



# Basisbildung Altenpflegehilfe – neue Wege in die Pflege

## Arbeitsblätter

## Modul 10 Grundbildung: Ausscheiden

Diese Arbeitsblätter sind lizenziert unter Creative Commons Lizenzen.  
Alle Textelemente sind lizenziert unter der CC-BY-SA-Lizenz  
(Namensnennung, Weitergabe unter gleichen Bedingungen).



Alle verwendeten Abbildungen tragen die CC-BY-ND-Lizenz  
(Namensnennung, keine Bearbeitung).



Titel des Arbeitsblattes	Urheber Textelemente	Lizenz
Urin beobachten	Susa Karnick	CC-BY-SA 4.0
Schreibtraining Blasenentzündung	Mariann Ege	CC-BY-SA 4.0
Obstipationsprophylaxe	Susa Karnick	CC-BY-SA 4.0
Toilettenstuhl benutzen	Susa Karnick	CC-BY-SA 4.0
Allgemeine Regeln zum Ausscheiden	Susa Karnick	CC-BY-SA 4.0
Fachbegriffe zum Thema Ausscheiden	Susa Karnick	CC-BY-SA 4.0
<b>Eierkarton:</b> Pfllegetipps bei Durchfall	Susa Karnick	CC-BY-SA 4.0
<b>Wörterbingo</b>	Susa Karnick	CC-BY-SA 4.0

Titel	Bildelemente	Lizenz
alle Abbildungen	wbv Media	CC-BY-ND



## Leitfaden

Ausscheiden  
ABEDL® 6 – Modul 10

Modulumfang  
5 UE

Maßnahme  
4 M

### Bausteine:

- Urin- und Stuhlbeobachtung
- Zystitis und Zystitisprophylaxe
- Obstipationsprophylaxe

### Lernziele:

Die Teilnehmenden können Veränderungen bei der Ausscheidung erkennen. Sie kennen mögliche Ursachen, Bedeutung und Maßnahmen zur Verhinderung einer Zystitis sowie zur Verhinderung einer Obstipation.

### Unterrichtsmaterial:

*Kursbuch:* als Druckwerk S. 137–140 (und im digitalen Foliensatz)  
1 Arbeitsblatt Pflege

*Handbuch:* Methodisch-didaktische Hinweise zum Pflegeunterricht  
Lösungsblatt zum Arbeitsblatt Pflege aus dem Kursbuch

*Weitere Arbeitsblätter mit Lösungen online:*

1 Arbeitsblatt Grundbildung 4/8 M

1 Arbeitsblatt Pflege 4/8 M



## Leitfaden

Ausscheiden  
ABEDL® 6 – Modul 10

Modulumfang  
13 UE

Maßnahme  
8 M

### Bausteine:

- Urin- und Stuhlbeobachtung
- Zystitis, Zystitisprophylaxe, Obstipationsprophylaxe
- Hilfsmittel und Unterstützung beim Ausscheiden
- Stuhl- und Harninkontinenz, Inkontinenzmaterialien
- Hilfestellung beim Erbrechen
- Flüssigkeitsbilanzierung

### Lernziele:

Die Teilnehmenden können den Pflegeempfänger fachgerecht bei der Ausscheidung unterstützen, Veränderungen bei der Ausscheidung erkennen und die Beobachtungen an das Pflegefachpersonal weiterleiten. Sie kennen Bedeutung und Maßnahmen zur Verhinderung von Obstipation und Zystitis und können sicher und fachgerecht mit Hilfsmitteln umgehen. Sie kennen die Bedeutung und Wichtigkeit von Flüssigkeitsbilanzen.

### Unterrichtsmaterial:

*Kursbuch:* als Druckwerk S. 137–147 (und im digitalen Foliensatz)  
Wiederholungsfragen  
2 Arbeitsblätter Pflege  
1 Arbeitsblatt Grundbildung

*Handbuch:* Methodisch-didaktische Hinweise zum Pflegeunterricht  
Wiederholungsfragen mit Antworten  
Lösungsblätter zu Arbeitsblättern Grundbildung und Pflege aus dem Kursbuch

