

Kurz InFormiert

- * **Gesundheit muss für alle bezahlbar sein**
- * **Spezial: Pollenallergie**

Wissenswertes

- * **Wildkatze kehrt zurück**
- * **Es war einmal ein heidnisches Fest ...**
- * **Ambulante Pflege im Überblick aktuell**





Reha-Technik · Pflegetechnik · Medizintechnik

Mit der Vielfalt der Hilfsmittelversorgung verbessern wir Lebensqualität und sorgen für ein barrierefreies wie selbst bestimmtes Leben. Bei der Erledigung der Formalitäten sind wir gerne behilflich. Rufen Sie uns an oder besuchen Sie uns.



reha team West
Wir bringen Hilfen

Sandradstraße 14 · 41061 Mönchengladbach

**Außerdem in Krefeld, Kempen, Jüchen,
Grevenbroich, Düsseldorf und Duisburg**

Zentralruf 0800/009 14 20 · www.rtwest.de

Herausgeber: pflege plus Telefon: 02166 / 130980
Redaktion, Layout, Grafik: pflege plus® GmbH Dahlener Straße 119 - 125 41239 Mönchengladbach & TEXTDOC Inh. B. Stuckenberg Telefon: 02156 - 9152464 Fax: 02156 - 9152462 Mail: redaktion@text-doc.com
Verantwortlich für den Inhalt: Birgitt Stuckenberg
Erscheinungsweise: 4 x jährlich
Herstellung / Druck: pflege plus® auf Canon IR advance
Auflage: 4000
Erscheinungsgebiet: Mönchengladbach, Viersen, Korschenbroich
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	
* VdK: Gesundheit muss für alle bezahlbar sein	5
* Ärztliche Fehler – mehr als 2.300 Verdachtsfälle bei der TK 2015	
* Sport bei Erkältung: Trainieren oder pausieren?	6
* Spezial: Heuschnupfen Info	7
* 2015 mehr als 8400 Verdachtsfälle von Arzneimittelrisiken	
Wissenswertes	
* BUND: Wildkatze kehrt nach Nordsachsen zurück	8
* Es war einmal ein heidnisches Fest ...	9
Pflegefibel	
* Ambulante Pflege im Überblick 2016	13
© pflege plus®	
Titelfoto:	
Rolf Handke / pixelio.de	



Liebe Leserinnen und Leser,

willkommen zur neuen Ausgabe der *InForm*. Besonders Rentnerinnen und Rentner, chronisch Kranke und Menschen mit Behinderung sind von den immer weiter steigenden Gesundheitskosten betroffen. Aktuell kündigen große Krankenkassen wie die AOK und die TK an, ab 2016 die Zusatzbeiträge für ihre Versicherten weiter zu erhöhen. Die anderen Kassen werden folgen. Vorschläge zur Senkung der Krankengeldkosten lehnt der VdK ab und empfiehlt stattdessen den Ausbau von Prävention und Rehabilitation sowie ausreichend Therapieplätze für psychisch Erkrankte einzurichten.

Wussten Sie, dass statistisch gesehen, jeder Erwachsene zwei bis drei Jahre seines Lebens erkältet ist? Bei deutlichen Symptomen wie Fieber, Gliederschmerzen oder einem erhöhten Ruhepuls sollten auch Sportler eine Trainingspause einlegen und sich Zeit zur Erholung nehmen. Wie schwerwiegend eine Erkältung ist, muss jeder für sich entscheiden, denn Bewegung ist nicht nur schädlich, sondern kann auch zur Stärkung beitragen. Ein gemütlicher Spaziergang an der

frischen Luft kann den Körper in der Abwehr von Krankheitserregern durchaus unterstützen.

Nicht nur Erkältungen machen uns Menschen zu schaffen, der Winter geht, das Frühjahr kommt – alle Jahre wieder ein Thema: Allergie, Heuschnupfen, Asthma. Etwa 25 Millionen Menschen in Deutschland und somit fast ein Drittel der Bevölkerung leiden unter Allergien. Nahezu die Hälfte der Betroffenen leidet unter einer Pollenallergie. Für sie beginnt jetzt die Hochsaison; die ersten Pollen von Hasel und Erle fliegen sogar schon im Januar! Einige sehr interessante Tipps und Ratschläge zu diesem Thema finden Sie in dieser Ausgabe. Maßnahmen wie z.B. das Auto erstmal mit offenen Türen zu starten, um ordentlich durchzulüften oder auch, in welcher Weise sich Gartenarbeit, angepasst an die Allergie, erledigen lässt.

