

Fallbeispiel Osteoporose - Zielsetzung

- Situation:** Du hast bereits gelernt, was Osteoporose ist, welche Ursachen sie hat und welche Folgeerkrankungen daraus entstehen können. Damit du nun dein neu erworbenes Wissen direkt anwenden und auf alltägliche Situationen übertragen kannst, wirst du als Gruppenarbeit ein Rollenspiel zur Zielsetzung bei einer Patientin mit Osteoporose durchspielen.
- Vorgehen und Sozialform:**
- Zunächst triffst du dich in deiner Stammgruppe und ihr bestimmt, wer welche Rolle im Zielsetzungsgespräch übernehmen wird.
 - Anschliessend liest du deinen Aufgabentext selbstständig durch und machst dir zu den Fragen einige Gedanken.
 - Danach setzt ihr euch in den Expertengruppen zusammen und überlegt euch, auf welche Aspekte ihr im darauffolgenden Gespräch den Fokus legen wollt.
 - Im Anschluss führst du mit deiner Stammgruppe das Zielsetzungsgespräch durch, ihr setzt Therapieziele (Hinweis: SMART) und schreibt diese auf, einschließlich eines groben Therapieplans.
 - Abschließend stellt ihr die Ziele und den Plan kurz im Plenum vor (maximal 3 Minuten).
- Hilfsmittel:** Als Hilfsmittel findest du die Folien über Osteoporose auf der Lernplattform, ihr dürft euch auch mit ChatGPT weiterhelfen.
- Zeitangabe:** Ihr habt 5min Zeit, die Rollen zu verteilen und eure Texte zu lesen. In den folgenden 10min könnt ihr euch mit den anderen Experten austauschen und euch Notizen für das Gespräch machen. Dann habt ihr 10min um das Zielsetzungsgespräch durchzuführen und euren Therapieplan grob zu gestalten. Anschliessend dürft ihr euren Plan kurz vorstellen und wir diskutieren über eure Ergebnisse.
- Massstab:** Die Lernaufgabe ist erfüllt, wenn Sie aktiv am Rollenspiel teilnehmen, sich in Ihre zugeteilte Rolle (Patientin, Physiotherapie oder Ernährungstherapie) einarbeiten und sich in den Expertengruppen mit den relevanten Inhalten (z. B. Symptome, Bedürfnisse, physiotherapeutische oder ernährungsbezogene Empfehlungen) auseinandersetzen. In der Stammgruppe formulieren Sie gemeinsam ein konkretes, SMART formuliertes Therapieziel sowie einen passenden Therapieansatz aus physiotherapeutischer Sicht. Ihre Ergebnisse tragen Sie in der Plenumsrunde vor. Während der Bearbeitung notieren Sie sich offene Fragen oder Unsicherheiten, die wir im Anschluss gemeinsam klären.
- Kontext:** Nach dieser Gruppenarbeit kannst du dein Wissen über Osteoporose in einem Therapieplan anwenden und Empfehlungen für Patienten mit Osteoporose weitergeben.

Rolle: Patientin

Situationsbeschreibung:

Frau Müller, 68 Jahre alt, wurde mit Osteoporose diagnostiziert und leidet unter chronischen Rückenschmerzen. Aufgrund ihrer Erkrankung hat sie Schwierigkeiten, alltägliche Aufgaben wie das Einkaufen und das Tragen von schweren Gegenständen zu bewältigen. Sie vermeidet es, lange Spaziergänge zu machen, da sie Angst hat zu stürzen und sich zu verletzen. Das Treppensteigen fällt ihr zunehmend schwer, und sie benötigt oft Hilfe von Familienmitgliedern, um sicher durch ihr Zuhause zu navigieren. Ihre Freizeitaktivitäten, wie Gartenarbeit und das Spielen mit ihren Enkeln, sind stark eingeschränkt, was zu Frustration und einem Gefühl der Isolation führt. Trotz dieser Herausforderungen versucht Frau Müller, so aktiv wie möglich zu bleiben und ihre Unabhängigkeit zu bewahren.

