

Prüfungsfragen

Frage 1 (Multiple Choice)

Füllen Sie im folgenden Lückentext die Lücken. Es können auch mehrere Wörter in eine Lücke gefüllt werden, jedoch sollten sie pro Lücke eine Aussage einsetzen. (8 Punkte)

Schlafstörungen können durch verschiedene Faktoren verursacht werden. Zu den **körperlichen Ursachen** zählen z. B. _____ oder nächtliche Pflegeinterventionen wie _____.
Psychische Ursachen können unter anderem _____ oder _____ sein.

Auch **soziale und gesellschaftliche Einflüsse**, wie _____, sowie **ökologische Faktoren**, wie _____, können den Schlaf negativ beeinflussen.

Um die Schlafqualität zu verbessern, sind Massnahmen wie _____, die Förderung von _____ und eine ruhige, sichere Umgebung hilfreich.

Lösung: pro richtiger Antwort einen Punkt

Schlafstörungen können durch verschiedene Faktoren verursacht werden. Zu den **körperlichen Ursachen** zählen z. B. **Schmerzen** oder nächtliche Pflegeinterventionen wie **regelmässiges Positionieren/ regelmässige Messungen**.
Psychische Ursachen können unter anderem **Depressionen oder demenzielle Erkrankungen** sein.
Auch **soziale und gesellschaftliche Einflüsse**, wie **Einsamkeit**, sowie **ökologische Faktoren**, wie **Lärm/Licht**, können den Schlaf negativ beeinflussen.

Um die Schlafqualität zu verbessern, sind Massnahmen wie **ein festes Schlafritual**, die Förderung von **Tagesstruktur** und eine ruhige, sichere Umgebung hilfreich.

Frage 2 (Offene Frage)

Eine Klientin klagt darüber, nachts schlecht ein- und durchzuschlafen. Sie ist dement und lebt in einem Pflegeheim. Beschreiben Sie zwei mögliche Ursachen und zwei pflegerische Massnahmen, um die Schlafqualität zu verbessern. (6 Punkte)

Lösung: pro richtiger Ursache 1 Punkt, pro Massnahme 2 Punkte

Mögliche Ursachen:

- Unruhe und Desorientierung durch die Demenz
- Störende Geräusche oder Lichtquellen in der Nacht

Pflegemassnahmen:

- Strukturierter Tagesablauf mit Bewegung und gezielter Aktivierung
- Ruhige, sichere Umgebung schaffen (z. B. Nachtlicht, vertraute Gegenstände, Schlafritual)