Dies und mehr kommt im Spezial „Allergien im Frühjahr“ zur Sprache.

Seit Jahren unterstützen wir verschiedene Organisationen des Umwelt- und Tierschutzes, indem wir interessante Meldungen veröffentlichen, um auf Missstände, aber auch Erfolge hinzuweisen, dies ist unser Weg, aktiv zu sein. In dieser Ausgabe der *InForm* berichtet der Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND) über einen Erfolg, die Rückkehr der europäischen Wildkatze nach Sachsen.

Viel Spaß beim Lesen und kommen Sie gut durch den Frühling!

*Es 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



VdK: Gesundheit muss für alle bezahlbar sein

Berlin. „Krankheit und Armut: Das ist ein Teufelskreis, aus dem immer mehr Menschen nicht mehr herausfinden“, so Ulrike Mascher, Präsidentin des Sozialverbands VdK Deutschland. Trauriges Beispiel hierfür ist die prekäre Situation der Erwerbsminderungsrentner, die aus gesundheitlichen Gründen früher aus dem Arbeitsleben ausscheiden müssen und ein Armutsrisiko von 37 Prozent aufweisen.

Gerade die Ausgaben für Gesundheit steigen für Rentnerinnen und Rentner, chronisch Kranke und Menschen mit Behinderung immer weiter an. Aktuell kündigen große Krankenkassen wie die AOK und die TK an, ab 2016 die Zusatzbeiträge für ihre Versicherten weiter zu erhöhen. Die anderen Kassen werden folgen. „Diese Entwicklung ist symptomatisch dafür, woran unser Gesundheitssystem kränkt: Es wird zunehmend sozial ungerecht“, kritisiert Mascher. Sie fordert, dass sich Arbeitgeber künftig wieder paritätisch an der Finanzierung der Krankenkassenbeiträge beteiligen.

VdK-Mitglieder berichten von häufigen Auseinandersetzungen mit Pflege- und Krankenkassen. Insbesondere bei Krankengeldbezug werde großer Druck von den Kassen aufgebaut. Patienten werden mit Entzug des Krankengelds

bedroht oder in Richtung Erwerbsminderungsrente gedrängt. In diesem Zusammenhang erteilt Mascher den bekannt gewordenen Vorschlägen des Sachverständigenrats an Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe, eine „Teilerwerbsunfähigkeit“ für Krankengeldbezieher einzuführen, eine klare Absage: „Das ist kein akzeptabler Weg, um Krankengeldkosten einzudämmen. Ein Versicherter ist gegenüber seiner Krankenkasse immer in der schwächeren Position. Der Druck auf langfristig Erkrankte wird durch solche Maßnahmen nur weiter steigen.“ Stattdessen empfiehlt sie den Ausbau von Prävention und Rehabilitation sowie ausreichend Therapieplätze für psychisch Erkrankte, um Krankengeldkosten dauerhaft zu reduzieren.

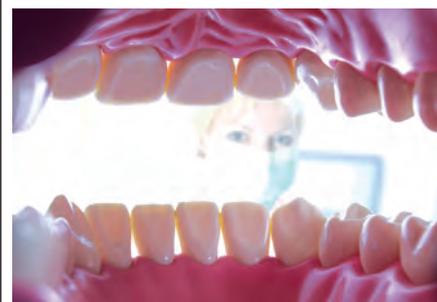
„Gesundheit muss für alle bezahlbar sein“, unterstreicht Mascher. Immer mehr Versicherte geraten in Bedrängnis, was ihre Gesundheitsausgaben betrifft. Um fünf Prozent steigen pro Jahr die Zuzahlungen und Eigenanteile für Patienten, während beispielsweise die Neurenten stetig absinken. Viele Medikamente wie Schmerzmittel, Salben oder Kreislauftropfen werden zwar teils vom Arzt verschrieben, müssen aber aus eigener Tasche bezahlt werden. Die Ausgaben für eine neue Brille oder für Zahnersatz sprengen bei vielen Rentnern das Budget, so dass viele auf solche wichtigen Anschaffungen verzichten. „Die Regelsätze für Grundversicherung im Alter und bei Erwerbsminderung müssen auf die Bedürfnisse dieser Betroffenen abgestimmt werden“, fordert die VdK-Präsidentin.