*Weitere Arbeitsblätter mit Lösungen online:*

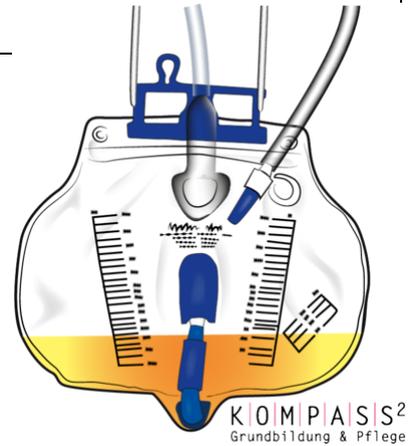
- 1 Arbeitsblatt Grundbildung 4/8 M
- 4 Arbeitsblätter Grundbildung 8 M
- 1 Arbeitsblatt Pflege 4/8 M
- 2 Arbeitsblätter Pflege 8 M
- 1 Lernspiel Eierkarton 8 M



**Urin beobachten**

Urin ist nicht immer gleich. PP Anna beobachtet deswegen den ausgeschiedenen Urin. Ordnen Sie die Beschreibungen in die Tabelle ein.

- klar
- 100 ml
- geruchlos
- gelb/gelblich
- stechend
- faulig
- braun/bräunlich
- viel
- rot/rötlich
- wenig
- grün/grünlich



Menge	Farbe/Aussehen	Geruch



### Urin beobachten (Lösung)

Urin ist nicht immer gleich. PP Anna beobachtet deswegen den ausgeschiedenen Urin. Ordnen Sie die Beschreibungen in die Tabelle ein.

Menge	Farbe/Aussehen	Geruch
100 ml	klar	geruchslos
viel	gelb/gelblich	stechend
wenig	braun/bräunlich	faulig
	rot/rötlich	
	grün/grünlich	



### Schreibtraining zum Thema Ausscheiden > Blasenentzündung

Füllen Sie die Textlücken mit den fehlenden, fachlich korrekten Begriffen. Versuchen Sie zuerst die Wörter ohne Hilfe zu erkennen.

Als Hilfestellung können Sie aus den unten angeführten Wörtern die passenden auswählen oder Ihre Lösungen ergänzen. Achten Sie dabei auf die Rechtschreibung!

#### Blasenentzündung

Frau T. hat wahrscheinlich eine Blasenentzündung. Schon am Morgen hatte sie Schmerzen beim Wa  | .

Sie muss dauernd auf die T  gehen. Dies muss natürlich einer Pflegefachkraft gemeldet und

d  m  werden.

Frau T. muss zum Arzt. Man kann einer

Blasenentzündung, der Fachbegriff heißt Z  t , vorbeugen, indem man dafür sorgt, dass die PE immer alle ausreichend trinken. Eine ausreichende

F  z  ist sehr wichtig und muss

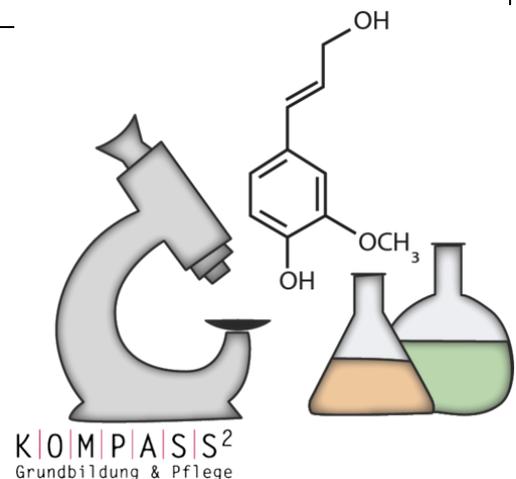
k  l  werden. Man muss auch auf eine gründliche

l  p  achten. Die PE sollen zudem zu regelmäßigen

T  g  angeregt werden. Auch V  l  müssen oft

genug gewechselt werden. Die PP soll auch den U  genau beobachten. Es

kommt hier auf die M , den G  und auf das A  s  an.



PE mit einem B [ ] k [ ] sind hier natürlich besonders gefährdet.  
Gerade da ist die Z [ ] p [ ] ganz entscheidend.



dokumentieren | Menge | Wasserlassen | Toilette | Zystitis | Intimpflege |  
Vorlagen | Urin | Geruch | Blasenkatheder | Aussehen | Zystitisprophylaxe  
| Flüssigkeitszufuhr | kontrollieren | Urinmenge | Toilettengang



### Schreibtraining zum Thema Ausscheiden > Blasenentzündung (Lösung)

Füllen Sie die Textlücken mit den fehlenden, fachlich korrekten Begriffen. Versuchen Sie zuerst die Wörter ohne Hilfe zu erkennen.

