

GT-PS-09

Atemstimulierende Einreibung (ASE)

ZIEL / KOMPETENZ

Die Pflegefachperson führt eine atemstimulierende Einreibung (ASE) fachgerecht durch, richtet sie an den individuellen Bedürfnissen der Patientin bzw. des Patienten aus und nutzt sie zur Unterstützung der Atmung und zur psychischen Stabilisierung.

GELTUNGSBEREICH	DURCHFÜHRUNG DURCH	DELEGATION	MITGELTENDE UNTERLAGEN
Stationäre und ambulante Pflege, Klinik	Pflegefachpersonen; Auszubildende unter Anleitung	Pflegerische Tätigkeit im eigenen Verantwortungsbereich	Hygieneplan · Standard Händehygiene · Pflegedokumentation

MATERIALBEDARF

PFLEGEMITTEL UND HAUTSCHUTZ	SCHUTZ UND HYGIENE	RAUM- UND ZEITORGANISATION
- Wasser-in-Öl-Lotion (W/O-Lotion) - Handtuch, zum Abdecken bzw. zum Entfernen von Lotionsresten ¹ - Unsterile Einmalhandschuhe, nur bei hygienischer Indikation	- Händedesinfektionsmittel - Sichtschutz, bei Bedarf - Abwurfbehälter für gebrauchtes Material ⁶	- Türschild „Bitte nicht stören“ - Kissen, zur Abpolsterung beim Abstützen

Materialübersicht

Benötigte Materialien auf einen Blick

PFLEGEMITTEL UND HAUTSCHUTZ



Wasser-in-Öl-Lotion (W/O-Lotion)
in den Händen anwärmen



Handtuch
Lotionsreste entfernen



Unsterile Einmalhandschuhe
nur bei hygienischer Indikation

SCHUTZ UND HYGIENE



Händedesinfektionsmittel
vor und nach der Maßnahme



Sichtschutz
bei Bedarf



Abwurfbehälter
für gebrauchtes Material

RAUM- UND ZEITORGANISATION



Türschild „Bitte nicht stören“
Störungen vermeiden



Kissen
zur Abpolsterung beim Abstützen

Alle Abbildungen sind eigens für die GuardianTag® Pflegestandard-Bibliothek erstellte, neutrale Piktogramme. Sie zeigen keine Markenprodukte, tragen keine Herstellerlogos und stammen aus keiner fremden Bildquelle. Die Darstellungen dienen dem schnellen Erkennen der Materialgruppe; verbindlich sind die Produktvorgaben und der Hygieneplan der Einrichtung.

VORBEREITUNG

- 1 Türschild „Bitte nicht stören“ anbringen.
- 2 Klingel und Telefon abstellen.
- 3 Sichtschutz aufstellen; mobile Mitpatientinnen und Mitpatienten ggf. bitten, das Zimmer zu verlassen.
- 4 Eine anschließende Ruhezeit mit der Patientin bzw. dem Patienten vereinbaren.
- 5 Zugluft während der Maßnahme vermeiden.
- 6 Patientin bzw. Patienten mit unbekleidetem Rücken zur Pflegefachperson hinsetzen lassen.
- 7 In sitzender Position die Möglichkeit geben, sich bei leicht nach vorn gebeugtem Oberkörper mit den Armen abzustützen, z. B. an der Stuhllehne, dabei mit einem Kissen abpolstern.
- 8 Bettlägerige Patientinnen und Patienten z. B. in 135°-Seitenlage bequem lagern.
- 9 Intimsphäre wahren.

DURCHFÜHRUNG

- 1 Hygienische Händedesinfektion durchführen.
- 2 W/O-Lotion in den Händen verreiben und anwärmen.
- 3 Lotion gleichmäßig und mehrfach mit beiden Handflächen und geschlossenen Fingern auf dem Rücken vom Nacken in Richtung Steißbein verteilen.
- 4 Handkontakt zum Rücken nicht unterbrechen: Eine Hand setzt am Nacken neu an, erst danach folgt die andere Hand.
- 5 Sich des eigenen Atemrhythmus bewusst werden.
- 6 Beide Hände flach rechts und links der Brustwirbelsäule auflegen, Handflächen bleiben geschlossen.
- 7 Druck auf Daumen und Zeigefinger geben.
- 8 Bei der Ausatmung entlang der Wirbelsäule nach unten streichen.
- 9 Druck wieder lösen.
- 10 Bei der Einatmung den Brustkorb mit den Händen nach oben unterstützen und so den Kreis schließen.
- 11 Nächsten Kreis bilden; bis zur unteren Lendenwirbelsäule können 3–4 Kreise gebildet werden.
- 12 Eine Hand verbleibt an der Lendenwirbelsäule, während die andere erneut seitlich an Brustwirbelsäule bzw. Schulter ansetzt.
- 13 Mit der zweiten Hand ebenfalls seitlich an Brustwirbelsäule bzw. Schulter ansetzen und erneut 3–4 Kreise atemsynchron Richtung Lendenwirbelsäule bilden.
- 14 Anwendungsdauer von mindestens 5–10 Minuten einhalten.
- 15 Patientin bzw. Patienten nach der ASE ausruhen lassen.