Quelle: VdK/Cornelia Jurrmann

Foto: © Lucie Gerhardt /pixelio.de

Ärztliche Fehler: Mehr als 3.200 Verdachtsfälle bei der TK 2015

Hamburg. Von der vergessenen Kompressen im Bauch bis zur OP am falschen Arm – wenn Ärzten Fehler unterlaufen, hat das für die Patienten oft gravierende Folgen. Mehr als 3.200 Versicherte haben sich 2015 bei der Techniker Krankenkasse (TK) wegen des Verdachts auf einen ärztlichen Fehler gemeldet. Dies teilte die TK am Montag mit. Besonders viele Verdachtsfälle verzeichnet die Krankenkasse im chirurgischen Bereich. Hier wurden der Krankenkasse 1.204 Fälle gemeldet.



Auf Platz zwei landeten die Zahnmediziner mit 387 Verdachtsfällen, gefolgt von den Orthopäden (194 Verdachtsfälle) und den Allgemeinmediziner (192 Verdachtsfälle). Im vergangenen Jahr hat die TK 14 Millionen Euro für die Versichertengemeinschaft von Ärzten und Kliniken für die Folgekosten von Falschbehandlungen zurückgefordert.

„Längst nicht jeder Verdachtsfall entpuppt sich tatsächlich als Fehler. Oftmals handelt es sich um einen schicksalhaften Verlauf, wobei der Unterschied für den Patienten nur schwer erkennbar ist“, so Christian Soltau, Medizinrechtsexperte bei der TK. „Gleichzeitig gehen wir davon aus, dass hinter den gemeldeten Fällen auch noch eine

Dunkelziffer liegt. „Etwa weil viele nicht wissen, an wen sie sich wenden können.“ Patienten, die vermuten, dass ihrem Arzt Fehler unterlaufen sind, sollten ihn zunächst direkt darauf ansprechen.

Die TK unterstützt ihre Versicherten zudem mit einem Online-Lotsen (www.tk.de, Webcode: 132622) und einer Beratungshotline (Tel.: 03 85 - 77 88 59 70). Sollte sich der Verdacht erhärten, kann die Krankenkasse medizinische Sachverständigengutachten erstellen lassen. Diese sind für die Versicherten in der Regel kostenfrei und können von ihnen auch für Schadensersatz-Verhandlungen mit dem Arzt, dem Krankenhaus, der zuständigen Haftpflichtversicherung oder vor Gericht genutzt werden.



Beschreitet die TK den Klageweg, übernimmt sie für den Versicherten die Vorreiterrolle im gerichtlichen Verfahren. Dieser kann den Ausgang des Prozesses abwarten und dadurch einschätzen, ob eine eigene Klage Aussicht auf Erfolg hat. Im vergangenen Jahr hat die TK in 1460 Fällen Gutachtenauf-

träge erstellt. 68 Fälle wurden vor Gericht verhandelt.

„Leider ist die Verfahrensdauer in der Regel viel zu lang. In schweren Fällen können Versicherte nach einem Behandlungsfehler nicht mehr arbeiten und sind in ihrer finanziellen Existenz bedroht“, erklärt Soltau. Dennoch müssten die Betroffenen häufig mehrere Jahre warten, bis klar ist, ob sie Schadensersatz erhalten. Teilweise dauerten die Verfahren zehn Jahre oder länger. „Sie müssen viel schneller abgewickelt und die Betroffenen frühzeitig entschädigt werden. Dafür müssten die Landgerichte mehr Spezialkammern für arzt haftungsrechtliche Fragen einrichten“, so der Medizinrechtsexperte. Zudem müssten Verzögerungstaktiken seitens der Haftpflichtversicherungen verhindert werden.