Als Hilfestellung können Sie aus den unten angeführten Wörtern die passenden auswählen oder Ihre Lösungen ergänzen. Achten Sie dabei auf die Rechtschreibung!

### Blasenentzündung

Frau T. hat wahrscheinlich eine Blasenentzündung. Schon am Morgen hatte sie Schmerzen beim Wasserlassen. Sie muss dauernd auf die Toilette gehen. Dies muss natürlich einer Pflegefachkraft gemeldet und dokumentiert werden. Frau T. muss zum Arzt. Man kann einer Blasenentzündung, der Fachbegriff heißt Zystitis, vorbeugen, indem man dafür sorgt, dass die PE immer alle ausreichend trinken. Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist sehr wichtig und muss kontrolliert werden. Man muss auch auf eine gründliche Intimpflege achten. Die PE sollen zudem zu regelmäßigen Toilettengängen angeregt werden. Auch Vorlagen müssen oft genug gewechselt werden. Die PP soll auch den Urin genau beobachten. Es kommt hier auf die Menge, den Geruch und auf das Aussehen an. PE mit einem Blasenkatheter sind hier natürlich besonders gefährdet. Gerade da ist die Zystitisprophylaxe ganz entscheidend.



### Obstipationsprophylaxe

1. Welche Hilfen bekommt Herr König? Schreiben Sie die Sätze in richtiger Groß- und Kleinschreibung auf.
2. Was ist noch wichtig für die Obstipationsprophylaxe?

1. h e r r k ö n i g l e i d e t u n t e r s t o p f u n g

-----

2. e r s o l i m ö g l i c h s t v i e l t r i n k e n

-----

3. z u m f r ü h s t ü c k b e k o m m t e r e i n m

-----

4. s o n j a g e h t m i t i h m d r a u s p a z i e r e n

-----

**Obstipationsprophylaxe (Lösung)**

1. Welche Hilfen bekommt Herr König? Schreiben Sie die Sätze in richtiger Groß- und Kleinschreibung auf.
2. Was ist noch wichtig für die Obstipationsprophylaxe?

**Die Sätze:**

1. Herr König leidet unter Verstopfung.
2. Er soll möglichst viel trinken.
3. Zum Frühstück bekommt er ein Müsli.
4. Anna geht mit ihm draußen spazieren.

**Was ist noch wichtig?**

- regelmäßige Darmentleerung
- Ruhe und Schutz der Intimsphäre beim Stuhlgang



### Einen Toilettenstuhl benutzen

PP Alex erklärt seiner Kollegin Anna, was sie beachten muss, wenn sie für Frau Heinrich einen Toilettenstuhl einsetzt.

1. Unterstreichen Sie alle **Verbformen** (Tuwörter) im Text.
2. Später fragt Alex seine Kollegin Anna, ob sie an alles gedacht hat. Notieren Sie diese Fragen (Achtung: Setzen Sie dafür das Verb ins **Perfekt!**).

**Alex erklärt:** „Zuerst stellst du die Bremsen fest. Anschließend füllst du etwas kaltes Wasser in den Toiletteneimer. Dann entfernst du die Sitzplatte und den Deckel des Toiletteneimers. Jetzt hilfst du Frau Heinrich vom Bett auf den Toilettenstuhl. Nun gibst du ihr die Klingel und verlässt das Zimmer.“



① **Hast** du die Bremsen **festgestellt**?

② **Hast** du \_\_\_\_\_

③ \_\_\_\_\_

④ \_\_\_\_\_

⑤ \_\_\_\_\_

⑥ \_\_\_\_\_

**Einen Toilettenstuhl benutzen (Lösung)**

PP Alex erklärt seiner Kollegin Anna, was sie beachten muss, wenn sie für Frau Heinrich einen Toilettenstuhl einsetzt.

1. Unterstreichen Sie alle **Verbformen (Tuwörter)** im Text.
2. Später fragt Alex seine Kollegin Anna, ob sie an alles gedacht hat. Notieren Sie diese Fragen (Achtung: Setzen Sie dafür das Verb ins **Perfekt!**).

