




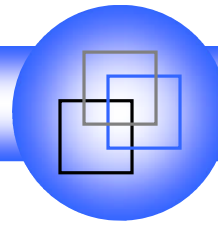


Ziel: 	Die Schüler erkennen, dass unsere Haut sehr sensibel ist und ihrer Pflege deshalb besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden muss – dies vor allem bei Menschen mit einer Behinderung, deren Empfindlichkeit gestört ist.
Arbeitsauftrag: 	Als Einstieg werden gemeinsam einige Wahrnehmungsübungen gemacht (siehe Zusatzblatt). Anschliessend werden die Erfahrungen ausgetauscht und die Gefühle und Erfahrungen miteinander besprochen. Anschliessend lesen die Schüler den Text „Sensibilität der Haut“.
Material: 	Lesetext „Sensibilität der Haut“
Sozialform: 	Plenum Einzelarbeit
Zeit: 	ca. 30 Minuten

Zusätzliche Informationen:

- Weitere Informationen zum Thema Haut finden sich in der kiknet-Unterrichtseinheit „Die Haut“.
- Allgemeine Informationen zum Thema Paraplegie sowie Veranstaltungen zum Thema finden Sie auf der Website der Schweizer Paraplegiker Vereinigung (www.spv.ch).



Wahrnehmungsübungen

Die Schüler liegen während 3 Minuten auf dem harten Boden auf dem Rücken. Welche Körperstellen beginnen zuerst zu schmerzen? Wie bewegst du dich, um die Stellung zu verändern?

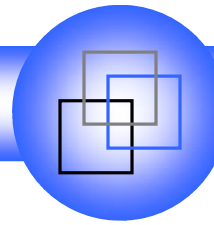
Sitze oder liege auf verschiedene Gegenstände (Bleistift, Gummi, Tennisball, Stein, Kissen). Wie fühlt sich das an, wie lange hältst du das aus, bis du die Position verändern musst?

Wie lange sitzt dein Nachbar ganz ruhig auf seinem Stuhl? Weshalb bewegt er sich?

Auf den Rücken des Partners werden mit den Fingern Wörter geschrieben und erraten. Dabei werden Druck und Tempo variiert.

Du liegst auf dem Boden, deine Augen sind geschlossen. Dein Partner legt dir verschiedene Gegenstände auf den Rücken, die Arme oder Beine. Was liegt wo? Woran kannst du das erkennen?

Mit verschiedenen Gegenständen wird die Haut an der Innen- und Aussenseite der Unterarme berührt. Wie fühlt sich der Gegenstand an? Wo fühlt man ihn am besten?



Die Sensibilität der Haut

Der Tastsinn wird zusammen mit dem Geruchs- und Geschmackssinn zu den „unteren Sinnen“ gezählt. Durch diese Bezeichnung wird sofort deutlich, dass das Hören und insbesondere auch das Sehen heute im Vordergrund stehen.

Nichtsdestotrotz hilft uns aber auch der Tastsinn, das Leben zu „erfassen“. Winzige Sensoren und Rezeptoren (das sind Zellen in der Haut, die darauf spezialisiert sind, äussere Reize aufzunehmen) machen es möglich, dass die Haut Berührungen, Druck, Spannung und Temperaturunterschiede wahrnehmen kann.

Der Tastsinn vermittelt dem Gehirn die notwendigen Informationen zum Erkennen der Form, des Gewichts, des Bewegungszustandes und der Oberfläche von Gegenständen.

Bei einer Querschnittlähmung sind die sensiblen Nervenbahnen im Rückenmark verletzt. Die Folge davon ist, dass unterhalb der Verletzung Empfindungsstörungen auftreten. Die Sinne für Berührung, Wärme- und Kälteempfinden und Schmerz sind gestört. Viele Körperbehinderte haben aufgrund des Verlustes der Hautempfindlichkeit und der gleichzeitig schlechten Durchblutung grosse Probleme.

Langes Sitzen in gleicher Position, wie dies im Rollstuhl häufig der Fall ist, eine Falte in der Hose, die Naht in der Unterhose, ein Krümel im Bett, dies alles kann innert kürzester Zeit Druckstellen bewirken, die bis auf die Knochen gehen. Und zu alledem kommt dazu, dass die betroffene Person nichts davon spürt, da die Empfindlichkeit gestört ist.

Ein Druckgeschwür ist, wie es der Name bereits sagt, die Folge von übermässigem Druck auf die Haut. Die Haut wird zwischen der Unterlage und den Knochen eingeklemmt und dadurch ungenügend durchblutet. In der Fachsprache wird ein Druckgeschwür auch als Decubitus bezeichnet. Ein Decubitus kann bereits nach 30 bis 40 Minuten Druckbelastung entstehen. Deshalb werden alle Querschnittgelähmten angeleitet, sich alle 20 Minuten für eine Minute zu heben oder das Gesäss zu entlasten, damit die belasteten Hautpartien wieder durchblutet werden können. Erste Anzeichen solcher Druckstellen ist eine Hautrötung. In schweren Fällen kann es bis zu einer Infektion dieser Wunden kommen.

Die Heilung solcher Druckstellen verläuft extrem langsam, was bedeutet, dass Wochen oder bei einer tiefen Druckstelle sogar monatelang keine Belastung auf diese Körperstelle ausgeübt werden darf. Für einen Rollstuhlfahrer kann das bedeuten, dass er während Wochen auf dem Bett liegen bleiben muss. Damit ist möglichst nicht geschieht, gibt es in den Rollstühlen spezielle Sitzkissen. Die Verwendung dieser Kissen ist vor allem auch bei langen Bus- oder Flugreisen wichtig.

(Quelle: Lehrmittel Paradidact (2007), Schweizer Paraplegiker-Vereinigung (SPV), Nottwil)