Quelle: TK

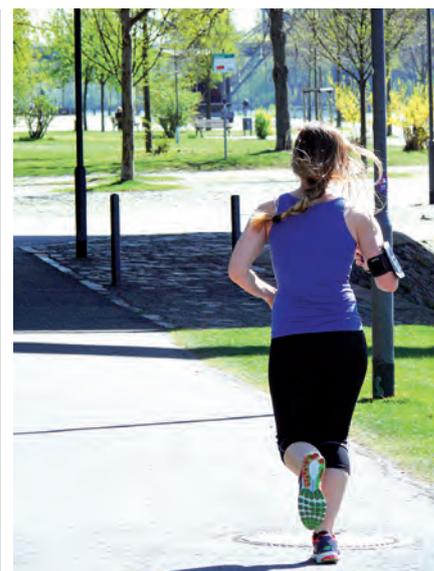
Foto 1: Bernd Kasper /pixelio.de

Foto 2: Martin Moritz /pixelio.de

Sport bei Erkältung: Trainieren oder pausieren?

Hamburg. Der Hals kratzt, die Nase läuft, der Kopf schmerzt - statistisch gesehen ist jeder Erwachsene zwei bis drei Jahre seines Lebens erkältet. Bei deutlichen Symptomen wie Fieber, Gliederschmerzen oder einem erhöhten Ruhepuls sollten Sportler eine Trainingspause einlegen, rät Uwe-Folker Haase, Sportwissenschaftler bei der Techniker Krankenkasse (TK). „Wer dann Sport treibt, dem droht im schlimmsten Fall eine Herzmuskelentzündung.“

Anders sehe es jedoch bei leicht-



ten Infekten aus. „Hier gibt es - außer der eigenen Stimme zu vertrauen - kein Pauschalrezept. Jeder bringt eine andere Grundfitness, ein anderes Immunsystem mit“, erklärt Haase. Der TK-Experte rät deshalb, genau in sich hineinzuhören und Belastungen in der Erkältungsphase zu dosieren: „Ein gemütlicher Spaziergang an der frischen Luft kann den Körper in der Abwehr von Krankheitserregern durchaus unterstützen“, so Haase. Dennoch ist Vorsicht geboten: „Bei einer leichten Erkältung arbeitet das geschwächte Immunsystem sowieso schon mit Höchstleistung. Im Zweifel sollte man deshalb besser mit dem Training aussetzen.“

Uneingeschränkt gelte jedoch die Faustregel „Sport ist die beste Medizin“ für die Vorbeugung von Erkältungen. „Wer sich viel bewegt, stärkt sein Immunsystem“, so Haase. Studien zeigten, dass regelmäßiger Sport das Erkältungsrisiko auffallend senkt.

Quelle: TK

Foto: Lupo /pixelio.de



Rückkehr der Pollen

Der Winter geht, das Frühjahr kommt. Und damit für viele auch die Zeit der Allergiebeschwerden. Die beschwerdefreie Winterpause für Pollenallergiker wird immer kürzer.

Immer früher im Jahr machen sich die Allergiebeschwerden, laufende Nase und brennende Augen bemerkbar. Bereits im Januar blühten die ersten Haselsträucher. Aber auch einige Erlearten streuten schon Pollen aus. Verschont blieben bisher nur die höheren Berglagen. Ab Februar kamen dann Birke, Pappel, Weide und Esche hinzu. Frühblühenden Baumpollen werden für Allergiker in der Regel bei Temperaturen über 10 °C bemerkbar, und die haben sich vielerorts längst eingestellt. „Es ist tendenziell eine Verlängerung der Pollenflugzeiten zu beobachten“, so Dr. Gerd Schauerte, Allergologe im CJD Berchtesgaden, einem Rehabilitationszentrum für asthma- und allergiekrankte Kinder und Jugendliche. „Zum Glück sind die Auswirkungen auf die Therapie noch recht begrenzt.“ Eine subcutane Hyposensibilisierung, die außerhalb der Pollenzeit gestartet werden soll, ist zum Beispiel noch ohne Schwierigkeiten durchführbar. „Akute Beschwerden lassen sich mit geeig-

neten Nasen- und Augentropfen lindern“, so Dr. Schauerte. Ihr Antihistaminika-Wirkstoff mindert direkt an den betroffenen Schleimhäuten die akuten allergischen Reaktionen. Antihistaminika-Tabletten können auch einen vorbeugenden Schutz aufbauen. Die Allergie-Patienten sollten außerdem einige Verhaltensregeln beherzigen. Immer hilfreich ist es, die Vorhersagen der Meteorologen und Pollenwarndienste zu beachten. Dann können sich Allergiker entsprechend verhalten, um besser durch das Frühjahr kommen:

