

Unser Magazin für Patienten, Angehörige und Interessierte

Ausgabe 02/08
Juni - August 2008

pflege plus® InForm



Schwerpunkt **Themen**

Medizin:
Mit Ginkgo gegen
Duchblutungsstörungen

Neue Medien:
Fußballstar
Schweinsteiger gibt Tipps
zum sicheren Chatten

Information:
InForm Ratgeber
Reisevorbereitung

Gesundheit:
Modernes Wundmanagement

*Gratisausgabe
für unsere Patienten*

Das passende Hilfsmittel...

... ist der wichtige Baustein für mehr Lebensqualität. Mit Beratung und Betreuung begleiten wir Sie durch die Vielfalt der Möglichkeiten. Ihre individuelle Versorgung ermitteln wir per vorhergehendem Besuch, entweder bei Ihnen zu Hause oder im Krankenhaus. Bei der Erledigung der Formalitäten sind wir Ihnen gerne behilflich.



**Pflegebetten,
Anti-Dekubitus-Matratzen,
Wundmanagement,
Enterale Ernährung**



**Kompressions-
strümpfe, Bandagen
und Orthopädie-
technik, Inkontinenz-
und Stomaversorgung,
Brustprothetik**



**Hilfen für
Bad und Toilette,
Kinder- und Schwerstbe-
hindertenversorgung**



**Rollstühle, Rollatoren,
Scooter und
Gehhilfen aller Art**



Rufen Sie uns an oder besuchen Sie uns (auch im Internet):



reha team West
Wir bringen Hilfen

Sandradstr. 16 · 41061 Mönchengladbach

Tel. (0 21 61) 58 93 0

www.reha-team-west.de



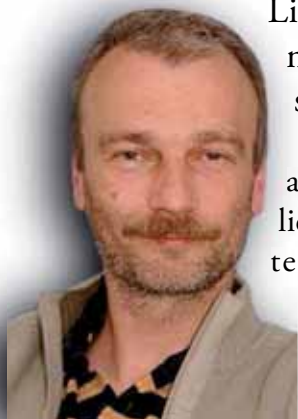
Brunnenstr. 101-103 · 41069 Mönchengladbach

Tel. (0 21 61) 14 36 0

Das starke Team der Spezialisten

Herausgeber: pflege plus Telefon: 02166 / 130980
Redaktion: pflege plus® GmbH Dahlener Str. 119 - 125 41239 Mönchengladbach & TEXTDOC Schulstr. 54 41372 Niederkrüchten Telefon: 02163 - 576733 Fax: 02163 - 579319 Mail: redaktion@text-doc.com
Verantwortlich für den Inhalt: Birgitt Stuckenberg
Layout, Grafik, Druck: pflege plus® Mönchengladbach Telefon: 0163 / 7353437
Erscheinungsweise: 4 x jährlich
Herstellung: Minolta CF 5001
Auflage: 4000
Erscheinungsgebiet: Mönchengladbach, Viersen, K`broich
Die Redaktion übernimmt für unverlangt eingesendete Bilder und Manuskripte keine Gewähr. Die Redaktion behält sich das Recht vor, die veröffentlichten Beiträge auch elektronisch zu verbreiten. Mit Namen gezeichnete Artikel geben die Meinung des Verfassers wieder, die nicht mit der Meinung der Redaktion identisch sein muss. Nachdruck, auch auszugsweise, sowie die Herstellung von fototechnischen Vervielfältigungen sind nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Herausgebers und unter genauer Quellenangabe gestattet. © 2008 pflege plus® GmbH. ™pflege plus® und das pflege plus® Logo sind eingetragene Markenzeichen von Achim R. Zweedijk, Mönchengladbach.
HINWEIS: Wir haben uns um korrekte Informationen bemüht. Diese ersetzen jedoch nicht den Rat oder die Behandlung eines Arztes, Therapeuten oder eines anderen Angehörigen der Heilberufe. pflege plus® lehnt jede Verantwortung für Schäden oder Verletzungen ab, die direkt oder indirekt durch die Anwendung von im InForm Magazin dargestellten Übungen, Therapien und / oder Behandlungsmethoden entstehen können. Es wird ausdrücklich bei Auftreten von Krankheitssymptomen und gesundheitlichen Beschwerden vor einer Selbstbehandlung auf der Grundlage der Inhalte des InForm Magazins ohne weitere ärztliche Konsultation gewarnt.

Inhalt & Impressum	3
Vorwort Achim R. Zweedijk pflege plus®	4
Kurz InFormiert u.a. * Höhere Belastung der Patienten ist unzumutbar * Warnung vor dubiosen Verkaufsveranstaltungen * Cholesterin, lebenswichtig und nicht zu unterschätzen * 2007: Mehr Geburten, aber dennoch geringere Bevölkerung * Festbeträge für Arzneimittel geändert * Ein Jahr Kommunalen Ordnungs- und Servicedienst der Stadt	5 6 7 8 9 9
Information * InForm – Ratgeber Reisevorbereitung * Pflegereform: Mehr Leistungen für Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz ab 01.07.2008	11 16
Gesundheit * Nichtraucher ist der wirksamste Schutz vor Herzinfarkt * Ab dem 1. Juli kostenlose Untersuchung für alle ab 35 Jahren * Modernes Wundmanagement – sinnvoll und notwendig * Zwei Jahre Seelsorge bei pflege plus®	17 18 19 20
Neue Medien * Fußballstar Schweinsteiger gibt Tipps zum sicheren Chatten	21
Medizin * Mit Ginkgo erfolgreich gegen Durchblutungsstörungen	22



Liebe Leserinnen und Leser,

als Pflegedienst liegt unser Interessenschwerpunkt natürlich auf Beiträgen, die Pflege betreffend.

An Neuerungen dazu herrschte in der letzten Zeit ja kein Mangel. Nach der letzten Gesundheitsreform, die detailliert als Serie in den letzten Ausgaben der „InForm“ erläutert wurde, kam das Pflegeweiterentwicklungsgesetz oder kurz: die Pflegereform. Auch über deren Inhalte inklusive aller Änderungen und Neuerungen konnten Sie sich in der Winterausgabe der „InForm“ informieren.

Nun geht es an die Umsetzung – darum geht es in dieser Ausgabe u.a. um die neuen Regelungen zum Thema Betreuung. Anspruch, Leistungen, Beantragung, eben alles was in der Praxis dazu gehört.

Und auch ansonsten berichten wir aus der Praxis und zwar zum einen über unser Wundmanagement und zum anderen unsere Seelsorge. Denn wie man es auch nennen möchte – Körper und Geist oder Leib und Seele. Beides untrennbar miteinander verbunden, kommt das seelische Wohl doch nahezu immer zu kurz.

In dieser Ausgabe lesen Sie, was wir tun, um unsere Patienten und ihre Angehörigen in dieser Hinsicht zu unterstützen. Di-

akon André Kleinen leistet für unseren Pflegedienst seit mittlerweile zwei Jahren seelsorgereichen Beistand und ist für die Menschen, unabhängig von ihrer Religionszugehörigkeit oder Weltanschauung, da.

Sommerzeit, Reisezeit und – Urlaubsvorbereitung mal anders. Wir haben kein Sonnenöl getestet, empfehlen auch keine Reiseziele, im Vordergrund steht bei unserem „Ratgeber Reisevorbereitung“ die Gesundheit: von der „klassischen“ Reiseapotheke bis hin zu Empfehlungen für die Reise auf der Basis ayurvedischer Lehren. Außerdem erfahren Sie alles Wissenswerte zum Thema Verhinderungspflege, denn besonders pflegende Angehörige benötigen Urlaub und Erholung.

Dass wir unsere Kinder am Computer bzw. im Internet schützen müssen – darüber konnten Sie in den vergangenen Ausgaben der „InForm“ bereits häufiger lesen. Mit der Veröffentlichung des Beitrags „Tipps zum sicheren Chatten“ möchten wir die Initiative „Kinder sicher im Netz“ unterstützen. Und wir werden auch weiterhin unser Augenmerk auf diese nicht mehr zu unterschätzende Gefahr für unsere Kinder legen.

Allen Leserinnen und Lesern wünsche ich einen schönen, möglichst gesunden Sommer mit gut vorbereitetem Urlaub.

In diesem Sinne
grüßt Sie herzlich Ihr

Achim R. Zweedijk



- ◇ Krankenpflege
- ◇ Altenpflege
- ◇ Kinderkrankenpflege
- ◇ Betreuung
- ◇ Nachtwache
- ◇ 24 Stunden Versorgung
- ◇ 24 Stunden Notdienst
- ◇ Hauswirtschaft
- ◇ Menüservice
- ◇ Hausnotruf
- ◇ Einkaufsdienst
- ◇ Seniorenurlaub
- ◇ Betreutes Wohnen



Unsere Pflege - Ihr Plus

pflege plus®
Pflegedienst und mehr...
Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Beratungsstellen:

Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Gasstr. 14
41751 Viersen - Dülken
Telefon: 02162 / 571844

Höhere Belastung der Patienten ist unzumutbar

Hirrlinger fordert niedrigere Arzneimittelzuzahlungen

„Patienten müssen bei immer mehr Medikamenten zum Teil massiv zahlen. Das erfüllt uns mit großer Sorge“, erklärte der Präsident des Sozialverbandes VdK, Walter Hirrlinger.

Viele chronisch kranke und behinderte Menschen stellten sich die Frage, ob sie sich angesichts dieser Entwicklungen die notwendige medizinische Versorgung in Zukunft noch leisten können. „Wenn der Wettbewerb im Pharmabereich in den nächsten Wochen nicht zu einer Absenkung der Preise führt, muss die Politik handeln“, forderte Hirrlinger.

Zum 1. Juni haben die Krankenkassen für 59 Wirkstoffgruppen die Festbeträge gesenkt. Festbeträge stellen den Geldbetrag dar, der von den Krankenkassen maximal erstattet wird. Liegt der Apothekenverkaufspreis über dem Festbetrag, muss der Patient den Differenzbetrag aus der eigenen Tasche zahlen. Dies können zum Teil höhere zweistellige Beträge sein. Bisher haben die Pharmaunternehmen in der Regel ihre Preise auf den Festbetrag abgesenkt.

Dieses Mal ist dies aber auf breiter Front nicht geschehen und die Zahl der Medikamente, die über dem Festbetrag liegen, ist um knapp ein Drittel auf 3100 Präparate gestiegen.

„Für Versicherte ist der Arzneimittelbereich nicht mehr zu durchschauen“, kritisierte Hirrlinger. Niemand wisse mehr, welches Präparat er bekomme und ob dieses zuzahlungsbefreit sei oder sogar massive Aufzahlungen fällig werden. „Die Zahl der Steuerungsmechanismen

im Arzneimittelbereich muss reduziert und die Versicherten durch Ärzte und Krankenkassen besser informiert werden“, forderte der VdK-Chef. Oft gebe es zuzahlungsbefreite Alternativen, von denen die Versicherten aber nichts wüssten. Deshalb müssen sie darüber aufgeklärt werden!

Quelle: VdK / Text: Sabine Kohls

VdK fordert Gesamtkonzept gegen Armut



Einkommen und Lebenserwartung hängen unmittelbar zusammen

„Sowohl der Armuts- und Reichtumsbericht als auch der Nationale Aktionsplan zur Prävention von Fehlernährung zeigen, wie notwendig die bundesweite Aktion gegen Armut des Sozialverbands VdK Deutschland ist. Die Schere zwischen Arm und Reich und damit auch die Chancenverteilung in unserer Gesellschaft darf nicht noch weiter auseinandergehen“, erklärte VdK-Präsident Walter Hirrlinger. So sei die Zahl von Armut bedrohter Rentnerinnen und Rentner aufgrund von Beitrags- und Steuererhöhungen, Leistungseinschränkungen und Preissteigerungen in den vergangenen fünf Jahren deutlich angestiegen. Schon Kinder aus sozial schwächeren Familien seien von allen Aspekten der Armut besonders betroffen.

Wer schlechte Startchancen habe, dessen Armutsgefährdung steige rasant, so Hirrlinger. Daher sei es ein erster richtiger Schritt, das vom VdK geforderte Mittagessen in Kindergärten und Schulen einzuführen. Diesem Schritt müssten weitere folgen. „Das Beispiel Schweden zeigt, dass ein längeres Leben und eine bessere Gesundheit für alle möglich sind, wenn die Politik ihre Gestaltungsmöglichkeiten nutzt.“

Hirrlinger forderte die Bundesregierung auf, der wachsenden sozialen Kluft in Deutschland entgegenzuwirken. „Armutsbekämpfung und -vermeidung sind Querschnittsaufgaben.“ Der VdK-Chef verwies auf noch nicht veröffentlichte Zahlen des Robert-Koch-Institutes zur Einkommenssituation und der damit verbundenen Lebenserwartung. Danach leben Männer aus den oberen Einkommensgruppen im Durchschnitt elf Jahre länger als Männer aus den unteren. Bei Frauen beträgt der Unterschied acht Jahre.

