

Befahrbare Duschen im Individualbereich

Die **Duschfläche** (Gefällsbereich) muss befahrbar sein und sollte keine Aufbordungen oder Absätze aufweisen. Da eine sitzende Person erheblich mehr Platz zum Duschen beansprucht als eine stehende, sollte die Nutzfläche innerhalb des Duschvorhangs mindestens 90 x 90 cm, besser 90 x 110 cm betragen. Bei einem empfohlenen Abstand von ca. 30 cm zwischen Duschvorhang und Gefällsbereich ergibt dies eine Duschfläche von min. 120 x 120 cm resp. 120 x 140 cm.

Das **Gefälle** der Duschfläche gegen den Ablauf sollte 3 cm oder mindestens 2 % betragen. Der Boden ausserhalb der Duschfläche wird vorteilhaft ebenfalls mit leichtem Gefälle gegen die Duschfläche erstellt. Bei kleinen Badezimmern kann auch der gesamte Boden im Gefälle gegen den Ablauf erstellt werden. Bei Ablaufrinnen ausserhalb des Duschvorhangs kann der Duschbereich auch horizontal ausgebildet werden.

Der im Bereich der Duschfläche eingebaute Unterlagsboden (ev. der gesamte Badezimmerboden) ist an den Wänden und über den Gefällsbruch hinaus wasserfest abzudichten. Die heute am häufigsten angewendete Methode ist die Abdichtung mittels Folie oder Dichtschlämme, wie z.B. PCI-Seccoral. Die früher verwendeten Bleiwannen sollten nicht mehr eingebaut werden. Die Duschfläche sollte mit rutschsicheren keramischen Bodenplatten belegt werden.

Der **Duschablauf** (z.B. Fabr. Dallmer oder Geberit) sollte ca. 45 x 45 cm ab Wand versetzt werden, damit im Bedarfsfall ein Duschstuhl oder Duschrollstuhl am richtigen Ort einen guten Stand hat. Der Ablauf sollte ein Schluckvolumen von min. 0.7 l/s aufweisen. Auch geeignet sind Ablaufrinnen an der Rückwand oder 30 cm ausserhalb des Duschvorhanges.

Als **Spritzschutz** wird ein Duschvorhang mit schwerem Bleisaum empfohlen. Er ist so zu montieren, dass die Distanz zwischen Saum und Duschfläche max. 15 mm beträgt. Sehr wichtig ist, dass der Duschvorhang ca. 30 cm innerhalb der Duschfläche (Gefällsbereich) montiert wird. Duschtrennwände sind in den meisten Fällen nicht geeignet, da die Manövriertfläche dadurch eingeschränkt wird und sie auch für Hilfspersonen hinderlich sein können.

Als **Duschmischer** wird ein Hebelmischer mit Temperaturbegrenzer und mittellangem Bedienhebel empfohlen. Der exakte Ort der Montage wird von der betroffenen Person, bzw. der Hilfsperson bestimmt und sollte bereits bei der Planung festgelegt werden.

Der **Duschsitz**, fest oder klappbar, vorteilhaft mit Rückenlehne, sollte in einer Grösse gewählt werden, die ein absolut sicheres Sitzen ermöglicht. Die Sitzhöhe beträgt in der Regel 46 bis 50 cm und wird individuell festgelegt. Ob der Duschsitz gepolstert sein muss und ob ein Ausschnitt für die Intimpflege wichtig ist hängt von den individuellen Bedürfnissen der betroffenen Person ab. Es stehen zahlreiche Produkte zur Auswahl.

Haltegriffe sollten in der Dusche zur persönlichen Sicherheit beim Duschen und für den Transfer montiert werden. Wandseitig werden zwei im 90° Winkel angeordnete Haltegriffe empfohlen (oder ein einteiliger L-Haltegriff). Der vertikale Griff dient gleichzeitig als Brausestange, es soll keine zusätzliche Duschgleitstange installiert werden, da sich der Benutzer in der Not daran festhalten würde, diese aber als Haltestange zu schwach wäre. Raumseitig wird neben dem Duschsitz ein Stützklappgriff empfohlen, welcher im Bedarfsfall für Transferzwecke hochklappbar ist. Sofern der Benutzer regelmässig auf eine Hilfsperson angewiesen ist, kann anstelle des Stützklappgriffes ein herunterklappbarer Duschspritzschutz montiert werden, welcher zugleich auch als Stützklappgriff

dient. Die Hilfsperson kann dann sehr nahe am Patienten stehend arbeiten, ohne dabei nass zu werden.

Ein **mobiler Duschrollstuhl** kann bei Bedarf anstelle eines Duschsitzes und entsprechenden Haltegriffen eingesetzt werden. Für Selbstfahrer sind diese mit zwei Lenkrollen und zwei grossen Antriebsrädern ausgerüstet. Für Betroffene, welche beim Duschen Hilfe benötigen, kann ein Duschrollstuhl mit vier Lenkrollen eingesetzt werden.