

GT-PS-31

Belebende Körperpflege

ZIEL / KOMPETENZ

Die Pflegefachperson führt die belebende Körperpflege theoriegeleitet und unter Berücksichtigung der individuellen Ressourcen der Patientin bzw. des Patienten durch, um Wahrnehmung, Aktivität und Kreislauf gezielt zu stimulieren.

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

MATERIALBEDARF

SCHUTZ UND HYGIENE	WASCH- UND PFLEGEMATERIAL	BEDARFSMATERIAL
• Schutzkittel bzw. Schürze • Unsterile Handschuhe, evtl. • Händedesinfektionsmittel • Flächendesinfektionsmittel	• Raues Handtuch • Rauer Waschhandschuh • Waschschüssel mit frischem Wasser • Waschlotion oder passender (therapeutischer) Zusatz, evtl.	• Frische Wäsche, bei Bedarf

Materialübersicht

Benötigte Materialien auf einen Blick

SCHUTZ UND HYGIENE

 Schutzkittel / Schürze Eigenschutz	 Unsterile Handschuhe evtl., situativ	 Händedesinfektionsmittel vor der Waschung barhändig	 Flächendesinfektionsmittel vor Beginn der Pflege
--	--	---	--

WASCH- UND PFLEGEMATERIAL



Raues Handtuch
belebender Reibungsreiz



Rauer Waschhandschuh
belebender Reibungsreiz



Waschschüssel
frisches Wasser; ca. 10 °C unter
Körpertemperatur



Waschlotion / therapeutischer Zusatz
z. B. Rosmarin, Zitrone, Eukalyptus

BEDARFSMATERIAL



Frische Wäsche
bei Bedarf

Alle Abbildungen sind eigens für die GuardianTag® Pflegestandard-Bibliothek erstellt, 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 Fragen, ob die Patientin/der Patient vorher noch zur Toilette möchte – dies macht die anschließende Körperpflege angenehmer.
- 2 Wassertemperatur einstellen: Bei der belebenden Waschung sollte das Wasser ca. 10 °C unter der Körpertemperatur liegen. ⁸
- 3 Zimmertemperatur angenehm warm halten.
- 4 Intimsphäre wahren (Sichtschutz) und individuelle Bedürfnisse berücksichtigen.
- 5 Patientin/Patienten lagern: Rücken- und Oberkörperhochlage.
- 6 Flächendesinfektion durchführen.
- 7 Hygienische Händedesinfektion durchführen.

DURCHFÜHRUNG

- 1 Bei nicht äußerungsfähigen Patientinnen/Patienten zunächst eine Initialberührung setzen, z. B. an der Schulter.
- 2 Therapeutische Waschung an der Hand beginnen, den Arm abwärts.
- 3 Zuerst den Arm waschen, der von der Patientin/dem Patienten „am weitesten entfernt“ liegt, um ein erneutes Nasswerden zu vermeiden.
- 4 Mit leichtem Druck nach unten gegen die Haarwuchsrichtung waschen und abtrocknen.
- 5 Anschließend die andere Seite des Oberkörpers waschen.
- 6 Brust und Bauch gegen die Haarwuchsrichtung waschen.
- 7 Rücken der Patientin/des Patienten waschen.
- 8 Beine in langen Zügen vom Sprunggelenk beginnend gegen die Haarwuchsrichtung waschen; auch hier mit der abgewandten Seite beginnen.
- 9 Hautpflege gegen die Haarwuchsrichtung durchführen und ankleiden.

NACHSORGE

- Material entsorgen.
- Handschuhe umgehend nach der Pflege verwerfen.
- Hygienische Händedesinfektion durchführen.
- Nach dem Befinden der Patientin/des Patienten fragen.
- Patientin/Patienten lagern.
- Arbeitsfläche desinfizieren.
- Durchführung dokumentieren.

INDIKATION

- Bei Patientinnen/Patienten mit Somnolenz.
- Bei Bewusstlosigkeit.
- Bei Antriebsschwäche.
- Bei Hypotonien.
- Bei Hemiplegien bzw. Hemiparesen.
- Bei Depressionen.