Quelle: VdK / Text: Sabine Kohls

Schwangere: Ohne Beratung keine Medikamente nehmen Nutzen und Risiko abwägen

Düsseldorf – Während einer Schwangerschaft finden im Körper der werdenden Mutter tiefgreifende Veränderungen statt. Nicht wenige Frauen klagen in dieser Zeit über Sodbrennen, Übelkeit oder Verstopfung. Es handelt sich in der Regel über mehr oder weniger starke Beschwerden, die vielfach auch mit Medikamenten behandelt werden. Dabei sollten schwangere Frauen beachten: Das Kind im Bauch wird dadurch immer mitbehandelt. Deshalb raten die Apotheker in Düsseldorf allen Schwange-

ren, sich vor jeder Medikamenteneinnahme bei ihrem Arzt oder Apotheker über mögliche Risiken und Nebenwirkungen zu informieren. Speziell im ersten Schwangerschaftsdrittel sollten Arzneien sehr zurückhaltend eingenommen werden“, empfiehlt Dr. Petra Herrmann, Pressesprecherin der Apotheker in Düsseldorf. „Da sich in dieser Zeit die Organe des Babys bilden, ist besondere Vorsicht geboten.“ Wie bei jeder Therapie gilt es, auch in der Schwangerschaft Nutzen und Risiken abzuwägen. „Schwangere können nicht grundsätzlich auf Medikamente verzichten, denn auch unbehandelte Krankheiten können das Kind bleibend schädigen“, informiert Dr. Petra Herrmann. So bewahre bei einer schweren Infektion ein Antibiotikum die Schwangere und ihr Kind möglicherweise vor weiteren Folgen.

Aber nicht immer ist der Einsatz von Medikamenten überhaupt erforderlich und sollte daher gründlich überdacht werden. Apothekerin Dr. Petra Herrmann: „Eine Vielzahl von Beschwerden während der Schwangerschaft lassen sich

mit pflanzlichen und homöopathischen Medikamenten behandeln. Auch eine Veränderung der Dosierung, das heißt mehrere kleine, anstatt einer hohen Dosis kann sinnvoll sein.“ Generell sollte aber vor jeder Einnahme eine fachkundige Beratung eingeholt werden. Zudem lassen sich viele Beschwerden durch eine verbesserte Lebensweise mindern. Dazu gehören unter anderem mehrere kleine über den Tag verteilte Mahlzeiten, ausreichend Bewegung in Form von Spaziergängen, regelmäßige Wechselduschen, eine ausgewogene ballaststoffreiche Ernährung und genügend Flüssigkeitszufuhr.

Tipps gegen Beschwerden in der Schwangerschaft:

- Übelkeit: Kamillen- oder Pfefferminztee
- Sodbrennen: mit erhöhtem Oberkörper schlafen
- Blähungen: Tee mit Anis, Fenchel und Kümmel
- Kopfschmerzen: Schläfen mit Pfefferminzöl einreiben. Achtung: Finger weg von koffeinhaltigen Kombinationspräparaten, diese können die Herzfrequenz des Ungeborenen stark erhöhen.

- Schlafstörungen: Entspannungstechniken wie Autogenes Training, pflanzliche Mittel auf Basis von Baldrian, Hopfen und Melisse, allerdings wegen des Alkohols keinen Melissengeist.
- Schnupfen: Inhalieren mit Kamille, Nasenspray mit Kochsalz
- Husten: pflanz-

liche Mittel mit Thymian- oder Schlüsselblumenextrakt, viel Trinken

Quelle: Apothekerkammer Nordrhein

Warnung vor dubiosen Verkaufveranstaltungen

Hohe Preise für vermeintliche Wundermittel

Düsseldorf – Aus aktuellem Anlass warnen die Apotheker in Nordrhein vor Verkaufveranstaltungen, bei denen dubiose Wundermittel zu überhöhten Preisen angeboten werden. Die Veranstaltungen finden in der Regel in Gaststätten statt. Gelockt werden die Besucher mit einem kostenlosen Mittagessen sowie Einkaufsgutscheinen und Geschenken. Während der mehrstündigen Veranstaltung werden die angeblichen Vorzüge des Mittels ausgiebig angepriesen. „Teilnehmer berichten, dass das Präparat gegen alles helfen soll - von Krebs bis zu diversen Alterserkrankungen“, informiert Werner Heuking, Pressesprecher der Apotheker in Nordrhein. Die Meldungen über solche Veranstaltungen häufen sich aktuell am Niederrhein. Erfahrungsgemäß ist aber dringend davon auszugehen, dass die Betrüger ihre Masche auch in anderen Regionen Nordrheins anwenden. Besonders raffiniert ist, dass die Verkäufer das Wunderpräparat mit einem irregulären Preisvergleich anbieten. Der Verkäufer erklärt dann, dass die Gäste nur heute die einmalige Gelegenheit haben, das Mittel für die Hälfte zu bekommen. Dieser „Sonderpreis“ liegt aber in der Regel immer noch um die 400 Euro. „Die Erfahrung zeigt leider, dass immer wieder Menschen auf die Versprechungen hereinfallen und das vermeintliche Wundermittel kaufen“, berichtet Apotheker Heuking. Hier würden Geschäfte auf Kosten Kran-



So gut haben Sie noch nie gesehen!

Jetzt testen!

Eine revolutionär neue Brillenglas-technologie ermöglicht Ihnen jetzt ein Sehen mit höchster Präzision.

!ZON™ – individuelle Brillengläser

BRILLEN DAHMEN 

KONTAKTLINSEN · MODERNE AUGENOPTIK

Odenkirchener Str. 20 · 41236 Mönchengladbach Rheydt
(Direkt neben der Hauptpost)

Telefon (0 21 66) 4 49 95 · Telefax (0 21 66) 4 86 99
info@brillen-dahmen.de · www.brillen-dahmen.de

Qualität hat einen Namen

ker und meist älterer Menschen gemacht. Die Apotheker in Nordrhein raten dringend, sich nicht von den falschen Versprechungen locken zu lassen und die angepriesenen Mittel keinesfalls auf derart dubiosen Verkaufsveranstaltungen zu erwerben. „Niemand weiß genau, was in den Präparaten enthalten ist“, warnt Werner Heuking. Im harmlosesten Fall hat das Mittel keine Wirkung, im schlimmsten ist es gesundheitsschädlich. Das gleiche gilt auch für Arzneimittel aus anderen unseriösen Quellen, denn immer mehr Anbieter betreiben einen organisierten Handel mit gefälschten Arzneien. Daher empfehlen die Apotheker in Nordrhein, Medikamente nur über die Apotheke des Vertrauens zu beziehen. Hier werden Arzneimittel geprüft und man wird durch pharmazeutisches Fachpersonal beraten.
Quelle: Apothekerverband Nordrhein e.V.

Cholesterin: lebenswichtig und nicht zu unterschätzen Blutfettwerte in Schach halten



Düsseldorf – Herz-Kreislauf-Erkrankungen als Folge von Arterienverkalkung sind in Deutschland die Todesursache Nummer eins. Einer der Hauptfaktoren: risikoreiche Blutfettwerte, landläufig als zu hoher Cholesterinspiegel bekannt. Aber was verbirgt sich hinter dem Begriff Cholesterin? Wozu ist die Substanz nötig? Und wie kann man die Werte beeinflussen? Antworten darauf haben die Apotheker in

Nordrhein.

„Zunächst einmal ist Cholesterin nichts Schlechtes“, sagt Werner Heuking, Pressesprecher der Apotheker in Nordrhein. „Im Gegenteil: Ohne diese fettähnliche Substanz könnten wir nicht überleben.“ Der Mensch braucht Cholesterin, um Zellwände aufzubauen und Gallensäure, Hormone und Vitamin D zu bilden. Kritisch wird es erst, wenn das Verhältnis der einzelnen Blutfette nicht mehr ausgewogen ist. Denn dann erhöht sich die Gefahr, dass Fettmoleküle die Arterien verstopfen. „Das führt zu Gefäßeinengungen und Durchblutungsstörungen. Der Blutfluss wird gestört und das Risiko steigt, einen Herzinfarkt oder Schlaganfall zu erleiden“, zählt Werner Heuking die weiteren Folgen auf.

Ursache für einen erhöhten Cholesterinwert kann eine erblich bedingte Störung des Fettstoffwechsels sein. Auch kann eine erhöhte Cholesterinkonzentration die Folge einer anderen Krankheit sein, eine Erkrankung der Schilddrüse, der Leber oder der Nieren. „In den meisten Fällen ist man aber selbst für den zu hohen Cholesterinwert verantwortlich“, so Heuking. „Denn Hauptverursacher kann eine allzu sorglose Ernährungsweise sein.“ Vorsichtig sollte man zum Beispiel bei industriell hergestellten Lebensmitteln, wie zum Beispiel Fertiggerichten, sein. Sie enthalten oft große Mengen Cholesterin. „Nur in Maßen genießen sollte man auch in der Regel cholesterinreiche Lebensmittel wie Fleisch und Wurst sowie kalorienreiche Produkte wie Kuchen, Zucker und Alkohol“, rät Heuking. Gleiches gilt für Nikotin, das die Blutgefäße verengt und die Arterienwände verletzt. Besser ist es, Produkte mit ungesättig-

ten Fettsäuren zu sich zu nehmen. Dazu gehören Seefisch wie Lachs und Scholle, aber auch Olivenöle. Als „Cholesterinsenker“ wirken zudem Ausdauersport und regelmäßige Entspannungsübungen, denn auch viel Stress kann einen hohen Cholesterinspiegel verursachen.

Da die Cholesterinwerte nicht zu unterschätzen sind, empfehlen die Apotheker in Nordrhein, sich regelmäßig untersuchen zu lassen. Ab dem 35. Lebensjahr gehört eine Cholesterinmessung alle zwei Jahre zu den erstattungsfähigen Vorsorgeuntersuchungen. Auch viele Apotheken in Nordrhein bieten Messungen zum Thema Cholesterin an.

Cholesterin – Was ist das?

Cholesterin ist ein elementarer Baustein aller Körperzellen. Unser Körper produziert dieses Blutfett sogar selbst. Cholesterin ist aber schwer wasserlöslich und kann deshalb vom Blut nur schlecht transportiert werden. Der Körper hat sich deshalb einen kleinen Trick ausgedacht. Er verpackt das Cholesterin in eine Eiweißhülle, den so genannten Lipoproteinen. Diese Lipoproteine haben eine unterschiedliche Dichte: Die LDL-Lipoproteine besitzen eine geringe Dichte und können an den Gefäßwänden gefährliche Ablagerungen bilden. Die Eiweißpäckchen mit hoher Dichte, die HDL, nehmen diese Ablagerungen teilweise wieder auf und transportieren sie zur Leber zurück, wo es abgebaut und ausgeschieden wird.

Quelle: Apothekerverband Nordrhein e.V.

Endokarditis-Schutz mit Antibiotika: Wer braucht ihn?

Neue Empfehlungen – Patientenausweis der Deutschen Herzstiftung

Frankfurt am Main – Wird sie nicht

rechtzeitig behandelt, dann verläuft eine Endokarditis meist tödlich. Dabei befällt diese durch Bakterien oder Pilze verursachte Entzündung der Herzinnenwand vor allem die Herzklappen. Einer sehr großen Zahl von Herzpatienten wurde deshalb in der Vergangenheit eine spezielle Endokarditis-Prophylaxe empfohlen: Insbesondere bei zahnärztlichen, aber auch vielen anderen medizinischen Eingriffen, bei denen vermehrt Bakterien ins Blut gelangen können, sollten sie 30 bis 60 Minuten vorher Antibiotika einnehmen. Hier hat sich jetzt jedoch ein radikaler Wandel vollzogen. So sehen neue ärztliche Leitlinien nunmehr nur noch für Hochrisiko-Patienten eine medikamentöse Endokarditis-Prophylaxe vor. Darauf weist die Deutsche Herzstiftung hin.

„Die Empfehlung, sich mit Antibiotika vor einer Endokarditis zu schützen, gilt demnach für Menschen mit operierten Herzklappen, Patienten, die bereits eine Endokarditis durchgemacht haben, Menschen mit bestimmten angeborenen Herzfehlern und Patienten nach einer Herztransplantation, die eine Klappenerkrankung entwickeln“, erläutert Dr. med. Christa Gohlke-Bärwolf, Kardiologin im Herz-Zentrum Bad Krozingen und Mitglied

im Wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Herzstiftung. Diese Patienten sollten immer einen Endokarditis-Ausweis bei sich tragen, in dem auch der Grund für die Prophylaxe vermerkt ist. Die Deutsche Herzstiftung hat gemeinsam mit der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie und der Deutschen Gesellschaft für Thorax-, Herz- und Gefäßchirurgie einen den neuen Leitlinien entsprechenden Ausweis herausgegeben.

