

Lektion 2	Tägliche Aufgaben	1. Ein Bad nehmen	A2
		2. Einen Termin beim Friseur ausmachen	B1
		3. Gespräch mit dem Patienten über die Schlafgewohnheiten	B1
		4. Dienstübergabe	B2
		5. Teambesprechung	B2



### Dialog 3: Gespräch mit dem Patienten über die Schlafgewohnheiten (B1)

#### Gespräch zwischen einer Pflegebedürftigen und einer Pflegekraft

Situation: Frau Hessen kann nicht schlafen. Es ist die dritte Nacht in Folge, in der sie eine Pflegekraft ruft. Julia versucht, Frau Hessen zu beruhigen.

Personen: Julia (Pflegerin), Frau Hessen (Pflegebedürftige)

Ort: Pflegeheim



Frau Hessen: Julia, ich habe gestern in der Nacht kein Auge zugetan! Ich hoffe, diese Nacht wird ruhiger.

Julia: Waren die Nachbarn wieder zu laut?

Frau Hessen: Gestern war der Fernseher von Herrn Becker in der Tat viel zu laut. Ich war sehr wütend und habe mich bei ihm beschwert. Danach wurde es ruhiger.

Julia: Und wie geht es Ihnen jetzt, Frau Hessen?

Frau Hessen: Ich bin müde und habe Kopfschmerzen.

Julia: Haben Sie bereits ein Schmerzmittel bekommen?

Frau Hessen: Ja ... aber diese Pillen helfen nicht. Gestern habe ich eine genommen, aber danach konnte ich nicht einschlafen.



- Julia: Ich denke, Sie hatten schon ein paar Stunden Tiefschlaf, wenn Sie mich erst um drei gerufen haben. Vielleicht hat das Schmerzmittel doch ein bisschen geholfen.
- Frau Hessen: Gibst du mir heute noch so eine Tablette?
- Julia: Ja, aber erst später.  
Ich werde ein Fenster öffnen, so dass Sie mehr Sauerstoff bekommen.
- Frau Hessen: Aber dann wird es mir ja zu kalt!
- Julia: Keine Angst, ich öffne das Fenster ja nicht ganz, ich kippe es nur. In Ordnung, Frau Hessen?
- Frau Hessen: Na gut, aber ich werde dich rufen, wenn es zu kalt ist.
- Julia: Ich ziehe auch die Vorhänge zu, dann wird es Ihnen sicher nicht kalt. Versuchen Sie, etwas Schlaf zu bekommen. Soll ich das Radio einschalten?
- Frau Hessen: Ja, aber nicht zu laut, ich möchte meine Nachbarn nicht stören.
- Julia: Haben Sie einen Lieblingsradiosender?
- Frau Hessen: Eigentlich nicht ...
- Julia: Möchten Sie etwas Wasser?
- Frau Hessen: Nein, danke, ich habe ja noch ein volles Glas auf dem Nachttisch.
- Julia: Schlafen Sie gut, Frau Hessen. Gute Nacht.
- Frau Hessen: Gute Nacht. Bis morgen.

### *Am nächsten Morgen ...*

- Julia: Guten Morgen, Frau Hessen! Konnten Sie heute besser schlafen?
- Frau Hessen: Ja, ein wenig. Aber ich hatte Krämpfe in den Beinen.
- Julia: Vielleicht könnten wir gemeinsam einen Spaziergang im Garten machen, das würde Ihren Beinen guttun.
- Frau Hessen: Dann muss ich mich aber ganz warm anziehen!
- Julia: Es ist ein schöner Tag heute. Die Sonne scheint und es ist überhaupt nicht kalt.
- Frau Hessen: Ich möchte heute drinnen bleiben. Ich würde lieber fernsehen.





### 3.1 Übungen zum Dialog

#### ÜBUNG 1 – Hörverstehen



Sehen Sie sich das Video an und beantworten Sie die Fragen.

1. Warum hat Frau Hessen gestern nicht gut geschlafen?

- a) Sie war erkältet und konnte schlecht atmen.
- b) Der Fernseher von einem Nachbarn hat sie gestört.
- c) Im Zimmer nebenan wurde laut gefeiert.

2. Was ist passiert, nachdem sich Frau Hessen beschwert hat?

- a) Gar nichts.
- b) Der Nachbar war einsichtig und hat den Apparat leiser gestellt.
- c) Es gab einen Streit.

3. Wie fühlt sich Frau Hessen momentan?

- a) Sie hat Kopfschmerzen.
- b) Ihr Kreuz tut ihr weh.
- c) Sie klagt über Magenschmerzen.