- Bei Pollenflug die Wohnräume, vor allem aber das Schlafzimmer nicht lüften
- Gartenarbeit, Sport im Freien und Camping-Aufenthalte meiden
- Den Rasen im Wohngärten vor der Gräserblüte Anfang bis Mitte Mai mähen und durch regelmäßiges Mähen kurz halten. Der Allergiker soll nicht selbst mähen
- Bei der Neuanlage von Gärten windblütige Pflanzen meiden, die viel Pollen produzieren wie z.B. Birke und Hasel. Lieber auf Rosen, Lippenblütler (z. B. Lavendel, Salbei), Kletterpflanzen (z.B. Efeu) Farne und Moose ausweichen.
- Bei Autofahrten Fenster geschlossen halten und den Ventilator nur bei Autos mit eingebautem Luftfilter benutzen
- Sonnenbrillen mit Seitenschutz schützen bei Überempfindlichkeit gegen Helligkeit
- Abends regelmäßig Haare waschen Einmal-Taschentücher benutzen
- Bei Urlaubsplanung nutzen,

dass im Hochgebirge der Pollenflug bis zu vier Wochen später einsetzt und deutlich geringer ausfällt

- Bei trockenem, leicht windigem Wetter möglichst im Haus bleiben

Quelle: CJD Berchtesgaden

Foto: S. Hofschlaeger /pixelio.de

Heuschnupfen plagt Lunge und Nase auch ohne Sonnenschein

Stuttgart. Auch bei schlechtem Wetter sind Pollen unterwegs, die bei Allergikern Symptome auslösen können. „Erst tagelange Regenfälle bringen im Frühjahr etwas Entlastung für betroffene Menschen“, erklärt Apotheker Wolf Kümmel. „Gerade im Frühjahr geht man wieder gerne für Spaziergänge und Ausflüge nach draußen. Mit allergiegeplagten Familienmitgliedern sollte die Zeit im Freien dennoch begrenzt werden. Wann am wenigsten Pollen fliegen, steht in Pollenflugkalendern in den Tageszeitungen oder auch auf der Web-Seite des Apothekerverbandes www.apotheker.de.“

In der Kleidung, an den Schuhen, im Haar und auch im Fell von Haustieren werden Allergene in die Wohnung getragen. Der Vizepräsident des Landesapothekerverbandes Baden-Württemberg Kümmel rät deswegen: „Wer kann, soll die draußen getragene Kleidung in einem separaten Raum ausziehen und sich für innen neue Kleidung aussuchen. Allergiker dürfen während der Pollenflugzeit auch täglich

die Haare waschen, um zu verhindern, dass die Pollen auf dem Kopfkissen landen und die Beschwerden auch den Schlaf behindern. Haustiere wie Hund und Katze sollten beim Hereinkommen separat abgebürstet werden.“



Fahrzeuginnenräume sind noch nicht immer allergieneutral

Auch die Fahrt ins Grüne kann zur Allergiefalle werden, wenn das Auto eine Weile stand. In den Lüftungsschlitzen können sich große Mengen an Pollen abgelagert haben. „Wenn beim Einschalten die Ventilation losgeht, wird bei älteren Modellen alles in den Innenraum gepustet. Hier empfehle ich, dass der Wagen erstmal bei geöffneten Türen gestartet wird und ordent-

lich durchlüftet kann.“ Zur Linderung der Symptome bei Heuschnupfen empfehlen sich Nasensprays, Augentropfen und Tabletten - sogenannte Antihistaminika - gegen die Fehlreaktion des Immunsystems. „Bei Allergien“, so Kümmel, „wehrt sich der Körper gegen einen an sich ungefährlichen Stoff. Antihistaminika unterdrücken diese Fehlreaktion.“

Quelle: LAV

Foto: Rainer Sturm /pixelio.de

Apotheken meldeten 2015 mehr als 8400 Verdachtsfälle von Arzneimittelrisiken

Apotheken meldeten der Arzneimittelkommission der Deutschen Apotheker (AMK) im Jahr 2015 mehr als 8400 Verdachtsfälle von Arzneimittelrisiken. Apotheken können Qualitätsmängel und unerwünschte Wirkungen an die AMK melden. Dabei reicht es aus, wenn die Apotheke einen Verdacht hat, denn alle Meldungen stellen zunächst Signale dar, denen die AMK gemeinsam mit den Behörden und

pharmazeutischen Herstellern nachgeht. Bei Qualitätsmängeln ist die Apotheke verpflichtet, ihre zuständige Behörde zu benachrichtigen.