Für Herzpatienten mit niedrigem oder mittlerem Endokarditis-Risiko ergab eine umfassende Auswertung wissenschaftlicher Studien, dass die medikamentöse Endokarditis-Vorsorge nicht bewiesen und damit nicht notwendig ist. „Unabhängig vom individuellen Risiko für eine Herzinnenwand-Entzündung sollte aber immer auf eine sorgfältige Mundhygiene, gesunde Zähne und gesundes Zahnfleisch geachtet werden, da dies für den Schutz vor einer Endokarditis besonders wichtig ist“, betont Dr. Gohlke-Bärwolf.

Detaillierte Informationen mit allen wichtigen Neuerungen und Empfehlungen zum Thema enthält der aktuelle Sonderdruck „Endokarditis-Prophylaxe: Was ist neu?“ der Deutschen Herzstiftung, der zusammen mit dem neuen Patienten-

ausweis unter dem Kennwort „Endokarditis-Prophylaxe“ bezogen werden kann bei: Deutsche Herzstiftung, Vogtstr. 50, 60322 Frankfurt am Main, oder online unter www.herzstiftung.de

Quelle: Deutsche Herzstiftung e.V.

2007: Mehr Geburten, aber dennoch geringere Bevölkerung

Wiesbaden – Wie das Statistische Bundesamt (Destatis) mitteilt, verlor Deutschland 2007 nach vorläufigen Ergebnissen rund 97 000 Einwohner. In diesem Zeitraum nahmen die Geburten um 1,8% und die Sterbefälle leicht um 0,7% zu, die Eheschließungen gingen dagegen um 1,3% zurück.

Im Jahr 2007 wurden 685 000 lebend geborene Kinder registriert, 12 000 oder 1,8% mehr als 2006. Somit stieg die Zahl der Geburten erstmalig seit 1997 wieder an. In den Jahren 1996 und 1997 waren - abweichend von der seit 1991 rückläufigen Tendenz - die Geburtenzahlen vorübergehend angestiegen. Nachdem die Zahl der Sterbefälle 2006 zurückgegangen war, verzeichnete 2007 eine geringfügige Zunahme von 822 000 auf 827 000 (+ 6 000 beziehungsweise + 0,7%). Die Zahl der Sterbefälle war von 1994 bis 2001 ständig gesunken und dann 2002, 2003 sowie 2005 wieder angestiegen. Somit starben im Jahr 2007 etwa 142 000 Menschen mehr als geboren wurden. Im Vorjahr war das Geburtendefizit um etwa 7 000 Personen höher ausgefallen.

Im Jahr 2007 heirateten 369 000 Paare, im Jahr 2006 waren es 374 000 gewesen. Damit ist die Zahl der Eheschließungen weiter zurückgegangen (- 5 000 beziehungsweise - 1,3%). Seit Anfang der 1990er Jahre nimmt die Zahl der standesamtlichen Trauungen ab. Diese rückläufige Tendenz war nur 1999, 2002 und 2004 unterbrochen worden.

Am 31.12.2007 hatte Deutschland nach vorläufigen Ergebnissen rund 82 218 000 Einwohner.

SDS
SDS Sicherheitsdienst Stade
Tel.: 04148 - 616233
Fax: 04148 - 616234

deutschlandweit

zuzahlungsfreier
Hausnotruf
ab Pflegestufe I

Wir verwenden Geräte der neuesten Generation von Attendo Systems

Das waren 97 000 beziehungsweise 0,1% weniger als Ende 2006 (82 315 000). Diese Entwicklung der Bevölkerung ergibt sich zum einen aus den Geburten und Sterbefällen und zum anderen aus den Wanderungsbewegungen (Zu- und Fortzüge). Der Bevölkerungsrückgang im Jahr 2007 ist darauf zurückzuführen, dass dem Geburtendefizit von 142 000 Personen lediglich ein Zuwanderungsüberschuss von 44 000 Personen gegenüberstand. Seit der Wiedervereinigung hat es in Deutschland in jedem Jahr mehr Sterbefälle als Geburten gegeben. Die Bevölkerung nahm jedoch bis 2002 mit Ausnahme des Jahres 1998 aufgrund eines höheren Wanderungsüberschusses zu. Seit 2003 sind nun die Bevölkerungszahlen aufgrund des geringen Zuwanderungsüberschusses rückläufig. Der Bevölkerungsrückgang 2007 betraf vor allem die neuen Länder (- 107 000 Personen beziehungsweise - 0,8% gegenüber 2006) und setzte damit die Entwicklung von 2006 gegenüber 2005 (- 101 000 Personen) fort. Die Einwohnerzahlen gingen außerdem in Nordrhein-Westfalen, Niedersachsen, Rheinland-Pfalz, Saarland und Bremen zurück. Eine Bevölkerungszunahme verzeichneten Bayern, die Stadtstaaten Berlin und Hamburg sowie Baden-Württemberg und Schleswig-Holstein. In Hessen sowie im frü-

heren Bundesgebiet insgesamt blieb die Bevölkerung nahezu konstant.

Quelle: Destatis

Festbeträge für Arzneimittel seit 1. Juni geändert Mehr Kosten für Patienten zu erwarten

Leipzig – Seit 1. Juni 2008 gelten für 71 Festbetragsgruppen von Arzneimitteln wieder neue Festbeträge. Grund für die Änderung sind die Beschlüsse der Spitzenverbände der Krankenkassen nach der jährlichen Überprüfung des Festbetragsmarktes.

„Unter einem Festbetrag versteht man die Obergrenze für den Preis, den Krankenkassen pro Arzneimittel übernehmen“, erklärt Ulrike Dzengel von der Regionalen Beratungsstelle Leipzig der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland. Für einige Medikamentengruppen wurden nach der diesjährigen Überprüfung die Festbeträge angehoben.

In der Mehrzahl der Fälle wurden sie jedoch abgesenkt oder sogar ganz aufgehoben. „Das bedeutet für viele Patienten, dass sie für einige bisher zuzahlungsfreie Medikamente nun wieder Zuzahlungen aus der eigenen Tasche zu leisten haben“, sagt Dzengel. Diese liegen bei 10% der Kosten des Arzneimittels pro Packung, mindestens sind es aber 5 und maximal 10 Euro. Nach einer Sonderregelung können Krankenkassen Zuzahlungen erlassen. Dies ist immer dann der Fall, wenn der Preis des Medikaments um 30 % niedriger ist, als der vorgesehene Festbetrag. Mit der Neufestsetzung der Fest-

beträge fällt nun eine Vielzahl von Arzneimitteln leider nicht mehr in diese Sonderregelung. Damit werden Zuzahlungen wieder fällig.

Eine andere Folge der Absenkung der Festbeträge könnte sein, dass ein Medikament mit seinem Preis nun über dem Festbetrag liegt. So muss der Betroffene neben der Zuzahlung außerdem die Differenz zwischen dem, was die Kasse für das benötigte Medikament übernimmt, und dem Apothekenpreis zahlen.

Mit der Neufestsetzung der Festbeträge wird für die Krankenkassen eine Ersparnis von 390 Mio. € pro Jahr erwartet

Den betroffenen Patienten empfiehlt Ulrike Dzengel nun zu prüfen, ob gegebenenfalls eine Befreiung von den Zuzahlungen möglich ist. Dies geschieht per Antrag bei der jeweiligen Krankenkasse.

Außerdem können sie ihren Arzt fragen, ob es ein anderes Medikament auf dem Markt gibt, das nicht mit Zuzahlungen belegt ist.

Quelle: Unabhängige Patientenberatung Deutschland - UPD gGmbH

Ein Jahr Kommunalen Ordnungs- und Servicedienst der Stadt

Ordnungshüter ziehen Bilanz mit 5.404 Einsätzen im gesamten Stadtgebiet

pmg. Sie zeigten Kippenwerfern die rote Karte, ermahnten Hundehalter nach „Tretminen“, kümmerten sich um „wilde“ Müllkippen und machten Ruhestörungen den Garaus. Ein Jahr nach Einrichtung des Kommunalen Ordnungs- und Servicedienstes (KOS) der Stadt zieht Achim Haimüller, Leiter des zwölfköpfigen im Ordnungsamt angesiedelten Teams, eine Bilanz, die sich sehen lassen kann. Insgesamt 5.404 Einsätze hatten die Uniformierten





seit Anfang Juli letzten Jahres im gesamten Stadtgebiet. „Zahlreiche Einsätze ergaben sich durch Anrufe über unsere Hotline 25 20 25. Aber auch auf unseren täglichen Präsenzstreifen werden wir auf bestimmte Missstände wie herumliegende gelbe Säcke, Müll in Grünanlagen und falsches Parken aufmerksam“, betont Achim Haimüller.

In zwei Schichten sind die Ordnungskräfte in Doppelstreifen an sechs Tagen in der Woche jeweils von 8.30 Uhr bis Mitternacht im Einsatz. Erwartungsgemäß fallen in den ländlich geprägten Außenbezirken, die ebenso regelmäßig kontrolliert werden, weniger Einsätze an als in den beiden Stadtzentren Mönchengladbach und Rheydt. Von den über 5.000 Einsätzen entfielen auf Rheindahlen 183, Hardt 123, Odenkirchen 181, Gie-

senkirchen 127 und Wickrath 222 sowie Rheydt-West 267, Neuwerk 208 und Volksgarten 309 Einsätze. Deutlich höher lag die Zahl der Einsätze in Stadtmitte mit 1.662 und Rheydt-Mitte mit 1.670 Einsätzen. Darin enthalten sind jeweils 500 Präsenzstreifengänge.

Die Liste der Einsatzschwerpunkte ist umfangreich und zahlenmäßig akribisch vom Ordnungsteam festgehalten. So hatte der KOS in den zurückliegenden zwölf Monaten es mit 754 Verunreinigungen im Stadtbild, angefangen von achtlos weggeworfenen Kaugummis über wilde Müllablagerungen bis zu aufgerissenen gelben Müllsäcken zu tun. In 258 Fällen ging es um Ruhestörungen überwiegend im privaten Bereich, und in 336 Fällen führte der Ordnungs- und Servicedienst Sondernutzungskontrollen durch. Darüber hinaus standen 203 Gaststätten- und Prostitutionskontrollen, 73 Jugendschutzkontrollen und Schulführungen an. 214 Maßnahmen betrafen die allgemeine Gefahrenabwehr, eine klassische Aufgabe der Ordnungsbehörde. Dazu zählen zum Beispiel auch Schadensbegrenzungen nach Sturm- und starken Regenerenissen. Ob Dachziegel, die herunterzufallen drohten, Äste, die auf Gehwege und Straßen her-

unterstürzten oder Gullydeckel, die sich wie etwa bei den letzten starken Regenfällen aus der Verankerung lösten: Der KOS hatte auch in solchen Fällen jede Menge zu tun. Ein besonderer Einsatzschwerpunkt lag im Bereich Tier-

schutz mit 593 Einsätzen, in denen das KOS-Team Hundehalter auf die bestehende Anlein- und Maulkorbpflicht und in zahlreichen Fällen auch auf Verunreinigungen hinweisen musste. In zwölf Fällen ging es um Umweltschutzmaßnahmen und in neun um Schwarzarbeiterkontrollen.

Zahlreiche weitere Verstöße gegen die Straßen- und Anlagenverordnung sowie Straßenverkehrsordnung ergänzten den Einsatzkatalog der Ordnungshüter. Die Verstöße reichten vom Parken in Grünanlagen und Fußgängerzonen über Bettelei in Einkaufszonen bis zum Grillen außerhalb zugelassener Flächen und Alkoholkonsum auf Spielplätzen. Zahlenmäßig machten sich die Einsätze auch auf der Einnahmenseite bemerkbar. So wurden seit Einrichtung des KOS vor einem Jahr insgesamt 65.000 Euro an Buß- und Verwarngeldern verhängt und 44 Platzverweise ausgesprochen. Eine „rote Karte“ gibt es etwa für das achtlose Wegwerfen von Zigarettenkippen und Obstabfällen, Verpackungen und Abfall (20 Euro). Für Hundekot und Hausmüll werden Verwarngelder in Höhe von 35 Euro fällig, und bei schweren Verstößen können Bußgelder in Höhe von 100 bis 1.000 Euro verhängt werden. „Der KOS hat sich in der Verbesserung des Standortfaktors Sicherheit und Ordnung bewährt. Das haben die zahlreichen Einsätze in den letzten zwölf Monaten gezeigt“, so der zuständige Beigeordnete Peter Holzenleuchter. „Der Ordnungsdienst handelt nach der Devise: Handeln, wo nötig, helfen, wo möglich“, beschreibt er die kommunale Pflichtaufgabe.