4. Wie heißt der Lieblingsradiosender von Frau Hessen?

- a) Bayern 3.
- b) Antenne Bayern.
- c) Sie hat keinen Lieblingsradiosender.

5. Wie fühlt sich Frau Hessen am nächsten Tag?

- a) Sie hat immer noch Kopfschmerzen.
- b) Ihre Beine tun ihr weh.
- c) Sie hat Rückenschmerzen.



## ÜBUNG 2 – Leseverstehen



Lesen Sie den Text und entscheiden Sie, welche Aussagen richtig und welche falsch sind.

### Tipps für einen erholsamen Schlaf

- Schlafen Sie nur in der Nacht. Machen Sie, wenn möglich, keine Nickerchen oder Siesta am Tag. Wenn Sie es nicht schaffen, schlafen Sie immer nur zur gleichen Zeit, z. B. nach dem Mittagessen. Versuchen Sie, nicht länger als 30 – 40 Minuten zu schlafen.
- Gehen Sie nicht ins Bett, bevor Sie richtig müde und schläfrig sind. Sie verkürzen damit das lästige “Herumliegen” vor dem Einschlafen.
- Trinken Sie am Nachmittag und am Abend keine koffeinhaltigen Getränke.
- Achten Sie auf eine optimale Schlafzimmertemperatur; ideal sind 18 Grad.
- Ziehen Sie die Vorhänge oder Rollos zu; im Dunkeln schläft es sich besser.
- Machen Sie Ihren Körper “müde”; wenn Ihr Gesundheitszustand es Ihnen erlaubt, gehen Sie öfters spazieren.

	richtig	falsch
1. Man sollte nicht tagsüber schlafen.		
2. Die Dauer des Schlafs am Tag spielt keine Rolle.		
3. Ältere Menschen sollen immer vor 22 Uhr ins Bett gehen.		
4. Man sollte auf Tee und Kaffee vor allem am Abend verzichten.		
5. Je höher die Temperatur im Schlafzimmer ist, umso besser schläft man.		
6. Sie sollten das Zimmer vorm Schlafengehen verdunkeln.		
7. Verzichten Sie auf Spaziergänge vor dem Zubettgehen.		



### ÜBUNG 3 – Wortschatz

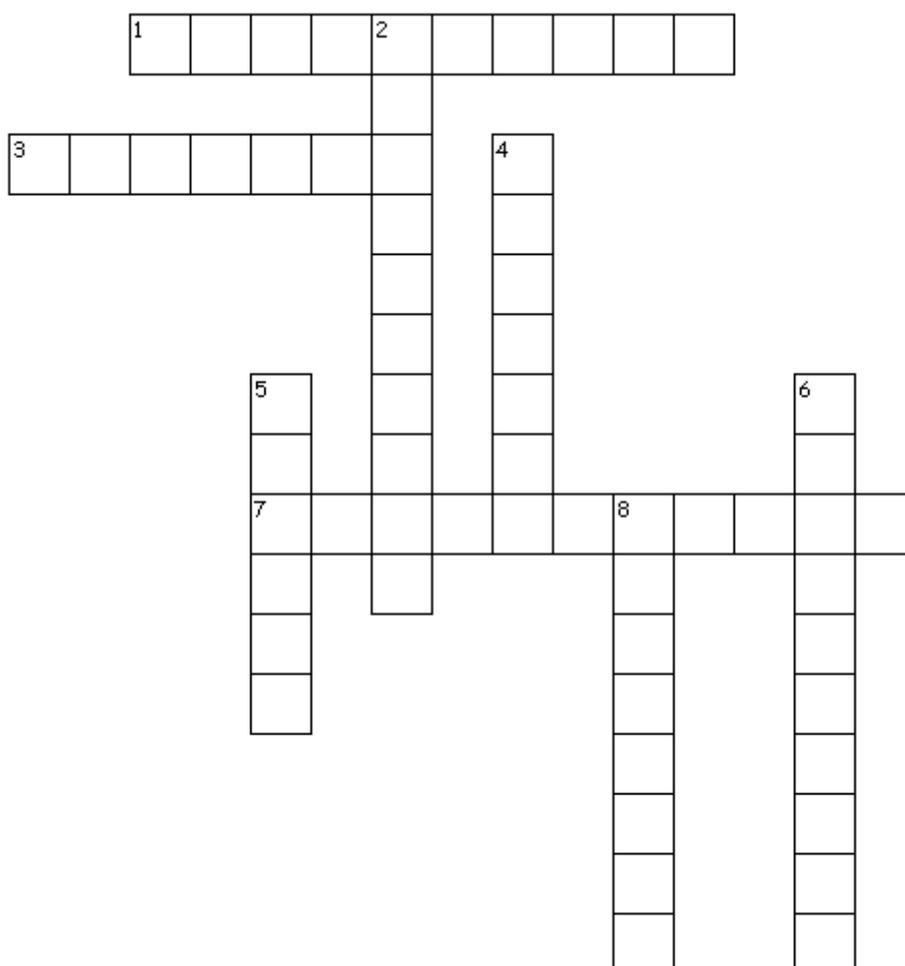
Lösen Sie das Kreuzworträtsel.

