

HÔPITAUX

FR – Freiburger Spital HFR macht Spitalnachthemden den Garaus

 nau.ch | HFR | 03/04/2024

Die Freiburger Spitalgruppe HFR motiviert Patienten zu mehr Bewegung – und das beginnt bei der Kleidung.

Die Freiburger Spitalgruppe HFR will, dass sich Patientinnen und Patienten, die dazu in der Lage sind, mehr bewegen. Dazu muss ein Motivationskiller aus dem Weg geräumt werden: das Spitalnachthemd. Gerade ein Ausbund an Ästhetik sind diese weiten und hinten offenen Hemden nicht. Den Allerehrenwertesten bedecken sie meist mehr schlecht als recht.

Kaum jemand geht damit gerne aus dem Spitalzimmer und unter Leute. Auch ein persönliches Pyjama macht die Sache in den meisten Fällen nicht viel besser.

Das Nachthemd oder Pyjama führe dazu, dass sich Patientinnen und Patienten oft bettlägeriger fühlten als sie seien, kamen die Freiburger Spitalfachleute zum Schluss.

Mehr Bewegung durch normale Kleidung

«Nach einem Spitalaufenthalt leidet jede dritte Patientin, jeder dritte Patient an mindestens zwei neuen gesundheitlichen Problemen, die hauptsächlich auf den Bewegungsmangel zurückzuführen sind», erklärt Olivier Rime, Leiter der Abteilung Physiotherapie und Ergotherapie am Standort Freiburg in einer Mitteilung vom Mittwoch.

In Freiburg werden Patientinnen und Patienten darum ermutigt, sich normal zu kleiden und so viel wie möglich zu bewegen. Tätigkeiten wie das Anziehen von Kleidung und Schuhen, das Einnehmen von Mahlzeiten am Tisch oder das Bettmachen würden so fester Bestandteil im Therapiealltag.

«Pyjamafreier Spitalaufenthalt» als Konzept

Der «pyjamafreie Spitalaufenthalt» sei mittlerweile ein institutionelles Konzept, heisst es in der Mitteilung weiter. Weiter werden jeden Nachmittag Fitnesskurse und Flashmobs angeboten. Im 9. und somit obersten Stockwerk wurde zudem ein Bücherschrank eingerichtet.

Auch an einem Escape-Game können Patientinnen und Patienten teilnehmen. Überall im Spital sind Hinweise, Aufgaben oder Rätsel versteckt, die die Teilnehmenden lösen sollen. So würden spielerisch und nebenbei genügend Schritte gemacht, um dem Bewegungsmangel entgegenzuwirken. **sda**

Publication le même jour le

- [blue news \(d\)](#)