**Alex erklärt:** „Zuerst stellst du die Bremsen fest. Anschließend füllst du etwas kaltes Wasser in den Toiletteneimer. Dann entfernst du die Sitzplatte und den Deckel des Toiletteneimers. Jetzt hilfst du Frau Heinrich vom Bett auf den Toilettenstuhl. Nun gibst du ihr die Klingel und verlässt das Zimmer.“

1. **Hast** du die Bremsen **festgestellt**?
2. **Hast** du kaltes Wasser in den Toiletteneimer **gefüllt**?
3. **Hast** du die Sitzplatte und den Deckel des Toiletteneimers **entfernt**?
4. **Hast** du Frau Heinrich vom Bett auf den Toilettenstuhl **geholfen**?
5. **Hast** du ihr die Klingel **gegeben**?
6. **Hast** du das Zimmer **verlassen**?



### Allgemeine Regeln zum Ausscheiden

Setzen Sie die passenden Begriffe in die Lücken.



1. Es ist sehr wichtig, die I  e des Pflegeempfängers zu wahren.
2. Der Pflegeempfänger muss genügend Zeit und Ruhe für den T  g haben.
3. Die Pflegeperson sollte darauf achten, dass der PE ausreichend F  t zu sich nimmt.
4. Die Pflegeperson hat die Aufgabe, die S  t des PE zu unterstützen.
5. Die A  n müssen von der Pflegeperson beobachtet werden. So kann die F  e und der G  h des Urins zum Beispiel Hinweise auf eine bestehende Harnwegs-Erkrankung geben.
6. Für die Flüssigkeits-Bilanzierung werden E  r und Ausfuhr dokumentiert.
7. Unter „Einfuhr“ wird die gesamte F  e (zum Beispiel alle Getränke oder Suppen) in ml protokolliert.
8. Als „A  r“ wird die Menge des ausgeschiedenen Urins dokumentiert.



der Geruch | die Farbe | die Einfuhr | die Ausfuhr | die Flüssigkeitsmenge | der Toilettengang | die Intimsphäre | die Flüssigkeit | die Selbstständigkeit | die Ausscheidungen

**Allgemeine Regeln zum Ausscheiden (Lösung)**

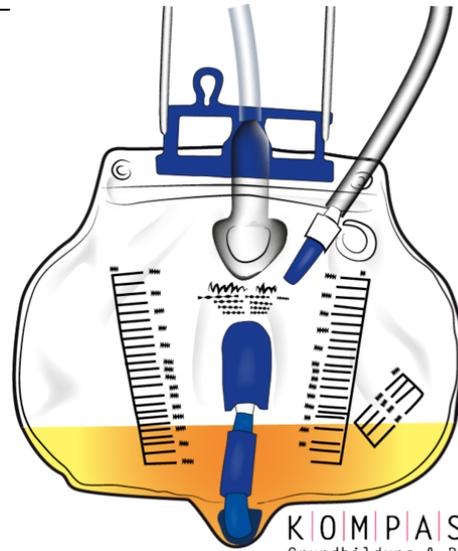
Setzen Sie die passenden Begriffe in die Lücken.

1. Es ist sehr wichtig, die **Intimsphäre** des Pflegeempfängers zu wahren.
2. Der Pflegeempfänger muss genügend Zeit und Ruhe für den **Toilettengang** haben.
3. Die Pflegeperson sollte darauf achten, dass der PE ausreichend **Flüssigkeit** zu sich nimmt.
4. Die Pflegeperson hat die Aufgabe, die **Selbstständigkeit** des PE zu unterstützen.
5. Die **Ausscheidungen** müssen von der Pflegeperson beobachtet werden. So kann die **Farbe** und der **Geruch** des Urins zum Beispiel Hinweise auf eine bestehende Harnwegs-Erkrankung geben.
6. Für die Flüssigkeits-Bilanzierung werden **Einfuhr** und Ausfuhr dokumentiert.
7. Unter „Einfuhr“ wird die gesamte **Flüssigkeitsmenge** (zum Beispiel alle Getränke oder Suppen) in ml protokolliert.
8. Als „**Ausfuhr**“ wird die Menge des ausgeschiedenen Urins dokumentiert.