NACHSORGE

- Patientin bzw. Patienten bequem lagern.
- Möglichkeit zur Entspannung geben.
- Türschild entfernen.
- Bei Bedarf Hilfestellung beim Abhusten geben.
- Nach dem Befinden fragen. 1
- Verwendete Materialien versorgen, Lotion verschließen. 1
- Hygienische Händedesinfektion durchführen. 4
- Durchführung der Maßnahme dokumentieren.

INDIKATION

- Störungen der Atemfrequenz.
- Zur gezielten Atemvertiefung.
- Zur psychischen Stabilisierung.
- Stressminderung, zur Beruhigung.
- Bei Wahrnehmungsstörungen des Körpers (z. B. Apoplexie).
- Bei Einschlafstörungen.
- Bei verwirrten, unruhigen Patientinnen und Patienten zur Beruhigung und Orientierung.
- Zur Entwicklung eines Tag-Nacht-Rhythmus.

KONTRAINDIKATION / ABBRUCHKRITERIEN

- Frische offene Wunden im Rückenbereich.
- Instabile Wirbelkörperfrakturen.
- Operationen am Thorax.
- Rippenfrakturen.
- Bekannte Allergie gegen die verwendete Lotion bzw. gegen Zusätze wie Cineol, Levomenthol, Campher oder ätherische Öle – besondere Vorsicht bei Asthmatikerinnen und Asthmatikern, da ein Anfall ausgelöst werden kann.

HYGIENE- UND SICHERHEITSASPEKTE

- Hygienische Händedesinfektion vor Kontakt mit der Patientin bzw. dem Patienten durchführen.
- Hygienische Händedesinfektion nach der Maßnahme durchführen. ⁴
- Die fünf Momente der Händedesinfektion einhalten. ⁵
- Unsterile Einmalhandschuhe nur bei hygienischer Indikation tragen, z. B. bei Hauterkrankung oder Allergie.
- Lotion personenbezogen verwenden und Kontamination des Originalgebindes vermeiden. ⁴
- Kissen und Auflagen mit patientenbezogenem bzw. gewechseltem Bezug verwenden. ⁴
- Intimsphäre und Sichtschutz konsequent wahren.
- Bei Verdacht auf Hautinfektion oder offene Hautstellen im Anwendungsgebiet die Maßnahme nicht durchführen.
- Auf allergische Reaktionen bei Verwendung ätherischer Zusätze achten.
- Persönliche Schutzausrüstung nach Bedarf gemäß Hygieneplan der Einrichtung anwenden. ⁶

BESONDERHEITEN / WICHTIGE HINWEISE

- Die ASE ist eine Maßnahme aus der Basalen Stimulation. Die Patientin bzw. der Patient erhält Informationen über den eigenen Körper und dessen Grenzen.
- Die Pflegekraft muss die Möglichkeit haben, sich in Ruhe auf die Maßnahme einzulassen.
- Zeitbedarf für die ASE mindestens 5 Minuten; während dieser Zeit sollten Störungen vermieden werden.
- Die ASE kann zu jeder Tageszeit durchgeführt werden, besonders günstig ist die Abendzeit.
- Es wird nach dem Atemrhythmus der pflegenden Person eingerieben; der pflegebedürftige Mensch passt sich diesem Rhythmus an. Deshalb muss sich die einreibende Person des eigenen Atemrhythmus bewusst sein und darauf achten, sich nicht einem möglicherweise pathologischen Atemrhythmus der pflegebedürftigen Person anzupassen.
- Handschuhe werden nur bei hygienischen Indikationen wie Hauterkrankungen oder Allergien getragen.
- Bei Verwendung wirkstoffhaltiger Erkältungssalben auf allergische Reaktionen achten; Vorsicht bei Asthmatikerinnen und Asthmatikern, da ein Anfall ausgelöst werden kann.