Quelle: pmg

Jurgschat-Geer **Beratung im Gesundheitswesen**

Qualifizierte Hilfe
für Pflegebedürftige
und pflegende
Angehörige
durch unabhängige
Fachberatung



Fon: 021 66 - 21 70 736
www.jurgschat-geer.de



InForm – Ratgeber Reisevorbereitung

Verhinderungspflege – vielfach nicht genutzt

Sommerzeit – Urlaubszeit, auch pflegebedürftige Menschen und pflegende Angehörige müssen mal raus aus ihrem Alltag, Neues sehen und erleben, um wieder Kraft zu tanken für den Rest des Jahres.

Knapp 1 Million pflegebedürftige Erwachsene und Kinder gibt es, deren Pflege und Versorgung in ihrer häuslichen Umgebung durch Angehörige oder Eltern erfolgt. Keine leichte Aufgabe für diese so genannten privaten Pflegepersonen. Körperlich anstrengend und darüber hinaus auch oftmals psychisch sehr belastend. Nicht nur Krankheit, Behinderung oder den Verfall eines geliebten Menschen mit zu erleben, ist schwer zu ertragen. Oft wird die Pflege des Angehörigen bzw. des Kindes zum bestimmenden Faktor des Alltags. Enorm wichtig ist daher, dass dabei die Erholung nicht zu kurz kommt, denn wenn die Pflegeperson irgendwann einmal vollkommen „ausgepowert“ ist, leidet letzten Endes natürlich auch der Patient.

Ob es der dringend notwendige Urlaub ist oder aber gar eine Erkrankung der Pflegeperson – wer „springt ein“ in diesen Fällen? Was ist zu tun und wer übernimmt die Versorgung des Pflegebedürftigen? Neben der sog. Kurzzeitpflege, wobei die Pflege und Betreuung für einen bestimmten Zeitraum in einer stationären Einrichtung erfolgen, gibt es auch die Möglichkeit der ambulanten Versorgung, die sog. Verhinderungspflege.

Oftmals sind die Pflegenden über ihren Anspruch auf Kurzzeit- und Verhinderungspflege nicht genau



informiert, vielen ist gar nicht klar, dass es sich dabei um zwei unterschiedliche Möglichkeiten handelt, die sie beanspruchen können, das heißt: Im selben Kalenderjahr kann sowohl für vier Wochen Ersatzpflege als auch für vier Wochen Kurzzeitpflege in Anspruch genommen werden. Bei einem Ausfall der regulären Pflegekraft werden also für maximal acht Wochen im Jahr die Kosten für Betreuung und Pflege übernommen.

Der Aufwand ist, dank der Kompetenz der Pflegekassen, gering und es gibt dort Möglichkeiten der Beratung, die jeder Angehörige in Anspruch nehmen kann. Auch Pflegefachkräfte, wie die des Pflegedienstes pflege plus®, helfen gern weiter. Denn nicht nur die Verhinderungspflege selber wird dort geleistet, sondern auch die bereits im Vorfeld notwendige Beratung und Unterstützung erfolgt kompetent und unbürokratisch.

Die gesetzliche Grundlage der Verhinderungspflege findet sich im § 39 des 11. Sozialgesetzbuches (SGB XI). Dort sind die Voraussetzungen und entsprechenden Leistungen festgelegt. Es reicht aus, bei der zuständigen Pflegekasse einen Antrag auf Übernahme von Verhinderungspflege, auch Ersatzpflege genannt, einzureichen. Komfortabel und praktisch ist, dass mittlerweile einige Kassen auf ihren Internetportalen Antragsformulare zum Ausdrucken anbieten. Ansonsten erhält man den Antragsvordruck auf Anfrage.

Eine frühzeitige Beantragung empfiehlt sich, damit die entsprechende Ersatzpflege pünktlich sicherge-



TEXTDOC
Inh. Birgitt Stuckenberg

Schulstraße 54
41372 Niederkrüchten

Fest: 0 21 63 - 57 67 33
Fax: 0 21 63 - 57 93 19
Mobil: 0 17 4 - 37 38 157
E-Mail: info@text-doc.com

www.text-doc.com Mo. - Fr.: 8.30 - 18.30 Uhr

- Texte
- Korrektur
- Flyer
- Broschüren
- Visitenkarten
- Plakate
- Slogans
- Webseiten
- PC-Support

stellt ist. Wird diese von einem ambulanten Pflegedienst ausgeführt, übernimmt die Pflegekasse bis zu 1.432 € der Kosten für den Einsatz desselben. Allerdings nur für längstens vier Wochen (28 Tage) innerhalb eines Jahres. Außerdem muss die private Pflegeperson bereits seit mehr als 12 Monaten tätig sein, was bedeutet, es sollte seit mehr als 12 Monaten ein Hilfebedarf bestehen. Für die Dauer der Ersatzpflege entfällt der Anspruch auf Pflegegeld. Lediglich für den ersten und letzten Tag der Ersatzpflege wird noch bzw. wieder Pflegegeld bezahlt. Die Kosten für Pflegeleistungen eines professionellen Pflegedienstes, genannt Sachleistungen, übersteigen den regulären Pflegegeldbetrag. Diese Differenz übernimmt die Pflegekasse in vollem Umfang, d.h. für Sachleistungen (professionelle Pflegeleistungen) werden während der Vertretungspflege bis zu 1.432 € gewährt. Außerdem zu beachten: Stellt man innerhalb eines Jahres keinen Antrag, so verfällt der Anspruch auf Verhinderungspflege am Jahresende und steht im darauf folgenden Jahr nicht wieder zur Verfügung.

Bei einem unvorhergesehenen Aus-

fall des pflegenden Angehörigen, z.B. durch Krankheit oder sonstige zwingende Umstände, kann Verhinderungspflege auch nachträglich beantragt und rückwirkend bewilligt werden. Außerdem ist es möglich, den Bewilligungszeitraum der 28 Tage aufzuteilen und Ersatzpflege beispielsweise an mehreren Wochenenden zu nutzen. Bewährt hat sich dies in der Praxis häufig bei Eltern bzw. Elternteilen, denen oftmals eine kurze „Auszeit“ bereits die gewünschte Erholung bringt. Auch Freizeitangebote, an denen Kinder oder Erwachsene teilnehmen, können unter bestimmten Voraussetzungen und nach Rücksprache mit der Pflegekasse über die Verhinderungspflege abgerechnet werden.

In Ausnahmefällen und nach Ermessen der Pflegekasse kann, zusätzlich zur Kurzzeitpflege, je nach Schwere oder Art der Pflegebedürftigkeit, der Pflegebedürftige für die Dauer von längstens vier Wochen (28 Tage) in einer stationären Pflegeeinrichtung untergebracht werden. Auch hier übernimmt die Pflegekasse bis zu 1.432 €. Das gleiche gilt, sollte die Ersatzpflege in einer Krankenwoh- nung, einem Kindergarten, einem Internat oder einer vergleichbaren

den Pflegekassen nicht übernommen.

Übrigens kann der Urlaub der Pflegeperson auch zu Hause erfolgen, während der Pflegebedürftige eine Urlaubsreise durchführt. Ebenso kann die Pflegeperson gemeinsam mit dem Pflegebedürftigen in Urlaub fahren und dort die Pflege einer anderen Person überlassen. Spezialisierte Reiseunternehmen, Pflegeeinrichtungen und auch einige Pflegedienste in Feriengebieten bieten mittlerweile attraktive Urlaubsmöglichkeiten für Pflegebedürftige mit und ohne ihre Angehörigen an.

bs

Reiseapotheke schützt vor gefälschten Medikamenten

Berlin – Eine individuell zusammengestellte Reiseapotheke kann vor gefälschten Medikamenten schützen. „Besonders im außereuropäischen Ausland ist die Gefahr groß, dass man gefälschte Arzneimittel kauft“, warnt Magdalene Linz, Präsidentin der Bundesapothekerkammer. Diese Fälschungen können zu wenig oder keinen Wirkstoff enthalten, im schlimmsten Fall sogar schädliche Inhaltsstoffe. Anzeichen einer Fälschung können ein fehlender Beipackzettel sein oder wenn die Tabletten lose verkauft werden. Linz: „Wer hofft, im Ausland Medikamente zu Schnäppchenpreisen zu bekommen, sollte sich dieser Gefahr bewusst sein.“ Besonders vorsichtig sollten Reisende auf Wochenmärkten oder bei Straßenhändlern sein. Je nach Art und Ziel der Reise sollten sich Urlauber schon in Deutschland die passende Reiseapotheke zusammenstellen lassen, so die Apothekerin. Wer als Rucksacktourist durch Asien reist oder einen Paddelurlaub in Finnland plant, braucht andere Medikamente als eine Familie



apetito
ZUHAUS

... und der Genuss kommt ins Haus

Wir bringen Ihnen köstliche Menüs ins Haus. Auf Wunsch jeden Tag. Einfach anrufen und bestellen!

PROBIER-ANGEBOT
Jetzt bestellen und selbst überzeugen!



Mit Liebe gekocht.
Mit Freude gebracht.

- täglich 7 Menüs zur Wahl auch an Sonn- und
- Feiertagen ohne vertragliche
- Bindung

0 21 61 - 46 03 17

Einrichtung erfolgreich. Nur die Kosten für Unterkunft und Verpflegung, Zusatzleistungen sowie Investitionskosten werden von

mit kleinen Kindern beim Strandurlaub auf Mallorca. Die Reiseapotheke gehört ins Handgepäck, denn Koffer können verloren gehen oder verspätet ankommen. Um Platz zu sparen, kann man den Umkarton zuhause lassen, der Beipackzettel sollte aber unbedingt mitgenommen werden. Reisende, die dauerhaft Medikamente brauchen, sollten etwa ein Drittel mehr mitnehmen als geplant.

Quelle: ABDA

Die Reiseapotheke

Nicht nur schwerwiegende Erkrankungen, sondern auch kleinere Verstimmungen können den Urlaub gründlich vermiesen. Eine sinnvoll ausgestattete Reiseapotheke gehört daher ebenso ins Gepäck wie wichtige persönliche Unterlagen oder die richtige Kleidung. Vor dem Start in die Ferien lohnt sich daher die Anschaffung einer sog. Reiseapotheke. Als Grundausrüstung empfiehlt sich:

- ein Erste-Hilfe-Set mit Materialien zur Versorgung kleinerer Wunden: Desinfektionsmittel, Mull- und elastische Binden, Pflaster, Kompressen, Verbandtuch und Schere.
- Mittel gegen: Fieber und Schmerzen, Hautausschläge, Verbrennun-

gen, Insektenstiche, Durchfall, Verstopfung, Erbrechen und Übelkeit sowie Husten und Schnupfen
- Wichtig: Sonnenschutzmittel.

Darüber hinaus sollten sich Reisende rechtzeitig vor dem Urlaub beim Arzt oder Apotheker nach evtl. notwendigen Impfungen erkundigen. Beratung gibt es auch im Tropeninstitut.

Für chronisch Kranke ist es äußerst wichtig, ihre individuell benötigten Medikamente in Abstimmung mit dem behandelnden Arzt in ausreichender Menge mitnehmen, damit während des Urlaubs kein Engpass entsteht. Die Medikamente sollten deshalb im Handgepäck bzw. vordringlich schriftlich transportiert werden. Grundsätzlich sollten alle Medikamente mit Beipackzettel, möglichst kühl und trocken, aufbewahrt werden.

Da Medikamente im Urlaub besonders von Temperaturschwankungen betroffen sein können, sollte unbedingt das Verfallsdatum aller Medikamente überprüft und beachtet werden.

Reisen mit Tieren rechtzeitig planen!

Auch Hunde und Katzen brauchen einen Ausweis

Wenn Hunde oder Katzen mit in den Urlaub fahren sollen, müssen sich Tierhalter rechtzeitig über die Reisebestimmungen informieren. Denn wer die gesetzlichen Regelungen nicht beachtet, muss mit Problemen an der Grenze – spätestens bei der Rückreise nach Deutschland – rechnen.

Weitgehend einheitliche Bestimmungen gelten bei Reisen innerhalb der Europäischen Union. Für Hunde, Katzen und auch Frettchen muss ein vom Tierarzt ausgestellter EU-Heimtierausweis mitgeführt werden, in dem die gültige Impfung gegen Tollwut sowie die erforderliche Kennzeichnung mit einem Mikrochip oder einer Tätowierung eingetragen worden sind.

Bei Reisen nach Irland, Malta, Schweden und in das Vereinigte Königreich sind weitergehende Anforderungen zu erfüllen, wie der Nachweis des Tollwutimpfschutzes in einem Bluttest und eine Behandlung gegen Bandwürmer und je nach Urlaubsziel auch gegen Zecken.

Geht die Reise über die EU-Grenzen hinaus, gelten die Vorschriften des jeweiligen Landes. Bei der Rückreise nach Deutschland aus diesen Ländern ist jedoch zu beachten, dass es zwei Kategorien von Drittländern gibt.

Länder, in denen die Tollwutsituation vergleichbar gut ist, werden den Mitgliedsstaaten gleich gestellt. Für die Rückreise sind die gleichen Bedingungen zu erfüllen wie bei Reisen innerhalb der EU. Diese Länder sind in einer Liste aufgeführt.

