusatz von Seifen/Syndets erfolgt, um die Schleimhäute nicht anzugreifen. (3)

Bei einigen zu pflegenden Personen ist während der Intimpflege zu beobachten, dass sie die Augen schließen, den Blick abwenden oder den Kopf zu Seite drehen. Die Gespräche werden pausiert und anschließend wieder aufgenommen. Dieses Verhalten zeigt, dass die Intimpflege als unangenehm empfunden wird und somit sorgfältig, aber zügig durchgeführt werden sollte. Äußerungen wie „Ich beeile mich, dann ist es für Sie schnell vorbei“ verstärken bei der zu pflegenden Person den Eindruck, dass die Intimpflege eine unangenehme Pfllegetätigkeit ist. Besser ist: „Ich kann mir vorstellen, dass das für Sie unangenehm ist, aber für mich ist es eine meiner pflegerischen Tätigkeiten.“ Auf weitere Reaktionen oder Verhaltensweisen wird im Verlauf des Artikels eingegangen.

Wahrung der Intimsphäre

In der Krankenhauspraxis bisher kaum gesehen, aber durch Studien zum Umgang mit schambehafteten Situationen immer wieder empfohlen, ist das Aufstellen eines Sichtschutzes (spanische Wand, Paravent), um die Intimsphäre der zu pflegenden Person zu schützen und keine Würdeverletzung zu begehen. Ebenso könnte ein Schild „Bitte nicht stören“ an der Zimmertür auch in der Langzeitpflege, wenn es Beachtung findet, unterstützen, um Blutentnahmen, Visiten oder andere Störungen während der Intimpflege zu reduzieren. (2)

Grundsätzlich muss das Schamgefühl der zu pflegenden Person konsequent beachtet und der Intimbereich großflächig, z. B. mit einem Handtuch, abgedeckt werden. Eine Versorgung durch eine gleichgeschlechtliche Pflegeperson ist für die zu pflegende Person oft leichter.

Für die Waschung von Körperbereichen wie Oberkörper oder Beinen ist es nicht zwingend erforderlich, Einmalhandschuhe zu tragen. Ausnahmen sind hier u. a. bestehende Infektionen, Ausscheidung von Zytostatika über die Haut oder Hautschädigungen an den Händen der Pflegefachperson. Bei der Intimpflege ist das Tragen von Einmalhandschuhen notwendig, um einer Keimverschleppung entgegenzuwirken, aber auch um durch die Handschuhe eine Distanz zur zu pflegenden Person aufzubauen. Denn das Handschuhetragen macht sichtbar, dass es sich um eine berufliche Tätigkeit handelt. Für die Intimpflege werden

frisches Waschwasser, Einmalwaschhandschuhe und ein frisches Handtuch benötigt.

Die Handlungsschritte

Intimpflege bei einer Frau:

- Den Bauch und die Leistenregion waschen und abtrocknen, die zu pflegende Person bitten, die Beine anzustellen und leicht zu spreizen (Beine ggf. mit kleinem Kissen unterstützen).
- Bei grober Verunreinigung wird diese zuerst von den großen (äußeren), dann mit frischem Waschlappen von den kleinen (inneren) Schamlippen (Labien) entfernt. Danach ist ein erneuter Wechsel des Waschlappens erforderlich. Wichtig ist, auch die Handschuhe zu wechseln, sollten diese sichtbar verschmutzt sein.
- Danach die großen Schamlippen etwas spreizen.
- Dann den Vaginaleingang, die Harnröhrenöffnung und die kleinen Schamlippen reinigen, anschließend die großen Schamlippen reinigen.
- Wischrichtung: immer von vorn nach hinten (von der Symphyse zum Anus) und eher von innen nach außen, möglichst pro Wischvorgang einen neuen Zipfel des Waschlappens verwenden.
- Die Haut in gleicher Wischrichtung trocken tupfen, die Schleimhaut ist empfindlich. Dabei auf Veränderungen von Haut und Schleimhaut achten.