#### Waagrecht:

1. kleiner Schrank neben dem Bett
3. starke Kopfschmerzen
7. Schmerzmittel (Fachsprache)

#### Senkrecht:

2. Phase des Schlafes
4. (meist dichte) Gardine
5. schmerzhafte Zusammenziehung der Muskeln
6. chemisches Element in der Luft
8. Medikament in Form einer kleinen Scheibe





## ÜBUNG 4 – Grammatik

Verbinden Sie die Sätze. Verwenden Sie die Konnektoren „trotzdem“ oder „obwohl“. Achten Sie auf die richtige Satzgliederfolge.

1. Frau Hessen hat immer noch Kopfschmerzen. Sie hat ein Schmerzmittel bekommen.

---

2. Frau Hessen hat ein Schmerzmittel bekommen. Sie hat immer noch Kopfschmerzen.

---

3. Draußen ist schönes Wetter. Frau Hessen möchte nicht spazieren gehen.

---

4. Frau Hessen möchte nicht spazieren gehen. Draußen ist schönes Wetter.

---

5. In der Nacht ist Frau Hessen kalt. Die Fenster sind nur gekippt.

---

6. Die Fenster sind nur gekippt. Frau Hessen ist in der Nacht kalt.

---

7. Julia bietet Frau Hessen etwas zum Trinken an. Ein Glas Wasser steht auf dem Nachttisch.

---

8. Auf dem Nachttisch steht ein Glas Wasser. Julia bietet Frau Hessen etwas zum Trinken an.

---



## ÜBUNG 5 – Schreiben

Lesen Sie zunächst den Eintrag im Schlafprotokoll von Frau Neumann. Schreiben Sie dann einen kurzen Bericht an Ihre Kollegin.

*Die Stimmung von Frau Neumann war am Montag nicht sehr gut. Es ist ihr ziemlich schwer gefallen, ...*

<b>Schlafprotokoll von Frau / Herrn: Anna Neumann</b>		<b>Woche vom <u>19.6.</u> bis <u>25.6.</u></b>					
<b>ABENDPROTOKOLL</b> (vor dem Lichtlöschen)	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
1. Wie ist Ihre Stimmung jetzt? (1: sehr gut .... 6: sehr schlecht)	3						
2. Wie leicht/schwer fiel es Ihnen heute, Leistungen (Freizeit, Haushalt) zu erbringen? (1: sehr leicht .... 6: sehr schwer)	3						
3. Haben Sie heute tagsüber geschlafen? Falls ja, geben Sie an, wann und wie lange insgesamt:	14:00 30 min						
4. Haben Sie in den letzten 4 Stunden Alkohol zu sich genommen? Falls ja, was und wieviel?	2 Gläser Wein						
5. Wie frisch/müde fühlen Sie sich jetzt? (1: sehr frisch ..... 6: sehr müde)	3						
6. Wann sind Sie zu Bett gegangen?	22:30						
<b>MORGENPROTOKOLL</b> (nach dem Aufstehen)	DI	MI	DO	FR	SA	SO	MO
7. Wie frisch/müde fühlen Sie sich jetzt? (1: sehr frisch ..... 6: sehr müde)	3						
8. Wie ist Ihre Stimmung jetzt? (1: sehr gut .... 6: sehr schlecht)	3						
9. Wann haben Sie gestern das Licht ausgemacht?	23:00						
10. Wie lange hat es nach dem Lichtlöschen gedauert, bis Sie einschliefen? (in Minuten)	40						
11. Waren Sie nachts wach? Wie oft?	2 x						
Wie lange insgesamt? (in Minuten)	30						
12. Wann sind Sie endgültig aufgewacht?	6:30						
13. Wie lange haben Sie insgesamt geschlafen? (Angabe in Stunden: Minuten)	6:40						
14. Wann sind Sie endgültig aufgestanden?	7:00						
15. Haben Sie seit gestern Abend Medikamente zum Schlafen genommen? (Präparat, Dosis, Uhrzeit)	keine						



## ÜBUNG 6 – Sprechen

Arbeiten Sie in Paaren. Sie arbeiten als Pflegekräfte in einem Seniorenheim. Eine Bewohnerin klagt seit ein paar Tagen über Schlafstörungen. Besprechen Sie gemeinsam mit Ihrem Kollegen / Ihrer Kollegin, welche Maßnahmen Sie ergreifen können.