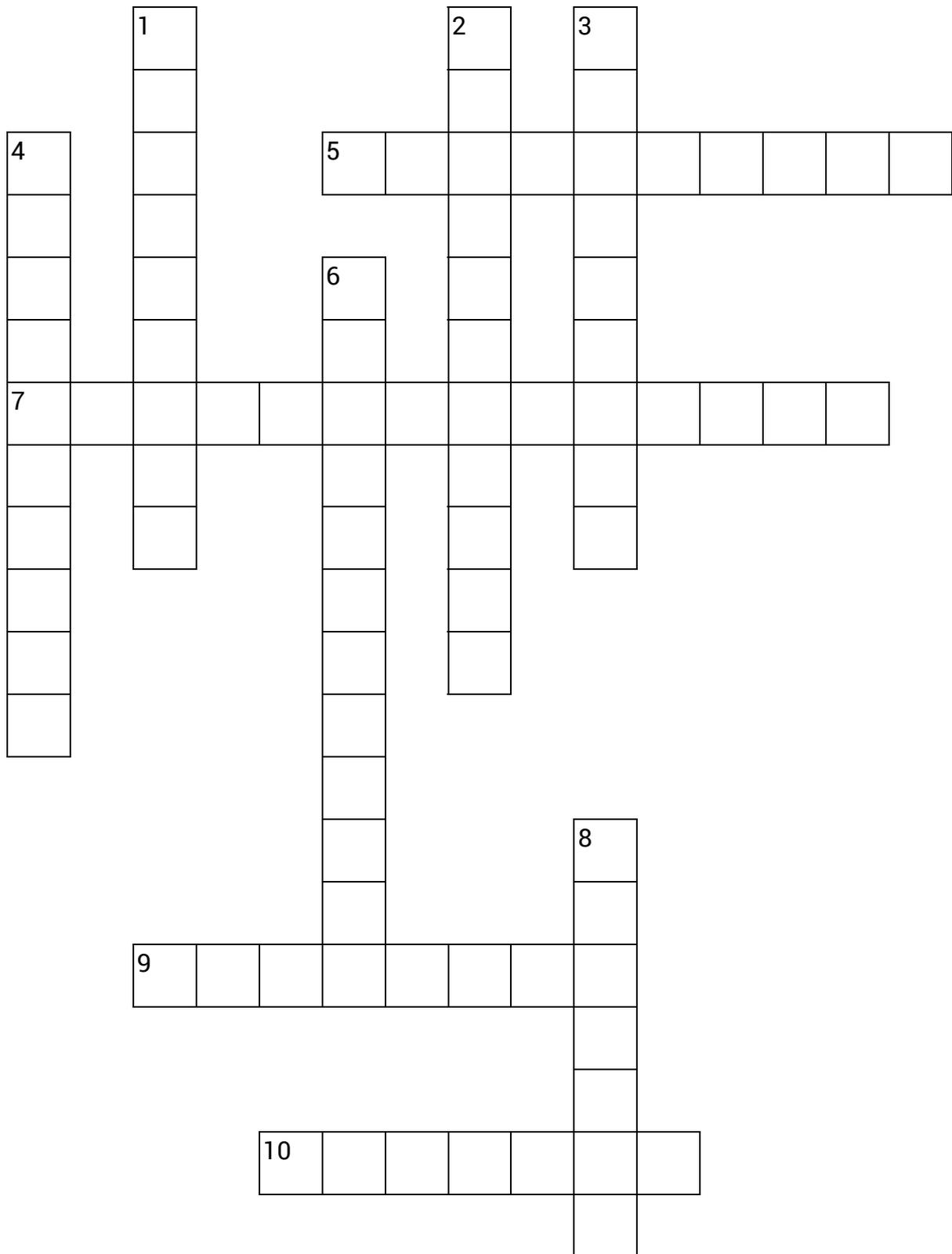


### Fachbegriffe zum Thema Ausscheidungen

Lösen Sie das Kreuzworträtsel: Welche 10 Fachbegriffe sind hier umschrieben?



