

Bewegungsförderung für Personen mit Demenz in Pflegeeinrichtungen: Das Potenzial von Individualisierung und Digitalisierung

Jelena Bezold, Karlsruher Institut für Technologie, Institut für Sport und Sportwissenschaft

Abstract

Mit dem Fortschreiten einer Demenzerkrankung nimmt die motorische und kognitive Leistung bei betroffenen Personen ab, wodurch das Sturzrisiko und Schwierigkeiten im Alltag zunehmen (Johansen et al., 2020). In Pflegeeinrichtungen führt dies zu einem erhöhten Pflegeaufwand. Der Einsatz körperlicher Aktivität kann helfen, die motorische und kognitive Leistung zu erhalten bzw. eine Verschlechterung zu verzögern (Hagovska & Nagyova, 2017). Bisherige Studien weisen aber darauf hin, dass aufgrund der Heterogenität der Zielgruppe nicht jedes Bewegungsprogramm wirkt (Barisch-Fritz et al., 2021). Zudem steht die Implementierung in Pflegeeinrichtungen vor speziellen Herausforderungen (z.B. Zeitdruck), die sich mit der Corona-Pandemie verstärkt haben. Aus diesen Gründen müssen Bewegungsangebote geschaffen und evaluiert werden, die in der Zielgruppe wirksam und im Setting Pflegeeinrichtung umsetzbar sind. Aktuelle Entwicklungen der Digitalisierung (z.B. Sensorik, App-Entwicklung) können hier gewinnbringend eingesetzt werden.

Diese kumulative Dissertation deckt die Notwendigkeit der Individualisierung von Bewegungsprogrammen bei Personen mit Demenz auf (I), stellt Möglichkeiten zur sensor-gestützten Erfassung individueller, motorischer Vulnerabilitäten vor (II) und evaluiert die Nutzerfreundlichkeit und Wirksamkeit eines individualisierten, App-basierten Bewegungsprogrammes (III und IV). Die bisherigen Ergebnisse zeigen, (I) dass eine Individualisierung auf Basis der motorischen und kognitiven Ausgangsleistung stattfinden sollte (Bezold et al., 2021), (II) die sensor-basierter Erfassung motorischer Variablen in der Zielgruppe umsetzbar (Bezold et al., 2021), und (III) ein App-basiertes Bewegungsprogramm nutzerfreundlich ist. Damit generiert die Arbeit relevante Informationen zur langfristigen Implementierung von individuellen Bewegungsprogrammen für Personen mit Demenz in Pflegeeinrichtungen und zeigt die Möglichkeiten der Digitalisierung in diesem Zusammenhang auf. Zukünftige Studien sollten die Kombination aus sensor-gestützter Erfassung und App-basierter Bewegungsförderung untersuchen, um die Vorteile der Digitalisierung maximal auszuschöpfen.

Literatur

- Barisch-Fritz, B., Trautwein, S., Scharpf, A., Krell-Roesch, J., & Woll, A. (2021). Effects of a 16-Week Multimodal Exercise Program on Physical Performance in Individuals With Dementia: A Multicenter Randomized Controlled Trial. *Journal of Geriatric Physical Therapy* (2021).
- Bezold, J., Krell-Roesch, J., Eckert, T., Jekauc, D., & Woll, A. (2021). Sensor-based fall risk assessment in older adults with or without cognitive impairment: A systematic review. *European Review of Aging and Physical Activity : Official Journal of the European Group for Research into Elderly and Physical Activity*, 18(1), 15.
- Bezold, J., Trautwein, S., Barisch-Fritz, B., Scharpf, A., Krell-Roesch, J., Nigg, C. R., & Woll, A. (2021). Effects of a 16-week multimodal exercise program on activities of daily living in institutionalized individuals with dementia. *German Journal of Exercise and Sport Research*, 51(4), 506–517.
- Hagovska, M., & Nagyova, I. (2017). The transfer of skills from cognitive and physical training to activities of daily living: A randomised controlled study. *European Journal of Ageing*, 14(2), 133–142.
- Johansen, R. H., Olsen, K., Bergh, S., Benth, J. Š., Selbæk, G., & Helvik, A.-S. (2020). Course of activities of daily living in nursing home residents with dementia from admission to 36-month follow-up. *BMC Geriatrics*, 20(1), 488.