Für Länder mit einem schlechteren oder unbekanntem Tollwutstatus gelten zusätzliche Anforderungen. Urlauber, die ihr Tier in eines dieser „nicht gelisteten“ Länder mitnehmen, müssen bei der Rückreise einen Bluttest nachweisen kön-

Ihr Sanitätshaus empfiehlt sich Ihnen insbesondere für:

- Windeln, Einlagen – Fragen zur Inkontinenz
- Stützstrümpfe / Kompressionsstrümpfe
- Orthopädische Einlagen
- Stützmidler
- Pflegehilfsmittel (z.B. Handschuhe, Unterlagen, Desinfektion)
- Rehamittel (Pflegebetten, Badewannenlifter, Rollatoren)
- Medima Gesundheitswäsche
- Tempur: Matratzen und Kopfkissen
- Große Auswahl an Gehstöcken / Gehhilfen
- Enterale Ernährung (Beratung, Lieferung)
- Wundberatung (Verbandsmittel aller Art)



REHAZENTRUM
VIERSEN GmbH

Corneliusstraße 8 Tel. (02162) 516 79
41751 Viersen Fax (02162) 45 03 31
ORTHOPÄDIE-TECHNIK • REHA-TECHNIK

nen, der den ausreichenden Tollwutimpfschutz anhand des Antikörperspiegels feststellt. Dieser Test sollte unbedingt rechtzeitig vor der Reise noch in Deutschland durchgeführt werden. Nur dann entfällt eine dreimonatige Wartezeit vor der Wiedereinreise. Zu diesen Ländern gehören auch beliebte Reiseziele wie die Türkei, Marokko, Tunesien oder Ägypten. Natürlich gelten diese Bedingungen auch für Tiere, die aus einem Drittland nach Deutschland mitgebracht werden.

Tierhalter sollten sich in jedem Fall einige Wochen vor der Reise bei ihrer Tierärztin oder ihrem Tierarzt über die Reisebestimmungen informieren.

Quelle: Bundestierärztekammer

Jetzt noch Impfung gegen FSME möglich!

Schutzgemeinschaft Deutscher Wald rät Urlaubern zum Schutz Europaweite Risikogebiete Impfung empfohlen

Kurz vor Ferienbeginn weist die Schutzgemeinschaft Deutscher Wald (SDW) auf die Gefahr der FSME-Übertragung durch Zecken hin und empfiehlt Urlaubern, die in die Risikogebiete reisen, sich noch kurzfristig den Impfschutz zu holen. Die sog. Frühsommer-Meningo-Enzephalitis (FSME) ist trotz ihres Namens nicht auf diese Jahreszeit beschränkt und verursacht Hirnhaut- oder Gehirn-Entzündungen, die sowohl zu bleibenden Schäden als auch in schlimmen Fällen zum Tod führen können.

Risikogebiete

Zu den gefährdeten Regionen gehören der Süden Deutschlands, Österreich, Ungarn (vor allem im Bereich des Plattensees), Polen, Tschechien, Slowakei, Russland, Litauen, Lettland, Estland, Albanien und auf

dem Balkan sowie in Skandinavien – insbesondere an der Ostseeküste von Südschweden und Finnland einschließlich vorgelagerter Inseln.

Wichtig: nach 3 Impfungen Grund-immunisierung

Die komplette Grundimmunisierung bei Kindern und Erwachsenen ist erst nach drei Impfungen abgeschlossen, nur dann ist man für die Zeckensaison geschützt. Für Kurzeinschlossene gibt es das „Kurzzeitschema“. Drei Impfungen an den Tagen 0, 7 und 21 führen zur Bildung von schützenden Antikörpern gegen FSME. Damit kann man sich auch kurz vor der Reise noch schützen. Anders als beim Langzeitschema sollte die erste Auffrischimpfung nach 12 - 18 Monaten erfolgen. Für weitere Auffrischimpfungen gelten je nach Alter die gleichen Abstände wie beim Langzeitschema.

SDW

Die Schutzgemeinschaft Deutscher Wald (SDW) besteht seit 60 Jahren. Am 5. Dezember 1947 wurde die SDW in Bad Honnef bei Bonn gegründet und ist damit eine der ältesten deutschen Umweltschutzorganisationen. Heute sind in den 15 Landesverbänden rund 25.000 aktive Mitglieder organisiert. Ziel des Verbandes ist es, den Wald als unverzichtbaren Bestandteil der Umwelt für den Menschen zu erhalten. Schwerpunkte der Arbeit sind die Öffentlichkeitsarbeit, die Waldpädagogik, Pflanzaktionen und den Einsatz für den Erhalt des Waldes.

Quelle: SDW

Östliche Weisheit trifft westlichen Alltag – Ayurveda und Reisen

Praktische Tipps zur Vermeidung typischer Reisekrankheiten
Von den drei Grundprinzipien (sanskrit: Doshas) im Ayurveda mit

den Namen VATA, PITTA und KAPHA haben viele Menschen schon einmal gehört. Was bedeuten nun diese drei Namen und was bringt uns das Wissen über sie im Alltag? Und was hat das Ganze mit Reisen zu tun?

Alle drei Doshas sind in jedem Menschen, bei allen Dingen und Handlungen dabei und sie haben festgelegte Funktionen. Um sie zu verstehen, stellt man sie in Beziehung zu den Elementen, z.B.

VATA mit den Elementen Luft (Wind) und Raum,

PITTA mit den Elementen Feuer und Wasser,

KAPHA mit den Elementen Erde und Wasser.

Alle jeweiligen Eigenschaften der Elemente sind auch die Eigenschaften der Doshas. Feuer z.B. ist heiß, und eine Eigenschaft von PITTA ist ebenfalls heiß. Im Sommer ist es heiß, das PITTA ist automatisch angeregt bzw. erhöht. Sommer ist auch die PITTA-Jahreszeit. Wir kühlen uns und das ist im Ayurveda eine PITTA-reduzierende Maßnahme.

Wenn durch menschliches Verhalten, Wetter, Jahreszeiten oder Aktivitäten bestimmte Eigenschaften angeregt werden, verstärkt sich deren natürliche Wirkung. Mit Gegenmaßnahmen können wir wieder ein Gleichgewicht herstellen, was wir oft automatisch tun. Kennen wir die Zusammenhänge, verstehen wir auch das notwendige Verhalten und sind viel besser in der Lage, „richtig“ zu handeln. Strom ist immer in der Leitung, unsichtbar, ungläublich – wir brauchen nur den Lichtschalter zu bewegen (richtig handeln) und schon haben wir Licht (nutzen den Strom). Die Naturgesetze sind ebenfalls immer aktiv (z.B. Feuer ist heiß, Eis ist kalt,

Wind macht raue Hände etc.), ob wir dran glauben, sie wahrnehmen oder nicht. Im Einklang mit ihnen zu leben, ja, sie zu nutzen, bedeutet weniger Stress und eine erhöhte Lebensqualität.

Beim *Reisen* ist der Hauptaspekt die *Bewegung*. Dabei spielt es keine Rolle, ob wir im Auto, Flugzeug oder auf dem Fahrrad sitzen oder ob wir gehen – Bewegung ist immer dabei. Je schneller wir uns bewegen (Flugzeug), umso mehr wird dieser Bereich verstärkt.

Welches Element steht für Bewegung? Natürlich Luft (spürbar im Wind, der nie stille steht) – im Ayurveda VATA. Beim Reisen wird also VATA extrem angeregt (erhöht), und alle Eigenschaften von VATA machen sich, oft unangenehm durch das Übermaß, bemerkbar. Als Gegenmittel sollte man die Dinge verstärken, die im Gegensatz dazu stehen. (Beispiel PITTA: wenn uns warm wird, kühlen wir – ganz einfach.)

Von welchen Eigenschaften sprechen wir nun beim VATA? Die wichtigsten wären

kühl (Wind ist immer kühl) – als Ausgleich sollten wir auf Reisen warm genug angezogen sein (entsprechend den Temperaturen natürlich). Ratsam ist ebenfalls, un-

terwegs nichts Kaltes zu essen, auch keinen Salat. Eine warme Suppe wäre ideal, bei jedem Wetter. Warmer Tee ist super und auf jeden Fall besser als kalte Getränke.

Trocken (Wäsche trocknet schneller im Wind) – **leicht** (Wind hat fast kein Gewicht).

Deshalb sollten wir nichts Trockenes, Leichtes essen wie Kekse oder Knäckebrot. Ideal auch hier eine warme Suppe oder Tee. Trocken wird übrigens auch unser Darm, wenn er nicht mit genügend warmen und flüssigen Dingen versorgt wird. Wir merken das oft durch Verstopfung in den ersten Urlaubstagen.

Unstet (Wind ist immer in Bewegung) – diese Eigenschaft merken wir unangenehmerweise durch Unruhe im Kopf (Unkonzentriertheit, Vergesslichkeit, Schlafstörung) – man sagt ja auch “ich bin heute durch den Wind“. Ausgleichen können wir das durch regelmäßige Pausen oder (z.B. im Flugzeug) durch Ruhen. Fernsehen erhöht die Unruhe, da die Bilder sich bewegen und sich die Bild-Zeilen in rasender Geschwindigkeit aufbauen. Also auch bei Flugreisen weniger Fernsehen.

Als bewährtes Mittel bei langen Flugreisen hat sich auch das Hören

von ayurvedischer Heilmusik (Gandharva Veda) gezeigt. Diese Musik löst Stress, erzeugt Harmonie durch bestimmte Schwingungen und entspannt Geist und Körper.

Übelkeit kann durch diese Maßnahmen ebenfalls

vorgebeugt werden.

Es gibt im Ayurveda Dosha-Tees und Nahrungsergänzungen, die VATA-ausgleichende Maßnahmen noch unterstützen und verstärken. z. B. VATA-Tee und VATA-Balance.

In jedem Fall ist aber das richtige Verhalten die Basis von Harmonie und Vermeidung von Unwohlsein. Flugbegleiterinnen, die diesen Tipps auf Langstrecken gefolgt sind (sie haben statt Cracker eine schnelle heiße Suppe gegessen oder statt kalter Limo warmen Tee getrunken und statt dauernd miteinander in den Pausen zu sprechen öfter Gandharva Veda Musik gehört) berichteten mir von verblüffenden Erfolgen.

Testen Sie bei der nächsten Reise einmal einen Tipp – Sie werden begeistert sein, wie leicht und bequem sich unangenehme Nebenwirkungen vermeiden lassen.

Text: Jutta Reibel, Düsseldorf/Wassenberg
Telefon: 0163-3040308
www.jutta-reibel.de

Jutta Elisabeth Maria Reibel, ausgebildete Ayurveda Therapeutin und -Beraterin, arbeitet selbstständig als Ayurveda Coach. Sie bietet individuelle Beratung aus ayurvedischer Sicht zu allen Lebensfragen, verschiedene Seminare zur Vermittlung von ayurvedischem Wissen (Kochen, Pulsfühlen, Entschlacken) und Firmen-Coaching an. Örtlich ungebunden kann sie zu vielen Tagungsorten reisen und dort ihr Wissen weitergeben. Auch private Anleitung für eine ayurvedische Routine zu Hause (speziell nach einer Kur) kann erfragt werden.



Praxis für
Physiotherapie/Krankengymnastik

Holger Mekle

Klosterstraße 25
41189 Mönchengladbach

Tel.: 0 21 66 - 14 65 955
Fax: 0 21 66 - 14 65 956

Termine nach Vereinbarung

- Krankengymnastik
- Bobath für Erwachsene
- Hausbesuche
- Sportphysiotherapie
- Orthopädische Rückenschule
- Massage/Heißluft/Kältetherapie
- Brüggertherapie
- Dorn- u. Breusstherapie
- Fußreflexzonenmassage
- Atemtherapie
- Beckenbodengymnastik



Pflegereform: Mehr Leistungen für Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz ab 1.7.2008

Mit dem 1.7.2008 tritt die Pflegereform in Kraft. Für die Familien, die einen an Demenz erkrankten Menschen zu Hause pflegen und betreuen, sieht das Gesetz jetzt eine Reihe von Verbesserungen vor.

Bisher standen dem Versicherten nach dem Pflegeleistungsergänzungsgesetz jährlich 460 Euro pro Kalenderjahr für Betreuungsleistungen zur Verfügung. Diese Summe konnte nur ein Tropfen auf den heißen Stein darstellen und den pflegenden Angehörigen keine wirklich sinnvolle Entlastung ermöglichen. Deshalb stehen den Familien ab dem 1.7.2008 nun ein **Grundbetrag in Höhe von 100 Euro monatlich** oder ein **erhöhter Betrag in Höhe von 200 Euro monatlich** zur Verfügung, um qualitätsgesicherte Betreuungsleistungen einzukaufen.

Voraussetzungen

Beim Betroffenen besteht ein Hilfebedarf bei der Grundpflege sowie der hauswirtschaftlichen Versorgung und der Medizinische Dienst der Krankenversicherung muss bei dem Hilfebedürftigen eine erhebliche Einschränkung der Alltagskompetenz nach § 45 SGB XI feststellen.