QUELLENVERZEICHNIS

- 1 I Care Pflege (2025): (3. Auflage). Stuttgart: Thieme Verlag
- 2 Regnet, Nadine (2022): Pflegetechniken. Von Absaugen bis ZVK. Urban & Fischer Verlag
- 3 Lauber, A., Schmalstieg, P: (2018): Pflegerische Interventionen verstehen & pflegen 3 (4. Auflage). Stuttgart: Thieme Verlag
- 4 Kommission für Krankenhaushygiene und Infektionsprävention (KRINKO)/Robert Koch-Institut (2016): Händehygiene in Einrichtungen des Gesundheitswesens. Bundesgesundheitsblatt 59(9), S. 1189–1220.
- 5 Sax, H., Allegranzi, B., Uçkay, I., Larson, E., Boyce, J., Pittet, D. (2007): My five moments for hand hygiene. Journal of Hospital Infection 67(1), S. 9–21. DOI 10.1016/j.jhin.2007.06.004. Übernommen in: Weltgesundheitsorganisation (WHO) (2009): WHO Guidelines on Hand Hygiene in Health Care. Genf, ISBN 978-92-4-159790-6, Teil I Abschnitt 21.4.
- 6 TRBA 250: Biologische Arbeitsstoffe im Gesundheitswesen und in der Wohlfahrtspflege. Ausschuss für Biologische Arbeitsstoffe (ABAS) / Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin. Ausgabe November 2025, GMBI Nr. 34–37 vom 10.11.2025.

Die Ziffern hinter einzelnen Aussagen im Dokument verweisen auf die Nummern dieses Quellenverzeichnisses.

Hinweis zu den Quellen: Auflagen-, Jahres- und Seitenangaben der Lehrbuchquellen sind vor dem Einsatz an den jeweils aktuellen Originalausgaben zu verifizieren und zu ergänzen. Die Empfehlungen von KRINKO/RKI, DNQP und TRBA 250 sind vor jeder Revision auf Aktualisierungen zu prüfen.

Dokumentenstatus

Verfasser, Prüfung und Freigabe

Vor dem Einsatz zu prüfen und schriftlich freizugeben. Dieser Pflegestandard ist vor der Anwendung an den Hygieneplan, die Verfahrensanweisungen und die Produktvorgaben der einsetzenden Einrichtung anzupassen. Er ersetzt weder die ärztliche Anordnung noch den Hygieneplan. Die fachliche Prüfung und die Freigabe erfolgen durch die Pflegedienstleitung bzw. das Qualitätsmanagement der einsetzenden Einrichtung.

VERFASST	FACHLICHE PRÜFUNG	FREIGABE FÜR DEN EINSATZ
Erfolgt Yassen Khattab – Pflegefachkraft, Pflegedienstleitung, Praxisanleiter. Erstfassung 08/2026. _____ Datum, Unterschrift	Offen Die fachliche Prüfung durch eine zweite Pflegefachperson ist vor dem Einsatz durchzuführen. _____ Name, Funktion, Datum, Unterschrift	Offen Die Freigabe erfolgt durch die Pflegedienstleitung bzw. das Qualitätsmanagement der einsetzenden Einrichtung. _____ Name, Funktion, Datum, Unterschrift

VERSION	STAND	ÄNDERUNG	BEARBEITUNG
1.0	08/2026	Erstfassung – eigenständig verfasst auf Grundlage der im Quellenverzeichnis genannten Primärquellen; visuelle Materialübersicht	Yassen Khattab
1.1	08/2026	Fachliche Korrektur nach Quellenprüfung (Phasen 3A bis 3C); Quellenangaben vervollständigt	Yassen Khattab
1.2	09/2026	Freigegebene Endkorrektur nach Phase 3D.1; Quellenangaben vervollständigt und Markennennungen neutralisiert	Yassen Khattab

GuardianTag® Pflegestandard-Bibliothek. Dieser Pflegestandard wurde eigenständig auf Grundlage der im Quellenverzeichnis genannten Primärquellen verfasst. Vor dem Einsatz ist er an den Hygieneplan, die Verfahrensanweisungen und die Produktvorgaben der jeweiligen Einrichtung anzupassen, fachlich zu prüfen und schriftlich freizugeben. Diese Hinweise stellen keine Rechtsberatung dar.