Mache dir zu folgenden Fragen Gedanken bevor ihr ins Zielsetzungsgespräch startet.

- Welche alltäglichen Aktivitäten fallen Ihnen besonders schwer aufgrund Ihrer Osteoporose?
- Haben Sie in letzter Zeit Stürze oder Verletzungen erlebt? Wenn ja, wie haben diese Ihren Alltag beeinflusst?
- Welche Ziele möchten Sie durch die Physiotherapie erreichen, um Ihre Lebensqualität zu verbessern?
- Gibt es bestimmte Aktivitäten oder Hobbys, die Sie gerne wieder ausüben würden, aber momentan nicht können?

Rolle: Physiotherapeutin

Situationsbeschreibung:

Frau Müller, 68 Jahre alt, wurde mit Osteoporose diagnostiziert und leidet unter chronischen Rückenschmerzen. Aufgrund ihrer Erkrankung hat sie Schwierigkeiten, alltägliche Aufgaben wie das Einkaufen und das Tragen von schweren Gegenständen zu bewältigen. Sie vermeidet es, lange Spaziergänge zu machen, da sie Angst hat zu stürzen und sich zu verletzen. Das Treppensteigen fällt ihr zunehmend schwer, und sie benötigt oft Hilfe von Familienmitgliedern, um sicher durch ihr Zuhause zu navigieren. Ihre Freizeitaktivitäten, wie Gartenarbeit und das Spielen mit ihren Enkeln, sind stark eingeschränkt, was zu Frustration und einem Gefühl der Isolation führt. Trotz dieser Herausforderungen versucht Frau Müller, so aktiv wie möglich zu bleiben und ihre Unabhängigkeit zu bewahren.

Mache dir zu folgenden Fragen Gedanken bevor ihr ins Zielsetzungsgespräch startet.

- Welche spezifischen Einschränkungen und Herausforderungen hat die Patientin aufgrund ihrer Osteoporose im Alltag?
- Welche bisherigen Therapien oder Übungen haben Sie bei der Patientin angewendet und wie waren die Ergebnisse?
- Gibt es besondere Risikofaktoren oder Vorsichtsmaßnahmen, die bei der Behandlung der Patientin berücksichtigt werden müssen?
- Welche langfristigen Ziele haben Sie für die Patientin in Bezug auf ihre Mobilität und Schmerzmanagement?

Rolle: Ernährungstherapie

Situationsbeschreibung:

Frau Müller, 68 Jahre alt, wurde mit Osteoporose diagnostiziert und leidet unter chronischen Rückenschmerzen. Aufgrund ihrer Erkrankung hat sie Schwierigkeiten, alltägliche Aufgaben wie das Einkaufen und das Tragen von schweren Gegenständen zu bewältigen. Sie vermeidet es, lange Spaziergänge zu machen, da sie Angst hat zu stürzen und sich zu verletzen. Das Treppensteigen fällt ihr zunehmend schwer, und sie benötigt oft Hilfe von Familienmitgliedern, um sicher durch ihr Zuhause zu navigieren. Ihre Freizeitaktivitäten, wie Gartenarbeit und das Spielen mit ihren Enkeln, sind stark eingeschränkt, was zu Frustration und einem Gefühl der Isolation führt. Trotz dieser Herausforderungen versucht Frau Müller, so aktiv wie möglich zu bleiben und ihre Unabhängigkeit zu bewahren.

Mache dir zu folgenden Fragen Gedanken bevor ihr ins Zielsetzungsgespräch startet.

- Welche aktuellen Ernährungsgewohnheiten hat die Patientin und wie könnten diese ihre Osteoporose beeinflussen?
- Gibt es bestimmte Nahrungsmittel oder Nährstoffe, die die Patientin vermeiden oder verstärkt zu sich nehmen sollte?
- Hat die Patientin bereits Nahrungsergänzungsmittel oder spezielle Diäten ausprobiert? Wenn ja, welche und mit welchen Ergebnissen?
- Welche Ernährungsziele hat die Patientin, um ihre Knochengesundheit zu unterstützen und ihre allgemeine Gesundheit zu verbessern?