### 3.2 Grammatik

#### Konzessive Konnektoren „obwohl“ und „trotzdem“

Der Konzessive Satz beschreibt eine Tatsache. Der Satz, der danach kommt, benennt eine Folge, die unüblich oder unerwartet ist.

Das Wetter ist sehr kalt.

→ *Man erwartet, dass man sich warm anzieht.*

→ normale Reaktion:

→ Ich ziehe eine warme Jacke an.

→ *Man erwartet nicht, dass man sich nur leicht anzieht.*

→ unerwartete Reaktion:

→ Ich ziehe keine warme Jacke an.

Verbindet man diese zwei Sätze mit den Konnektoren, sieht es so aus:

Obwohl es draußen sehr kalt ist, ziehe ich keine warme Jacke an.

Ich ziehe keine warme Jacke an, obwohl es draußen sehr kalt ist.

Draußen ist es sehr kalt, trotzdem ziehe ich keine warme Jacke an.

Draußen ist es sehr kalt, ich ziehe trotzdem keine warme Jacke an.



### 3.3 Wortschatz

Wort	Artikel	Pluralform	Vergangenheitsform	Wort im Kontext	Wortart	Definition / Synonym
sich beschweren			beschwerte sich, hat sich beschwert	Frau Mayer hat sich bei der Heimleitung über das Essen beschwert.	Verb	sich beklagen
einschalten			schaltete ein, hat eingeschaltet	Der Fernseher war die ganze Nacht lang eingeschaltet.	Substantiv	anmachen, aufdrehen
guttun			tat gut, hat gutgetan	Ein Spaziergang an der frischen Luft tut dem Patienten immer gut.	Verb	auf jmdn., etwas eine gute Wirkung haben
kippen			kippte, hat gekippt	Soll ich das Fenster ganz öffnen oder nur kippen?	Verb	in eine schräge Stellung bringen
Kopfschmerz	der	die Kopfschmerzen		Kopfschmerzen gehören zu den häufigsten Beschwerden und haben verschiedene Ursachen.	Substantiv	Schmerzen im Kopf
Krampf	der	die Krämpfe		Krämpfen kann man durch körperliches Training, Gymnastik oder Hochlagern vorbeugen.	Substantiv	unwillkürliche, schmerzhafte, anhaltende oder zuckende Zusammenziehung der Muskeln
Nachttisch	der	die Nachttische		Die Dosette mit allen Tabletten liegt auf dem Nachttisch.	Substantiv	kleiner Schrank oder Tisch, der neben dem Bett steht und auf dem der Wecker und eine Lampe stehen können
Nickerchen	das	die Nickerchen		Manche Senioren sind es gewohnt, nach dem Mittagessen ein kurzes Nickerchen im Sessel zu machen.	Substantiv	leichter, kurzer Schlaf
Pille	die	die Pillen		Diese Pillen muss man vor den Mahlzeiten einnehmen.	Substantiv	Tablette, Pastille
Sauerstoff (nur Singular)	der			Der Patient wird mit reinem Sauerstoff beatmet.	Substantiv	chemisches Element, das besonders in der Luft vorkommt
Schlafstörung	die	die Schlafstörungen		Senioren leiden oft unter Schlafstörungen.	Substantiv	Schwierigkeiten beim Einschlafen oder Durchschlafen
Schmerzmittel	das	die Schmerzmittel		Viele Patienten greifen schnell zu Schmerzmitteln.	Substantiv	Medikament gegen Schmerzen; Analgetikum
stören			störte, hat gestört	Das Radio hat die Bewohnerin in der Nacht gestört.	Verb	jmdn. aus seiner Ruhe, seiner Tätigkeit herausreißen
Tablette	die	die Tabletten		Diese Tabletten lassen sich problemlos halbieren.	Substantiv	Medikament in Form einer kleinen gepressten Scheibe
Tiefschlaf (nur Singular)	der			Im Alter nehmen die Phasen des Tiefschlafs ab.	Substantiv	Stadium des tiefsten Schlafes
Vorhang	der	die Vorhänge		Für einen erholsamen Schlaf sollte man die Vorhänge zuziehen.	Substantiv	an einer Schiene oder Stange befestigte Stoffbahn, die man vor ein Fenster ziehen kann



## Lösungen:



### ÜBUNG 1 – Hörverstehen

1. Warum hat Frau Hessen gestern nicht gut geschlafen?

- a) Sie war erkältet und konnte schlecht atmen.
- b) Der Fernseher von einem Nachbarn hat sie gestört.
- c) Im Zimmer nebenan wurde laut gefeiert.