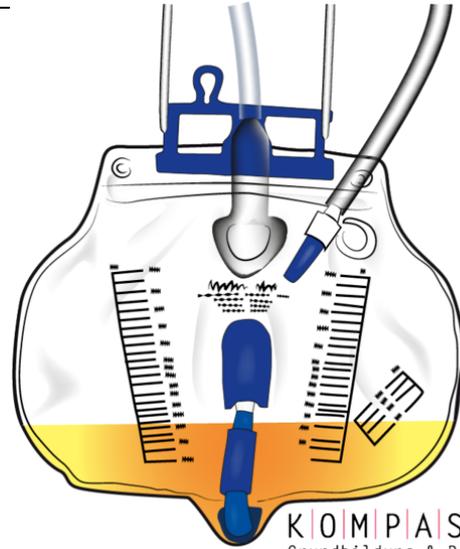
- 1 Sehr weicher flüssiger Stuhl.
- 2 Flasche aus Kunststoff, in der Urin aufgefangen wird.
- 3 Vorgang, wenn jemandem sehr übel ist und er die Nahrung nicht bei sich behalten kann.
- 4 Beutel, in dem nachts Urin aufgefangen wird.
- 5 Beutel zum Auffangen von Urin. Kann bei Inkontinenz unter der Hose getragen werden.
- 6 Kann bei Inkontinenz über den Penis gestreift werden. Fängt den Urin auf.
- 7 Kunststoffschlauch zur Harnableitung.
- 8 Alle Flüssigkeiten, die jemand zu sich genommen hat.
- 9 Saugstarke Einlagen aus Zellstoff, um bei Inkontinenz Urin aufzunehmen.
- 10 Der ausgeschiedene Urin, evtl. auch Erbrochenes und Durchfall.





### Fachbegriffe zum Thema Ausscheidungen (Lösung)

Lösen Sie das Kreuzworträtsel: Welche 10 Fachbegriffe sind hier umschrieben?



- 1 Sehr weicher flüssiger Stuhl.
- 2 Flasche aus Kunststoff, in der Urin aufgefangen wird.
- 3 Vorgang, wenn jemandem sehr übel ist und er die Nahrung nicht bei sich behalten kann.
- 4 Beutel, in dem nachts Urin aufgefangen wird.
- 5 Beutel zum Auffangen von Urin. Kann bei Inkontinenz unter der Hose getragen werden.
- 6 Kann bei Inkontinenz über den Penis gestreift werden. Fängt den Urin auf.
- 7 Kunststoffschlauch zur Harnableitung.
- 8 Alle Flüssigkeiten, die jemand zu sich genommen hat.
- 9 Saugstarke Einlagen aus Zellstoff, um bei Inkontinenz Urin aufzunehmen.
- 10 Der ausgeschiedene Urin, evtl. auch Erbrochenes und Durchfall.





**Eierkarton: Pflegetipps bei Durchfall**  
(dass-Sätze/Fragesätze im Perfekt)

- Was möchtest du wissen, Anna?

- Frau Jansen geht es richtig schlecht. Sie hat schon seit 2 Tagen starken Durchfall. Ich habe ihr gerade etwas zu trinken gebracht. Können wir bitte noch einmal besprechen, worauf ich jetzt bei der Pflege besonders achten muss?

- Ja, gern. Du musst unbedingt darauf achten, dass ...



**Beispiel**

**Du musst unbedingt darauf achten, dass du die Vorlagen häufig **wechselst**.**

**Hast** du die Vorlagen häufig **gewechselt**?

1. die Vorlagen häufig <b>wechseln</b>	2. den Intim- bereich gründlich <b>reinigen</b>	3. den Stuhlgang gut <b>beobachten</b> und <b>dokumen- tieren</b>
4. die Ursache für den Durchfall medizinisch <b>ab*klären</b>	5. auf genügend Flüssig- keitszufuhr <b>achten</b>	6. evtl. Schonkost <b>an*bieten</b>
7. den PE zur Toilette <b>begleiten</b>	8. bei Bedarf einen Toiletten- stuhl ans Bett <b>stellen</b>	9. auf eine hygienische Hände- desinfektion <b>achten</b>
10. Einmal- handschuhe <b>benutzen</b>		



**Lernspiel: Wörter-Bingo**  
**Druckvorlage mit Fachbegriffen (zum Ausscheiden)**

Flüssigkeitszufuhr

Toilettenstuhl

Steckbecken

Zystitis

Prophylaxe

Stuhlinkontinenz

Ablass-Schlauch

Toilettentraining

Intimhygiene

Darmentleerung



**Lernspiel: Wörter-Bingo  
Tabellen-Vorlage**

**Wörter-Bingo-Tabellen**


**Wörter-Bingo-Tabellen**


**Wörter-Bingo-Tabellen**