Für die Bewertung, ob die Einschränkung der Alltagskompetenz auf Dauer erheblich ist, sind folgende Schädigungen und Fähigkeitsstörungen maßgebend:

1. unkontrolliertes Verlassen des Wohnbereiches (Weglauftendenz);
2. Verkennen oder Verursachen gefährdender Situationen;
3. unsachgemäßer Umgang mit gefährlichen Gegenständen oder potenziell gefährdenden Substanzen;
4. tötlich oder verbal aggressives

Verhalten in Verkennung der Situation;

5. im situativen Kontext inadäquates Verhalten;

6. Unfähigkeit, die eigenen körperlichen und seelischen Gefühle oder Bedürfnisse wahrzunehmen;

7. Unfähigkeit zu einer erforderlichen Kooperation bei therapeutischen oder schützenden Maßnahmen als Folge einer therapieresistenten Depression oder Angststörung;

8. Störungen der höheren Hirnfunktionen (Beeinträchtigungen des Gedächtnisses, herabgesetztes Urteilsvermögen), die zu Problemen bei der Bewältigung von sozialen Alltagsleistungen geführt haben;

9. Störung des Tag-/Nacht-Rhythmus;

10. Unfähigkeit, eigenständig den Tagesablauf zu planen und zu strukturieren;

11. Verkennen von Alltagssituationen und inadäquates Reagieren in Alltagssituationen;

12. ausgeprägtes labiles oder unkontrolliert emotionales Verhalten;

13. zeitlich überwiegend Niedergeschlagenheit, Verzagttheit, Hilflosigkeit oder Hoffnungslosigkeit aufgrund einer therapieresistenten Depression.

Stellt der MDK bei zwei der 13 Bereiche eine dauerhafte Fähigkeitsstörung fest und liegt dabei mindestens eine Einschränkung in den Bereichen 1 bis 9 vor, hat der Versicherte einen Anspruch auf den **Grundbetrag**.

Wird darüber hinaus eine dritte dauerhafte Fähigkeitsstörung festgestellt, die sich auf die Bereiche 1

bis 9 oder den Bereich 11 bezieht, liegt die Voraussetzung für die Zahlung des **erhöhten Betrags** vor.

Keine Pflegebedürftigkeit im Sinne der Pflegeversicherung erforderlich

Neu ist, dass nun auch Menschen einen Anspruch auf diese Betreuungsleistungen haben, wenn sie zwar Hilfe bei der Körperpflege und der Hauswirtschaft benötigen, diese aber von ihrem Umfang her noch nicht die Voraussetzungen für eine Pflegestufe I erfüllt. Es reicht ein Hilfebedarf von einer Minute am Tag aus.

Wie erhalte ich diese Leistungen?

Die Leistungen für erheblichen allgemeinen Betreuungsaufwand müssen bei der Pflegekasse beantragt werden.

Wenn Sie bereits in der Vergangenheit den jährlichen Betreuungsbeitrag von 460 Euro bezogen haben und nichts weiter tun, stellt die Pflegekasse automatisch die Leistungen nun auf 100 Euro pro Monat um (Grundbetrag). Sind Sie jedoch der Ansicht, die Voraussetzungen für den erhöhten Betrag zu erfüllen, dann müssen Sie diesen bei der Pflegekasse beantragen.

Wenn Sie bislang noch keine Leistungen zur Betreuung bezogen haben, aber glauben, die Voraussetzungen zu erfüllen, müssen Sie einen Antrag bei der Pflegekasse stellen. Dazu muss keine Pflegestufe vorzuliegen!

Die Pflegekasse prüft dann die Voraussetzungen entweder anhand eines bereits vorliegenden Gutachtens des MDK oder falls nicht vorhanden, durch die Beauftragung des MDK mit einem Hausbesuch.

Kostenerstattungsprinzip

Die Gelder für die Betreuung werden nicht, wie beispielsweise das Pflegegeld, automatisch überwiesen. Anders als bei dem Pflegegeld werden bei Betreuungsleistungen die Kosten ersetzt, d.h. Sie müssen die Rechnungen der Pflegekasse einreichen und bekommen diese erstattet. Wichtig zu wissen ist, dass die Pflegekassen nur die Kosten für qualitätsgesicherte Angebote ersetzen dürfen. Dazu gehören beispielsweise Leistungen der Tages- und Nachtpflege oder der Kurzzeitpflege. Auch die Kosten ambulanter Pflegedienste, sofern sie besondere Leistungen der allgemeinen Anleitung und Betreuung anbieten, sind erstattungsfähig. Darüber hinaus können die Kosten für die Wahrnehmung sogenannter niedrigschwelliger Angebote (z.B. Tagesmuttermodell) von den Pflegekassen erstattet werden. Ihre Pflegekasse kann Ihnen hierzu anerkannte Leistungsanbieter benennen.

Verfall

Nicht in Anspruch genommene Leistungen eines Kalenderjahres können in das erste Quartal des folgenden Jahres übertragen werden. Danach verfallen die Ansprüche. Ansprüche aus 2008 nach dem alten Gesetz können mit in das Jahr 2009 genommen werden.

Informationen im Internet

Seite des Bundesministeriums für Gesundheit: www.bmg.bund.de
Seite der Landesinitiative Demenz-Service NRW: www.demenz-service-nrw.de/

Autorin und Kontakt: Heike Jurgschat-Geer
Jurgschat-Geer – Beratung im Gesundheitswesen
Mathildenstr. 68
41239 Mönchengladbach
www.jurgschat-geer.de

E-Mail: beratung@jurgschat-geer.de

Nichtrauchen ist der wirksamste Schutz vor Herzinfarkt

Nichts hilft besser, sich vor einem – oft tödlichen – Herzinfarkt zu schützen als Nichtrauchen und eine rauchfreie Umgebung. Dabei können auch Menschen, die bisher zur Zigarette griffen und sich für einen dauerhaften Rauchstopp entscheiden, ihr Infarkt- und Sterberisiko drastisch reduzieren.

Von allen Risikofaktoren für Gefäßerkrankungen und Herzinfarkt hat Rauchen die größte Bedeutung und ist damit noch gefährlicher als Bluthochdruck, Diabetes mellitus, Fettstoffwechselstörungen und Übergewicht. „Gleichzeitig verkürzt jede bis zum 60. Lebensjahr gerauchte Zigarette das Leben um eine halbe Stunde, und kontinuierliche Raucher sterben im Durchschnitt zehn bis 15 Jahre früher als Nichtraucher“, warnt Prof. Dr. med. Helmut Gohlke, Chefarzt im Herz-Zentrum Bad Krozingen und Vorstandsmitglied der Deutschen Herzstiftung. Dennoch, so der Kardiologe, können selbst langjährige Raucher ihre Lebenserwartung wieder deutlich verlängern und ihre Lebensqualität verbessern, wenn sie das Rauchen aufgeben.

Rauchstopp mit 40 – und neun Jahre länger leben

So sinkt das Risiko, am Herzinfarkt zu sterben, neuesten Studienergebnissen zufolge bereits fünf Jahre nach dem Rauchstopp auf fast die Hälfte. Bis das allgemeine Sterberisiko eines Ex-Rauchers auf das eines Nie-Rauchers zurückgegangen ist, dauert es allerdings zwei Jahrzehnte. Nikotinverzicht ab dem Alter von 60 Jahren verlängert statistisch gesehen das Leben um drei Jahre, ab einem Alter von 50 sind

es sechs und ab 40 sogar neun Lebensjahre.

Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Herzinfarkt und Schlaganfall sind häufig jedoch auch die Folge von Passivrauchen: Denn dadurch erhöht sich das Risiko von Nichtrauchern für diese Blutgefäßleiden Schätzungen zufolge um etwa 25 Prozent. „Schockierend ist, dass bereits bei Kindern, bei denen zu Hause geraucht wird, akute Gefäßschädigungen auftreten, die den Vorstufen einer späteren Gefäßerkrankung entsprechen“, erklärt Prof. Gohlke mit Verweis auf aktuelle Studienergebnisse. Andere Untersuchungen bei Erwachsenen konnten zeigen, dass schon 30-minütiges Passivrauchen die Funktion gesunder Blutgefäße etwa 24 Stunden lang negativ beeinträchtigt.

Dass Rauchverbote in der Öffentlichkeit wirksam, schnell und kostengünstig zur Verminderung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen beitragen, zeigen die Erfahrungen aus anderen Ländern wie Italien, Irland oder den USA. So sank in Italien die Zahl akuter Herzinfarkte bereits ein Jahr nach Einführung eines allgemeinen Rauchverbots um rund zehn Prozent. „Über Rauchverbote hinaus“, so Prof. Gohlke, „ist es ganz besonders wichtig, mittels Aufklärung Kinder und Jugendliche vor dem passiven Rauchen zu schützen und Raucherkarrieren gar nicht erst entstehen zu lassen. Eine Vorbildfunktion haben dabei vor allem erwachsene Nichtraucher, aber auch Erwachsene, die sich das Rauchen erfolgreich abgewöhnt haben.“

Quelle: Deutsche Herzstiftung e.V.

Ab dem 1. Juli kostenlose Untersuchung für alle ab 35 Jahren

Berlin (ek) – Am 1. Juli 2008 startet das Angebot einer neuen Krebs-Früherkennungsuntersuchung: Alle gesetzlich Versicherten ab dem Alter von 35 Jahren haben dann alle zwei Jahre Anspruch auf eine qualitätsgesicherte Hautkrebs-Untersuchung. „Die Einführung dieses Screenings ist eine große Chance im Kampf gegen den Hautkrebs“, betonte Professor Dr. Dagmar Schipanski, Präsidentin der Deutschen Krebshilfe. In Deutschland befinden sich derzeit mindestens 870.000 Hautkrebs-Patienten in medizinischer Behandlung. Seit 1980 hat sich die jährliche Neuerkrankungsrate annähernd versechsfacht. Die Ursache: Ein geändertes Freizeitverhalten mit Sonnenurlaube rund um das Jahr sowie häufige Solarienbesuche. „Bisher hatte keine Generation ein so hohes Hautkrebsrisiko wie die der heute 35-Jährigen“, erklärte Professor Dr. Eckhard Breitbart, zweiter Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft Dermatologische Prävention (ADP).

Der Gemeinsame Bundesausschuss hat zum 1. Juli 2008 die Einführung eines bundesweiten qualitätsgesicherten Hautkrebs-Screenings für gesetzlich Versicherte ab 35 Jahren beschlossen. Deutschland führt damit weltweit als erstes Land eine flächendeckend organisierte, standardisierte Hautkrebs-Früherkennung ein. Rund 45 Millionen Versicherte (24 Millionen Frauen und 21 Millionen Männer) haben künf-

tig alle zwei Jahre ein Anrecht auf die Untersuchung. Diese wird als „standardisierte visuelle Ganzkörperuntersuchung“ durchgeführt: „Der Arzt schaut dabei mit dem bloßen Auge, ohne Hilfsmittel, die ganze Haut vom Scheitel bis zu den Fußsohlen an“, erklärte Breitbart. Außerdem klärt der untersuchende Arzt den Patienten über die Möglichkeit der Nutzung von weiteren Krebs-Früherkennungsuntersuchungen auf.

Die Untersuchung auf Hautkrebs wird von speziell geschulten Haus- und Hautärzten durchgeführt. „Bisher haben sich rund 10.000 der 45.000 Hausärzte für das Hautkrebs-Screening qualifiziert“, so Dr. Dietmar Sturm, Vorsitzender des Instituts für hausärztliche Fortbildung (IhF) im Deutschen Hausärzterverband e. V., bei einer Pressekonferenz heute, am 19. Juni 2008, in Berlin. Die Fortbildung läuft auf Hochtouren: „Bis zum Ende des Jahres sollen 60 Prozent der berechtigten Ärzte für das Screening fortgebildet werden. So kann zeitnah ein wohnortnahes Angebot gesichert werden.“

Eine bevölkerungsbezogene Umfrage, deren Ergebnisse im Rahmen der Pressekonferenz veröffentlicht wurden, hat gezeigt, dass die Menschen sich mehr Aufklärung über Hautkrebs und die Früherkennung wünschen: „Rund 40 Prozent der Befragten hatten schon vom Hautkrebs-Screening gehört, 30 Prozent

zent erwarten ausdrücklich eine ausführliche Beratung durch ihren Arzt“. Hier besteht also noch ein hoher Nachholbedarf von Seiten der Ärzte, denn gerade bei Vorbeugung und Früherkennung fehlt es oft an ausreichender Ansprache der Versicherten.