2. Was ist passiert, nachdem sich Frau Hessen beschwert hat?

- a) Gar nichts.
- b) Der Nachbar war einsichtig und hat den Apparat leiser gestellt.
- c) Es gab einen Streit.

3. Wie fühlt sich Frau Hessen momentan?

- a) Sie hat Kopfschmerzen.
- b) Ihr Kreuz tut ihr weh.
- c) Sie klagt über Magenschmerzen.

4. Wie heißt der Lieblingsradiosender von Frau Hessen?

- a) Bayern 3.
- b) Antenne Bayern.
- c) Sie hat keinen Lieblingsradiosender.

5. Wie fühlt sich Frau Hessen am nächsten Tag?

- a) Sie hat immer noch Kopfschmerzen.
- b) Ihre Beine tun ihr weh.
- c) Sie hat Rückenschmerzen.



### ÜBUNG 2 – Leseverstehen

	richtig	falsch
1. Man sollte nicht tagsüber schlafen.	X	
2. Die Dauer des Schlafs am Tag spielt keine Rolle.		X
3. Ältere Menschen sollen immer vor 22 Uhr ins Bett gehen.		X
4. Man sollte auf Tee und Kaffee vor allem am Abend verzichten.	X	
5. Je höher die Temperatur im Schlafzimmer ist, umso besser schläft man.		X
6. Sie sollten das Zimmer vorm Schlafengehen verdunkeln.	X	
7. Verzichten Sie auf Spaziergänge vor dem Zubettgehen.		X



### ÜBUNG 3 – Wortschatz



#### Waagrecht:

1. Nachttisch
3. Migräne
7. Analgetikum

#### Senkrecht:

2. Tiefschlaf
4. Vorhang
5. Krampf
6. Sauerstoff
8. Tablette

### ÜBUNG 4 – Grammatik



1. Frau Hessen hat immer noch Kopfschmerzen, obwohl sie ein Schmerzmittel bekommen hat.
2. Frau Hessen hat ein Schmerzmittel bekommen, trotzdem hat sie immer noch Kopfschmerzen.
3. Draußen ist schönes Wetter, trotzdem möchte Frau Hessen nicht spazieren gehen.
4. Frau Hessen möchte nicht spazieren gehen, obwohl draußen schönes Wetter ist.
5. In der Nacht ist Frau Hessen kalt, obwohl die Fenster nur gekippt sind.
6. Die Fenster sind nur gekippt, trotzdem ist Frau Hessen in der Nacht kalt.
7. Julia bietet Frau Hessen etwas zum Trinken an, obwohl ein Glas Wasser auf dem Nachttisch steht.
8. Auf dem Nachttisch steht ein Glas Wasser, trotzdem bietet Julia Frau Hessen etwas zum Trinken an.



## ÜBUNG 5 – Schreiben

Lösungsbeispiel:

*Es ist ihr ziemlich schwer gefallen, alltägliche Leistungen, wie Spazierengehen oder Tätigkeiten im Haushalt, zu erbringen. Am Nachmittag um 14.00 Uhr hat Frau Neumann eine halbe Stunde geschlafen, später, am frühen Abend, hat sie zwei Gläser Wein getrunken. Als ich kurz nach halb elf mit ihr gesprochen habe, war sie schon wieder ziemlich müde. Sie ist um 22.30 Uhr ins Bett gegangen und hat um 23.00 Uhr das Licht ausgemacht. Es hat 40 Minuten gedauert, bis sie eingeschlafen ist, in der Nacht war sie zweimal wach, insgesamt 30 Minuten. Am Dienstagmorgen ist sie um halb sieben aufgewacht. Obwohl sie sechs Stunden und 40 Minuten geschlafen hat, fühlte sie sich am Dienstagmorgen nicht sehr frisch. Aufgestanden ist sie um sieben Uhr. Medikamente hatte Frau Neumann seit Montagabend nicht mehr genommen. Ihre Stimmung war wie am Tag zuvor nicht besonders gut.*