KONTRAINDIKATION / ABBRUCHKRITERIEN

- Nicht anwenden bei akut agitierten, unruhigen oder ängstlichen Patientinnen/Patienten – hierfür ist die beruhigende Ganzkörperwaschung indiziert. ¹
- Bei kardiovaskulärer Instabilität, akuten Herzrhythmusstörungen oder floridem Fieber den Kältereiz kritisch prüfen bzw. ärztliche Rücksprache halten. ¹
- Bei ausgeprägten peripheren Durchblutungsstörungen (z. B. periphere arterielle Verschlusskrankheit, Raynaud-Syndrom) auf den kühlen Reiz verzichten oder diesen deutlich abmildern. ¹
- Bei bekannter Unverträglichkeit oder Allergie gegen die verwendeten Aromazusätze auf diese verzichten. ¹
- ABBRUCH bei Kälteabwehr, Schmerzen, Kreislaufreaktion oder Zunahme von Unruhe während der Waschung – weiteres Vorgehen mit dem Behandlungsteam abstimmen. ⁷

HYGIENE- UND SICHERHEITSASPEKTE

- Handschuhe zum Selbstschutz, bei Infektionskrankheiten sowie bei der Intim- und Mundpflege tragen.
- Flächendesinfektion vor Beginn der Pflege durchführen.
- Hygienische Händedesinfektion vor der Waschung durchführen.
- Schutzkittel bzw. Schürze als persönliche Schutzausrüstung tragen.
- Raues Handtuch und rauen Waschhandschuh verwenden, um den belebenden Reibungsreiz zu erzeugen.
- Dem Waschwasser grundsätzlich keine reinigenden Zusätze zufügen; Ausnahme sind therapeutische Zusätze wie Rosmarin, Zitrone oder Eukalyptus.
- Aromaöle nur in Verbindung mit einem geeigneten Emulgator (z. B. Kaffeesahne) verwenden.
- Arbeitsfläche nach der Maßnahme desinfizieren.
- Die Fünf Momente der Händedesinfektion einhalten. ⁶
- Material patientenbezogen verwenden, um eine Übertragung von Erregern zu vermeiden. ⁵

BESONDERHEITEN / WICHTIGE HINWEISE

- Bei der belebenden Ganzkörperwaschung werden Intimpflege, Gesicht und Füße ausgelassen.
- Körperregionen, die nicht gewaschen werden, zur Wahrung der Intimsphäre und zum Schutz vor Auskühlung abdecken.
- Bei der Waschung gelten die Regeln der Basalen Stimulation.
- Immer eine Hand am Körper der Patientin/des Patienten belassen – nie beide Hände gleichzeitig lösen.
- Während der Grundpflege möglichst wenig sprechen.
- Wenn gesprochen wird, dann mit ruhiger Stimme, z. B. „Ich wasche jetzt Ihren linken Arm, beginne an der Hand.“
- Auf Wunsch ggf. beruhigende Musik laufen lassen.
- Die Grundpflege richtet sich grundsätzlich nach den Wünschen und Gewohnheiten der Patientin/des Patienten.

QUELLENVERZEICHNIS

- 1 Pflege I Care (2025): 3. überarbeitete Auflage: Stuttgart: Thieme Verlag.
- 2 Vogler, Christine, Pflegias (2020): Berlin: Cornelsen Verlag.
- 3 Menche, N. et al. (2014): Pflege Heute, 6. Auflage: München: Elsevier Verlag.
- 4 Kommission für Krankenhaushygiene und Infektionsprävention (KRINKO)/Robert Koch-Institut (2016): Händehygiene in Einrichtungen des Gesundheitswesens. Bundesgesundheitsblatt 59(9), S. 1189–1220.
- 5 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.
- 6 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.
- 7 Deutsches Netzwerk für Qualitätsentwicklung in der Pflege (DNQP): Expertenstandard „Schmerzmanagement in der Pflege“. Osnabrück: Hochschule Osnabrück.
- 8 Elsevier GmbH (Hrsg.): Pflege Heute Kompaktwissen. 5. Auflage, Urban & Fischer/Elsevier, München 2019, ISBN 978-3-437-27844-0, Abschnitt „Basal stimulierende Körperwaschung“. Hinweis: Die zitierte Aussage stammt aus der 5. Auflage; aktuell ist die 6. Auflage (2023).

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.