Information und Aufklärung sind wichtig, um die Aufmerksamkeit der Bürgerinnen und Bürger zu erhöhen. Denn früh erkannt, ist Hautkrebs fast zu 100 Prozent heilbar. Die neue Internetseite www.hautkrebs-screening.de enthält umfassende Informationen zu allen Fragen rund um das Screening. Zum Thema Hautkrebs-Prävention und -Früherkennung halten die Deutsche Krebshilfe und die ADP darüber hinaus weiteres kostenloses Informationsmaterial bereit. Ratgeber, Präventionsfaltblätter und Plakate können kostenlos bestellt werden bei: Deutsche Krebshilfe, Postfach 1467, 53004 Bonn, oder im Internet unter www.krebshilfe.de heruntergeladen werden.

Hautkrebs

Jedes Jahr erkranken in Deutschland rund 140.000 Menschen neu an Hautkrebs, mindestens 22.000 davon am besonders gefährlichen Malignen Melanom, dem so genannten schwarzen Hautkrebs. Dieser führt bei 3.000 Betroffenen jährlich zum Tode. Die sehr viel häufigeren „weißen“ Hautkrebserkrankungen, wie das Basalzellkarzinom und das spinözelluläre Karzinom, bilden hingegen fast nie Metastasen und sind somit heilbar. Außer dem Leid der Betroffenen verursachen die steigenden Erkrankungszahlen des Hautkrebses auch hohe Kosten im Gesundheitssystem.

Quelle: Deutsche Krebshilfe e. V.

	
<p>      </p>	<p> RING APOTHEKE Kostenloser Bestellservice 08 00 - 423 00 00 durchgehend geöffnet! </p>

sind von ihrem Arzt auf Präventionsleistungen angesprochen worden“, so Breitbart. „Aber mehr als 75 Pro-

Modernes Wundmanagement – sinnvoll und notwendig

Angesichts der hohen Anzahl Betroffener gewinnt die Versorgung bzw. Heilung chronischer Wunden im Gesundheitswesen zunehmend an Bedeutung. Aufgrund der allgemeinen wirtschaftlichen Situation tragen auch die mittlerweile erheblichen Behandlungskosten dazu bei. Darüber hinaus darf im Bereich der Wundversorgung auch die Behandlung postoperativer Wunden nicht außer Acht gelassen werden. Die pflegerische Versorgung, insbesondere im ambulanten Bereich, steht dabei hier im Vordergrund.

Konzepte, die über die alleinige Wundbehandlung hinausgehen sind vonnöten und existieren auch bereits in der Praxis. Das sogenannte ‚Wundmanagement‘ in der ambulanten Pflege bezieht alle wichtigen Faktoren, die die Wundversorgung der Patienten betreffen, mit ein. Es ist ein gutes Beispiel für die kontinuierliche Verbesserung pflegerischer Wundversorgung bei chronisch sowie akut kranken Menschen.

Wer ist betroffen?

Allein in Deutschland sind ca. 4,5 Millionen Menschen betroffen. 1,2 Millionen von ihnen leiden, verursacht durch Venenschwäche, unter einem ‚Ulcus cruris‘, besser bekannt als „offenes Bein“.

Ein weiteres häufig auftretendes Krankheitsbild in der Wundbehandlung ist der sog. ‚diabetische Fuß‘, der bei ca. 7 Prozent aller Diabetiker entsteht. Von Diabetes sind in Deutschland etwa 4 Millionen Menschen betroffen.

Die Behandlungskosten für chronische Wunden liegen jährlich bei etwa 4,5 Milliarden Euro. Hinzu kommt noch die Gruppe der Patienten mit postoperativen Wun-

den bzw. daraus entstandener Komplikationen.

Welche sind die Hauptursachen?

20 Prozent aller Erwachsenen leiden unter Krampfadern. Diese entstehen als Folge schwacher Venenklappen. Diese Schwäche kann angeboren oder auch erworben sein. Durch die schwachen Venenklappen kommt es zu einem dauerhaft erhöhten Druck in den äußeren Beinvenen. Die Venen weiten und schlängeln sich und werden deutlich sichtbar. Von den Menschen, die unter Krampfadern leiden, bekommen etwa 3 Prozent ein Ulcus cruris („offenes Bein“).

Bei Diabetes mellitus leidet der Körper unter der Verschlechterung der Stoffwechselqualität. Auf lange Sicht schädigt ein zu hoher Blutzuckerspiegel die Nerven und alle Blutgefäße des Körpers. Das Krankheitsbild des diabetischen Fußes ist eines der Folgeprobleme, die sich bei langjährigem Diabetes mellitus entwickeln können. Er entsteht häufig aufgrund einer ‚diabetischen Neuropathie‘, was bedeutet, dass eine Schädigung der peripheren Nerven in Armen und Beinen entstanden ist. Oder bzw. und wird verursacht durch die sog. ‚periphere arterielle Verschlusskrankheit‘ (pAVK), wobei Beine und Füße nicht mehr ausreichend durchblutet werden. Die Folge ist nicht selten eine Amputation.

Postoperative Wundkomplikationen können entstehen, wenn die Heilung nach einer Operation nicht optimal verläuft, das heißt, durch innere oder äußere Einflüsse beeinträchtigt wird. Ein äußerer Einfluss wäre beispielsweise die Infektion einer Wunde durch Bakterien. Ein innerer Einfluss wäre beispielsweise

eine bestehende Durchblutungsstörung des Gewebes. Doch auch bei normalem Verlauf ist eine professionelle Versorgung der postoperativen Wunde bis zur letztendlichen Abheilung notwendig.

Was beinhaltet ambulantes Wundmanagement?

Ein gutes Beispiel für ein funktionierendes Wund-Management bietet pflege plus®. Renate Riemer-Vernon, Pflegedienstleiterin und Cathrin Rosenbauer, examinierte Krankenschwester und Teamleiterin, sind hier für das Wund-Management zuständig und beschreiben ihre Aufgaben folgendermaßen: Wichtig ist eine frühzeitige Einschätzung des Krankheitsbildes, vorzugsweise noch während der stationären Behandlung im Krankenhaus. Als zweiten Schritt bezieht man die dort behandelnden Ärzte in die weitere Planung mit ein. Dritter Schritt ist der Kontakt zum ‚Wundmanager‘ des beauftragten Sanitätshauses. Im vierten Schritt finden die Entlassung des Patienten und der Kontakt zum behandelnden Hausarzt statt. Die Begutachtung des Patienten zu Hause durch den Pflegedienst stellt den fünften Schritt in der Abfolge des Wundmanagements dar.

Die MitarbeiterInnen des Pflegedienstes nehmen außerdem regelmäßig an Fortbildungen teil und informieren sich zu aktuellen Entwicklungen bezüglich der Wundversorgungsmittel. Natürlich unterstützen sie Ärzte und Patienten konstruktiv durch die Weitergabe entsprechender Informationen über Neuerungen. Sie leisten eine kontinuierliche Versorgung des Patienten und bieten ihm Stabilität durch gleichbleibendes Personal. Auch

werden die Kosten durch die Möglichkeiten ambulanter Versorgung gesenkt. All dies sind Bestandteile eines optimalen Wundmanagements, in dessen Vordergrund jedoch immer die Verbesserung der Situation des Patienten steht.

Wichtigste Faktoren eines effektiven Wund-Managements sind also der Patient, die Zusammenarbeit aller an der Behandlung des Patienten Beteiligten, ein offener Informationsaustausch sowie eine Personalstruktur, die die notwendige Stabilität sowie die Einhaltung aller Qualitätskriterien mit einbezieht, wie es beim Pflegedienst pflege plus® der Fall ist.

Zwei Jahre Seelsorge bei pflege plus®

Patienten benötigen mehr als Krankenpflege. Im täglichen Umgang mit ihnen erkennen die Schwestern und Pfleger sehr wohl, wo Beistand erforderlich ist, der über die alleinige Pflege hinausgeht. Diesen können sie aber nur äußerst begrenzt geben, da in einem zeitlich engen Rahmen ein Maximum an Leistung erbracht werden muss. Die offiziellen Vergütungsvereinbarungen im aktuellen Leistungskatalog berücksichtigen Dinge wie seelischen Beistand, Ansprache und Trost nicht, im Gegenteil, die dortigen Reglementierungen schaffen äußerst enge Zeitfenster, innerhalb derer die Versorgung zu leisten ist.

Daher ist bereits seit zwei Jahren André Kleinen, neben seiner hauptberuflichen Tätigkeit als Diakon im Pfarrverband Niedererft, Ansprechpartner für Patienten und Angehörige

des Pflegedienstes pflege plus®. Der sympathische Familienvater hat mittlerweile so seine ganz eigene Ansicht zum Thema und sagt: „Die Kirche hat es bisher versäumt, im Bereich der privaten Pflege die Menschen zu erreichen. Ich nutze diese Möglichkeit und habe dabei sehr viele neue Erfahrungen sammeln können.“

André Kleinen nimmt einmal in der Woche an den Teamsitzungen teil, um dort von den Teamleitern und Pflegekräften den aktuellen Gesprächsbedarf zu erfahren. Er vereinbart anschließend mit den Patienten und Angehörigen einen ersten persönlichen Gesprächstermin. Diese können oft gar nicht glauben, dass sie diese Zusatzleistung nichts kostet. Denn in der Tat trägt der Pflegedienst pflege plus® dieses Angebot für seine Patienten.

Wenn der Körper leidet, leidet auch die Seele. Pflegebedürftigkeit, nachlassende körperliche oder geistige Kräfte, Gebrechlichkeit – all dies zu erleben oder als Angehöriger beobachten zu müssen, ist seelisch schwer belastend. Oft wird die Pflege des Angehörigen zum bestimmenden Faktor des Alltags.

Darum ist für André Kleinen auch die Entlastung der Angehörigen ein wichtiges Thema. Er ist für ihre Sorgen und Nöte da, hilft ihnen aber auch mit Gesprächen, die er mit ihnen und den Patienten führt. Aufgefallen ist ihm während seiner Arbeit, dass für viele Pflegebedürftige der Fernseher einen Ersatz für eigenes Erleben darstellt. Sie leben in einer reduzierten Realität, in der echter Kontakt zur Außenwelt fehlt. Besuche erhalten, Neues erleben, gibt es für viele Pflegebedürftige nicht mehr.

André Kleinen sagt dazu: „Pflege hat mit Leid, Bedrückung und Ein-

schränkung zu tun. Indem ich einfach da bin, zuhöre und Anteil nehme, wird den Angehörigen und Patienten bereits viel Druck genommen.“ Er ist darüber hinaus seinerseits dankbar für die Erfahrungen, die er während der bisherigen beiden Jahre seiner Tätigkeit für pflege plus® machen konnte. Im Rahmen seiner üblichen Aufgaben als Diakon ist er ebenfalls für seine Mitmenschen da, schließlich lebt er mitten unter ihnen als Mitglied einer der fünf Gemeinden, für die er zuständig ist. Doch Seelsorge ausschließlich für Kranke und ihre Angehörigen zu leisten, hat für ihn eine darüber hinaus gehende Bedeutung, „als tiefer gehende Seelsorge“, formuliert es André Kleinen. Er erklärt weiter: „man wird beispielsweise damit konfrontiert, dass Menschen am Ende ihres Lebens dessen Sinn hinterfragen. Sie erzählen mir ihre Geschichte, echte Beziehungen entstehen und ich bin immer wieder aufs Neue fasziniert von der Vielschichtigkeit des Lebens, auch wenn dies manchmal im Rahmen von Sterbebegleitung geschieht.“

André Kleinen leistet menschlichen und seelsorgerischen Beistand, ohne diesen jemandem aufdrängen zu wollen. Besonders wichtig ist ihm, dass das Angebot für Patienten und Angehörige – unabhängig von ihrer Konfession, Weltanschauung und Nationalität – gilt. Im Vordergrund steht, dass Patienten und Angehörige mit ihren seelischen Nöten nicht allein gelassen werden. Verständnis, Nähe und offene Gespräche bewirken dabei ungemein viel.

Der Erfolg und die Erfahrungswerte der ersten Jahre beweisen eindringlich, dass pflege plus® auch hier richtungsweisend tätig ist.

Fußballstar Schweinsteiger gibt Tipps zum sicheren Chatten

Polizei, Deutsche Telekom AG und FSM setzen Internetkampagne „Kinder sicher im Netz“ fort

In seinem neuen Videospot unter www.kinder-sicher-im-netz.de und www.kids.t-online.de informiert der Nationalspieler Eltern und Kinder Stuttgart/Bonn. Die Polizeiliche Kriminalprävention, die Deutsche Telekom und der Verband freiwillige Selbstkontrolle Multimedia (FSM) setzen ihre erfolgreiche Initiative „Kinder sicher im Netz“ fort. Unterstützt werden sie hierbei von Bastian Schweinsteiger. In einem Videospot gibt der Fußball-Nationalspieler Tipps zum sicheren Chatten im Internet. Abrufbar ist der Spot unter www.kinder-sicher-im-netz.de und www.kids.t-online.de. Die gemeinsame Initiative gibt Eltern zudem wichtige Hinweise zum Umgang mit problematischen Inhalten im Internet. Ihr neues Wissen können sie auch in einem speziellen Eltern-Trainer testen. Ziel der Initiative ist die Förderung der Medienkompetenz von Kindern und Eltern.