Intimpflege bei einem Mann:

- Zuerst den Penis waschen, dann die Vorhaut (Praeputium) sanft zurückziehen und die Eichel (Glans penis) reinigen. (Vorhaut bei Säuglingen und Kleinkindern nicht zurückziehen!)
- Die Vorhaut unbedingt zurückschieben, sonst besteht die Gefahr, dass eine Paraphimose entsteht! Lässt sich diese nicht leicht vor- und zurückschieben, darf nicht mit Gewalt daran manipuliert werden (...).
- Den Hodensack (Skrotum) zum Waschen anheben und ebenfalls von vorn in Richtung Analbereich waschen und abtrocknen und auf Veränderungen von Haut und Schleimhaut achten.

Pflege von Gesäß, Anus und Analfalte (4):

- Die zu pflegende Person beim Positionswechsel auf die Seite unterstützen, das Gesäß und die Hüften reinigen, dabei die Analfalte spreizen und Stuhlreste ggf. mit Zellstoff entfernen, den Anus vom Schambein in Richtung Analregion waschen.
- Für jede Wischrichtung sollte ein neuer Einmalwaschlappen verwendet werden, im häuslichen Bereich kann ein Stoffwaschlappen umgestülpt werden, sofern keine Infektionen und sichtbaren Verunreinigungen vorliegen.
- Auf Veränderungen der Haut, Hämorrhoiden und Druckstellen achten.

Im Handel sind Feuchttücher für die Körper- und Intimpflege erhältlich. Das Gefühl, sauber und erfrischt zu sein, ist mit der Verwendung von Wasser und Waschlappen deutlich größer. Wesentlich ist immer, die Bedürfnisse der zu pflegenden Person zu beachten.

Intimpflege bei Kindern

Kinder sollten – abhängig vom Alter und Entwicklungsstand – einmal täglich die Genitalien und das Gesäß waschen, entweder mit oder ohne Hilfe der Eltern. Dafür ist warmes Wasser völlig ausreichend. Die Schritte der Intimpflege sind bei Mädchen gleich denen der Frau. Bei Jungen ist in den ersten Lebensjahren die Vorhaut verengt und/oder die Innenseite der Vorhaut oft fest mit der Eichel verklebt, ein Zurückstreifen der Vorhaut kann Wunden, Risse und daraus resultierend Narbengewebe verursachen. Jungen „entdecken“ den Penis und tragen durch ihre Berührungen, durch Ziehen und Kneten zum natürlichen Ablöseprozess bei. Selten kommt es zu einer Paraphimose, bei der sich die Vorhaut nicht mehr nach vorn schieben lässt. Dies ist ein Notfall, der ärztliche Behandlung erfordert.

Beim Waschen kommt es vor, dass der Penis steif wird. Der Junge reagiert eher mit Stolz und Freude darauf, während Eltern peinlich berührt sein können. Kinder haben ein gutes Körpergefühl, bei Fragen des Kindes könnte eine mögliche Antwort sein, dass sein Körper sich darüber freut, berührt zu werden. Spätestens ab dem Grundschulalter können Jungen lernen, die Vorhaut vorsichtig zurückzuziehen und die Kranzfurche um die Eichel herum zu reinigen. (5)

Die Auszubildenden nehmen sowohl die Gefühle und die Verhaltensweisen des Kindes als auch die Gefühle und die Äußerungen von Eltern wahr. Mit Auszubildenden sollten diese Situationen thematisiert und mögliche Reaktionen verbalisiert werden, sonst kann dies zur Überforderung führen.

Fazit

Eine differenzierte Auseinandersetzung mit dem Thema, z. B. bei Menschen mit geistiger Behinderung oder bei demenziell veränderten Menschen, kann in dieser Fortbildungseinheit nicht berücksichtigt werden, ist aber dennoch unerlässlich.

