

Kennen Sie das RSI-Syndrom?

Neben anderen Tätigkeiten kann auch das Anlegen von Inkontinenzprodukten aufgrund wiederholender Bewegungen und einer Überbeanspruchung der Gelenke zur Entwicklung eines **RSI-Syndroms*** führen.

Was ist das RSI-Syndrom?

Mit dem Oberbegriff Repetitive-Strain-Injury-Syndrom werden Schmerzen in Muskeln, Nerven und Sehnen beschrieben, die durch wiederholte Bewegungen und eine Überbeanspruchung der Unterarme und Ellbogen, Handgelenke und Hände, sowie des Nackens und der Schultern hervorgerufen werden.

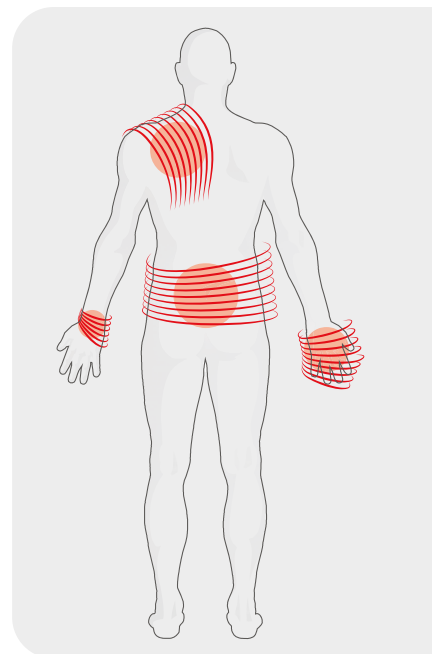
Bei Menschen, die häufig am Computer arbeiten, sind die Beschwerden auch unter dem Namen „Mausarm“ bekannt.

Wodurch wird das RSI-Syndrom verursacht?

Das RSI-Syndrom steht mit einer Überbeanspruchung von Muskeln und Sehnen im Oberkörper in Zusammenhang.

Bestimmte Faktoren scheinen das Risiko eines RSI-Syndroms zu erhöhen, u. a.: **sich ständig wiederholende Tätigkeiten**, die Ausübung einer stark belastenden Tätigkeit über längere Zeit ohne Ruhepause, eine **ungünstige Körperhaltung oder Tätigkeiten, die ein Arbeiten in einer unbehaglichen Position erfordern**.

Es ist wichtig, in einer angenehmen Umgebung zu arbeiten, die gut auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt ist. Arbeitgeber haben großes Interesse daran, dem berufsbedingten RSI-Syndrom entgegenzuwirken und vorzubeugen.



Bei regelmäßigem und wiederholtem Anlegen von Inkontinenzslips nehmen Pflegekräfte häufig Haltungen ein, die zur Entwicklung eines RSI-Syndroms führen können.



Bis zu **24%****

geringere körperliche Belastung
mit MoliCare® Premium Elastic





MoliCare® Premium Elastic

Einfacheres und schnelleres Anlegen

Die Ergonomik von MoliCare® Premium Elastic ist klinisch erwiesen. Die innovativen Eigenschaften ermöglichen ein leichteres und schnelleres Anlegen und verringern so die körperliche Belastung von Pflegekräften. Eine Studie, die am Universitätsklinikum Dijon (Frankreich, Oktober 2015) durchgeführt wurde, belegte die ergonomischen Vorteile von MoliCare® Premium Elastic im Vergleich zu einem traditionellen Inkontinenzslip.

Die Studie wurde von der unabhängigen Organisation „die ergonomie.experten“ aus Friedrichshafen durchgeführt. Als Messverfahren wurden SonoSens und RULA (Rapid Upper Limb Assessment) angewendet.



Studienergebnisse – die Evidenz

1

Belastung der Finger

MoliCare® Premium Elastic im Vergleich zu traditionellen Slips



-34%

Belastung der Finger beim **Pinzettengriff**

-22%

Belastung der Finger beim **Fünf-Finger-Griff**

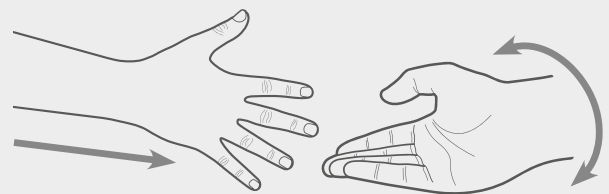
-19%

Belastung der Finger in **halboffener Handhaltung**

2

Belastung der Hand

MoliCare® Premium Elastic im Vergleich zu traditionellen Slips



-24%

Belastung bei **ausgestreckter Hand**

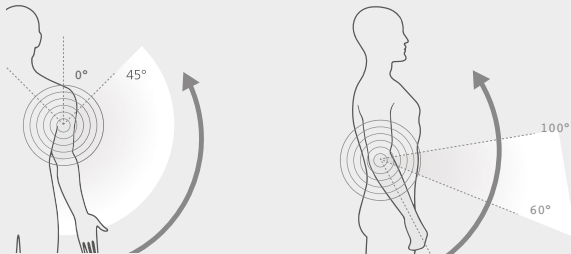
-24%

Belastung der Hand aufgrund von **Rotation**

3

Belastung des Arms

MoliCare® Premium Elastic im Vergleich zu traditionellen Slips



-25%

Belastung des **Oberarms**

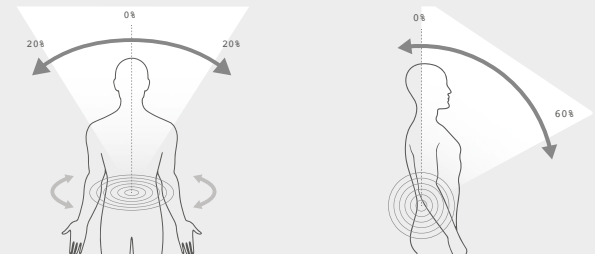
-31%

Belastung des **Unterarms**

4

Haltung des Rückens

MoliCare® Premium Elastic im Vergleich zu traditionellen Slips



-18%

Verdrehen des **Rückens**

-21%

Beugen des **Rückens**



Bis zu **24%****

schnelleres Anlegen mit MoliCare® Premium Elastic

Anlegen in **4 statt 8 Schritten** sowie Muskel und gelenkschonende Arbeitshaltung

* <https://www.nhs.uk/conditions/repetitive-strain-injury-rsi/>

** Bericht über die Studie zur ergonomischen Bewertung von Inkontinenzprodukten, MoliCare®-Varianten A und B. Haupttst 5. bis 8. Oktober 2015 in Dijon, Frankreich (W. Schneider, H. Mutschler, R. Haller, C. le Mathe). Vergleich mit einem traditionellen Slip mit 4 wiederverschließbaren Klebestreifen.