Immer mehr Kinder nutzen den Computer und auch das Internet. Rund 81 Prozent der Kinder zwischen sechs und 13 Jahren haben bereits Erfahrung mit dem Computer gesammelt. Über die Hälfte ist mehr oder weniger regelmäßig online. Bereits ein Drittel der Kinder, die das Internet nutzen, hat Chat-Erfahrung, so die Ergebnisse der KIM-Studie des Forschungsverbunds Südwest aus dem Jahr 2006.

„Für Kinder und Jugendliche bietet das Chatten im Internet besondere Anreize. Sehr häufig unterschätzen sie jedoch die damit verbundenen Gefahren. Gerade im Umgang mit ihren persönlichen Daten sind viele der jungen Chatter oft zu unbedarft und geben beispielsweise Name, Adresse und Alter preis“, so Erwin



Hetger, Vorsitzender der Projektleitung Polizeiliche Kriminalprävention und Landespolizeipräsident von Baden-Württemberg. „Damit spielen sie persönliche Daten in die Hände von Personen, die sich in Chat-Räume einloggen, um sich dort anonym ihre Opfer zu suchen – wie zum Beispiel Pädokriminelle.“ Die sexuelle Belästigung - insbesondere von jungen Mädchen - stellt ein großes Problem dar, so die Erfahrung der Polizei. Überaus riskant ist es für Minderjährige, wenn sie sich mit älteren männlichen Chat-Partnern im realen Leben treffen. Gerade deshalb setzt die Initiative in ihrem ersten „Aufklärungsspot“ auf genau diese Zielgruppe.

Viele Eltern wissen oft nicht, wann, wie und wo sich ihre Kinder im Internet tummeln. „Umso wichtiger ist es daher, dass die Kinder und Eltern darüber aufgeklärt werden, wie man sich sicher und trotzdem mit Spaß im Internet bewegt“, so Hetger. Mit dem neuen Spot wollen die Polizeiliche Kriminalprävention und die Deutsche Telekom Kinder und Eltern für die Gefahren beim Chatten sensibilisieren. Bastian Schweinsteiger gibt hierzu wichtige Sicherheitstipps:

- Chatte am Anfang nicht allein. Such' einen Chat, bei dem jemand aufpasst.
- Gehe nicht in Chats für Erwachsene, weil da oft unangenehme Sachen geschrieben werden.
- Gib' nicht Namen und Adresse heraus. Ein Spitzname, der nichts über dich verrät, ist enorm wichtig.
- Triff dich nicht mit den Leuten aus dem Chat und schicke ihnen keine Bilder.
- Bleib' immer misstrauisch. Beende den Chat bei komischen Fragen.

Für die Deutsche Telekom ist die Initiative ein wichtiger Beitrag zur Steigerung der Kompetenz von Kindern und Jugendlichen im Umgang mit dem Internet. Hier setzt man auf positive, aber auch altersgerechte Angebote und vor allem auf eine starke Medienkompetenz. So bietet die Deutsche Telekom unter www.kids.t-online.de ein eigenes Kinderangebot und engagiert sich zusätzlich mit anderen Unternehmen im Rahmen der Initiative „Ein Netz für Kinder“ für einen sicheren Surfraum für Kinder. Mit Hilfe der kostenlosen Kinderschutz-Software haben Eltern außerdem die Möglichkeit, ihre Kinder im Internet zuverlässig zu schützen.

Mit dem Spot ergänzt die Polizei ihr bisheriges Angebot zum Thema Medienkompetenz: Das neue „Hallo-Heft“ von Polizei und dem Deutschen Sparkassen-Verlag mit dem Titel „Erst denken, dann klicken!“ erklärt in kindgerechter Sprache spielerisch die wichtigsten Regeln zum Surfen im Internet. Eltern können mit dem Eltern-Trainer unter www.kinder-sicher-im-netz.de testen, ob sie fit fürs Netz sind oder ob sie bei speziellen Themen noch Informationsbedarf haben. Diese Informationen können sie in der Eltern-Broschüre „Klicks-Momente“ nachlesen. Darüber hinaus ist im Mai dieses Jahres die Herausgabe einer Handreichung für Lehrkräfte und Fachkräfte in der außerschulischen Jugendarbeit zu den Chancen und Risiken der neuen Medien geplant. Alle Medien sind kostenlos bei jeder Polizeidienststelle erhältlich und können im Internet unter www.polizei-beratung.de heruntergeladen werden.

Quelle/Foto: ProPK Polizeiliche Kriminalprävention der Länder und des Bundes

Mit Ginkgo erfolgreich gegen Durchblutungsstörungen

*Dieses Baumes
Blatt, der von
Osten*

*Meinem Gar-
ten anvertraut,
Gibt geheimen
Sinn zu kosten,
Wie's den Wis-
senden erbaut,
Ist es Ein leben-
dig Wesen,*

Das sich in sich selbst getrennt?

Sind es zwei, die sich erlesen,

Dass man sie als Eines kennt?

Solche Fragen zu erwidern,

Fand ich wohl den rechten Sinn,

Fühlst du nicht an meinen Liedern,

Dass ich Eins und doppelt bin?

schrieb der 66 Jahre alte Goethe 1815 an seine späte Liebe Marianne von Willemer und legte (wie man heute noch im Düsseldorfer Goethe Museum sehen kann) zwei Ginkgo-Blätter als Zeichen der Freundschaft bei.

Auch heute kann man den bis zu 40 m hoch werdenden Baum, dessen Name sich ursprünglich aus dem chinesischen Yin Xing (= Silberprikose) herleitet, an vielen Stellen wie im Mönchengladbacher Bunten Garten bewundern.

Ginkgopflanzen existieren schon seit 290 Millionen Jahren. Der aus China kommende heute noch existierende Ginkgo bilabo ist das älteste lebende Fossil der Pflanzenwelt, da alle verwandten Arten ausgestorben sind. Hauptgrund für seine große Bedeutung in der chinesischen Philosophie und Kultur liegt an seiner fächerformartigen, zweigeteilten Blattform, die schon früh mit Yin (Sanftheit und Weichheit) und Yang (Aktivität und Lebenskraft) in Verbindung gebracht wurde. Da der schädlingsresistente Baum bis



zu 1000 (einige Berichte gehen sogar bis 4000) Jahre alt werden kann, wird der Ginkgo als Kraft spendend und lebensverlängernd verehrt. Er überlebte den Atomangriff auf Hiroshima und Nagasaki, war dort der erste Baum, der wieder ausschlug, und gilt wegen dieser unvergleichlichen Lebenskraft auch als Hofungsträger.

Und aktivitätsfördernd sind die Ginkgoblätter tatsächlich, wie wir heute aus zahlreichen Studien wissen. So verbessert sich die Gehstrecke bei Arterieller Verschlusskrankheit (AVK), auch Schaufensterkrankheit genannt. Die durchblutungsfördernde Wirkung auch bei Tinnitus, Hörsturz und Schwindel werden insbesondere der Blockade der Thrombozytenaggregation (Hemmung der Verklumpung der Blutplättchen) durch PAF (Platelet Activating Factor) zugeschrieben. In mit 500 Patienten durchgeführten Studien konnte signifikant eine Verbesserung gegenüber Placebo bei Patienten mit leichter und mittelschwerer Demenz, der Alzheimer-Krankheit und der Demenz aufgrund von Durchblutungsstörungen nachgewiesen werden. Hierfür entscheidend ist wohl die Hemmung der Acetylcholinesterase im Hippocampus („Tor des Bewusstseins“) des Gehirns, unterstützt durch nervenschützende Mechanismen (Neuroprotection) durch Bilobalid. Aufgrund der guten Datenlage ist bei Demenz auch eine Verordnung bei gesetzlich Versicherten auf Kassenrezept möglich. Vergleichs-



studien mit den wesentlich teureren schulmedizinischen Demenzpräparaten stehen bisher noch aus. Viele meiner Patienten (auch ohne Demenz) berichten über eine deutliche Verbesserung ihrer Vergesslichkeit und Merkfähigkeit.

An Nebenwirkungen können, in nur seltenen Fällen, leichte Magen-Darm-Beschwerden, Kopfschmerzen und allergische Hautreaktionen auftreten. Auf keinen Fall sollte Ginkgo, wegen erhöhter Blutungsgefahr, zusammen mit anderen durchblutungsfördernden Stoffen wie Acetylsalicylsäure (ASS) eingenommen werden. Insbesondere vor chirurgischen und zahnärztlichen Eingriffen und vor der ersten Einnahme des Ginkgoextraktes sollte jeder Patient mit seinem naturheilkundigen Arzt Rücksprache nehmen.

Dr. med. Dietmar Katholnigg
Facharzt für Innere Medizin
Arzt für Naturheilverfahren
-Hausarzt-
Dahlener Straße 131 – 133
41239 Mönchengladbach
Tel.: 02166-934094
www.doctip.de/katholnigg



BEERDIGUNGSINSTITUT
RENNERS
G. HACKEN

Hans-Gerd Hacken
Geschäftsführer

Erd-, Feuer- und Urnensebestattungen · Überführungen von und zu jedem Ort
Bestattungsvorsorge · Beratung · Hausbesuche · Eigener Abschiedsraum
Erledigung sämtlicher Formalitäten · Tag und Nacht dienstbereit

Dammer Straße 123 · 41066 Mönchengladbach
Telefon 02161 - 66 28 24 und 661410 · Telefax 02161 - 66 5412
www.bestattungen-renners.de · info@bestattungen-renners.de



Polizei: 110

Feuerwehr: 112

Bitte machen Sie folgende Angaben

Wer ruft an?

Nennen Sie Ihren Namen und die Telefonnummer, unter der Sie erreichbar sind

Wo ist der Einsatzort?

Nennen Sie die Adresse und die Besonderheiten bei der Zufahrt

Was ist passiert?

Beschreiben Sie mit kurzen Worten, was passiert ist

Wie viele Verletzte?

Nennen Sie die Anzahl der Verletzten

Welcher Art sind die Verletzungen?

Nennen Sie die Art der Verletzungen

Warten auf Rückfragen! - Nicht auflegen!

Erst wenn keine Fragen mehr offen sind, beendet die Feuerwehr das Gespräch

Notruf unterwegs:

Handy
in allen Mobilfunknetzen 112, ohne Vorwahl!

auch ohne gültige Karte und ohne PIN-Nummer

Telefonzelle
112, auch ohne Telefonkarte oder Geld

**Giftnotruf Nordrhein-Westfalen
02 28 / 1 92 40**

Bitte machen Sie folgende Angaben

Wer ruft an?

Nennen Sie Ihren Namen und die Telefonnummer, unter der Sie erreichbar sind

Wem ist es passiert?

Nennen Sie Alter und Gewicht des Betroffenen

Was wurde eingenommen?

Geben Sie an, was eingenommen wurde: Medikament? Pflanze? Haushaltsmittel? Drogen?

Wie viel wurde eingenommen?

Geben Sie an, welche Menge eingenommen wurde

Wann ist es passiert?

Sagen Sie, wann sich der Vorfall ereignet hat

Wie wurde es eingenommen?

Sagen Sie, ob die Substanz getrunken/ gegessen oder eingeatmet wurde, bestand Hautkontakt?

Wie geht es dem Betroffenen jetzt?

Beschreiben Sie den Zustand des Betroffenen: Ist er bewusstlos? Welche anderen Symptome?

Wo ist es passiert?

Sagen Sie, wo sich der Vorfall ereignet hat

Was wurde bereits unternommen?

Geben Sie an, welche Maßnahmen Sie bereits vorgenommen haben

Warten auf Rückfragen! - Nicht auflegen!

Erst wenn keine Fragen mehr offen sind, beendet der Giftnotruf das Gespräch.

Wichtig:

Bewahren Sie die giftige Substanz, Pflanze oder Verpackung auf.

Sollten Sie den Rat bekommen, eine Klinik aufzusuchen, bringen Sie alles in die Klinik mit.

**Telefonseelsorge
08 00/ 11 10 11 1
08 00/ 11 10 22 2**

**Ärztlicher Notdienst
01805 / 044100**

**Zahnärztlicher Notdienst -MG-
0 21 61 1 00 98**

**Tierärztlicher Notdienst -MG-
0 21 61 52 00 3**

**Rufnummern der
pflege plus® GmbH
Zentrale:
0 21 66 13 09 80**

**Pflegebereitschaft
der pflege plus®
Notrufnummer
01 77 8 18 00 11**



Unsere Pflege - Ihr Plus

pflege plus®
Pflegedienst und mehr...
Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Beratungsstellen:

Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Gasstr. 14
41751 Viersen - Dülken
Telefon: 02162 / 571844

TEXTDOC 02163-576733

Kompetente Hilfe bei
PC-Problemen
0174-3738157