Die intensive und professionelle Auseinandersetzung mit dem Thema der intimen Versorgung und die Verbalisierung der Thematik soll in Zukunft eine Veränderung im Umgang hervorrufen. Die Fortbildungseinheit macht zudem deutlich, dass die Intimpflege keine einfache Auf-

gabe ist und nicht von jeder Person (Praktikantinnen und Praktikanten, Auszubildenden etc.) ohne fachliche Anleitung durchgeführt werden kann. Es bedarf einer fundierten Betreuung, um die negativen Gefühle wie Disstress, Scham, Ekel oder auch Wut im Vorfeld abzufangen. Wichtig ist ebenfalls die Möglichkeit, dass die Auszubildenden die oben genannten Gefühle ohne schlechtes Gewissen in einem geschützten Raum verbalisieren können. Denn auch hier wurde in Studien deutlich, dass allein die Möglichkeit, über die Situationen zu sprechen, den Auszubildenden helfen kann.

Was tun, wenn ...?

Was tun, wenn ich die Vorhaut des zu pflegenden Menschen nicht mehr vorschieben kann?

Dann manipulierte ich erst einmal nicht weiter an der Vorhaut herum und hole mir Hilfe von meiner Praxisanleitung oder einer Pflegefachperson.

Was tun, wenn während der Intimpflege anzügliche Bemerkungen durch die zu pflegende Person gemacht werden?

Ich weise die Anmerkungen bestimmend und deutlich zurück, antworte mit einem Einwortsatz (Halt! Stopp! Nein! Schluss!) und setze mit dieser Aussage erst einmal Grenzen. Dann wende ich die 3er Regel an: 1. Ich benenne die Situation; 2. Ich stelle klar und sage, was das mit mir macht; 3. Ich sage, was ich von meinem Gegenüber erwarte.

Was tun, wenn ich bemerke, dass meine Handlung sexuelle Erregung bei der zu pflegenden Person hervorruft?

Ich mache eine Pause bei der Intimpflege, lege ein Handtuch über den Intimbereich und warte einen Moment, damit die Erregung abebben kann.

Was tun, wenn die zu pflegende Person die Intimpflege bei mir verweigert?

Dann akzeptiere ich den Wunsch der zu pflegenden Person und nehme die Verweigerung nicht persönlich. Ich versuche, mich in die Lage der zu pflegenden Person zu versetzen und nach Gründen zu suchen (nicht gleichgeschlechtlich, großer Altersunterschied, zu schambehaftet etc.). Gemeinsam können wir eine Lösung finden.

Literatur

- 1 Tischer, H.: *Belastende Situationen in der Pflegeausbildung. Eine Analyse der emotionalen Belastungen von Auszubildenden der Altenpflege in den ersten Praktika und deren Umgang damit.* In: Lehren und Lernen im Gesundheitswesen, Nr. 8, 2022, S. 47–54.
- 2 Schmidt, D.: *Professionelle Unterstützung. Pflegerische Maßnahmen zur Körperpflege.* In: Die Schwester/Der Pfleger. Nr. 11, 62. Jahrgang, 2023, S. 4–12.
- 3 Widmer, R.: *Hautpflege im Intimbereich: Weniger ist oft mehr.* In: Ästhetische Dermatologie, Nr. 3, 2012, S. 16.
- 4 Ewering, A. K.: *Körperpflege und Bekleidung.* In: I care Pflege. 2. überarb. Auflage. Thieme, Stuttgart 2020. (Online unter https://eref.thieme.de/ebooks/cs_11485596#/ebook_cs_11485596__E9E3B7FD_481D_4AD1_993D_3EF0C04B25CD).
- 5 Byn, H.: *Auch Körperpflege will gelernt sein. Intimpflege bei Kindern.* In: kizz, 5. Jahrgang, Heft 3, 2018, S. 46–48.

Bildquellen

- © Die Denkstation
© Hector – AdobeStock.com