Die meisten Meldungen betreffen verschreibungspflichtige Arzneimittel (5831). Es folgten Meldungen zu rezeptfreien Medikamenten (1783). Etwa ein Drittel der AMK-Meldungen (32%) entfiel in 2015 auf unerwünschte Wirkungen von Arzneimitteln, Medizinprodukten und anderen Produktgruppen, wie zum Beispiel Nahrungsergänzungsmitteln. Zu diesen Meldungen zählen auch Medikationsfehler, wie zum Beispiel vermeidbare Anwendungs- oder Dosierungsfehler. Die anderen zwei Drittel der AMK-Meldungen (68 %) bezogen sich auf Qualitätsmängel. Dazu gehören u.a. Verpackungsfehler, Mängel der Produkteigenschaften sowie fehlerhafte Kennzeichnungen oder Deklarationen. Die Meldungen aus Apotheken zu Verdachtsfällen von Arzneimittel-Manipulationen und -Fälschungen waren im Jahr 2015 rückläufig.

Quelle: ABDA

BRILLEN DAHMEN

Brillen Dahmen
Odenkirchener Str. 20
41236 Mönchengladbach Rheydtt
(Direkt neben der Hauptpost)

Kommen Sie jetzt
zum Sehtest*

Mit uns sehen Sie Schaf.

Nutzen Sie unseren tierisch guten Service. Wir führen bei Ihnen einen **kostenlosen und unverbindlichen Sehtest*** durch.

Unser Dankeschön-Geschenk an Sie für die Teilnahme an unserer Sehtest-Aktion: ein **Brillen-Mikrofasertuch**.

Nur 1 Tuch pro Person, so lange Vorrat reicht.

* Ermittlung der Sehschärfe (Visusbestimmung). Für die Anfertigung einer Brille ist in einem weiteren Schritt die Ermittlung der exakten Sehkraft (Refraktion) notwendig.

1.500 mal einmalig.

Immer für Sie da!

pflege plus® GmbH

02166 130980
0177 8180011



Wildkatze kehrt nach Nord-Sachsen zurück

Erster Nachweis einer Europäischen Wildkatze in der Dübener Heide

Berlin/Chemnitz. Nach über 100 Jahren kann der Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND) in Sachsen eine kleine Natur-Sensation verkünden: Die Europäische Wildkatze ist nach Nord-Sachsen zurückgekehrt. „Im Herbst 2015 erreichte mich die Nachricht, dass eine vermeintliche Wildkatze an einer Bundesstraße in der Dübener Heide tot aufgefunden worden ist“, so Almut Gaisbauer, Wild-

katzenexpertin des BUND Sachsen. „Wir kümmerten uns sofort darum und ließen das Tier vom Senckenberg-Institut Dresden morphologisch untersuchen. Das Ergebnis ist eindeutig: eine echte Europäische Wildkatze.“

Nach diesem ersten Nachweis begibt sich der BUND Sachsen nun in Zusammenarbeit mit vielen weiteren Akteuren wie dem Naturpark Dübener Heide, der Unteren Naturschutzbehörde des Landkreises Nordsachsen, dem Staatsbetrieb Sachsenforst und dem Bundesforst auf die Suche nach der Wildkatze im Naturpark Dübener Heide.

Dazu werden Holzplatten, die sogenannten Lockstöcke, aufgestellt und mit Baldrian besprüht. Wildkatzen werden von dem Duft des Krautes angezogen, reiben sich an den Lockstöcken und hinterlassen Haare. Diese Haarproben werden gegenwärtig mit Unterstützung durch Naturpark-Freiwillige und vom Staatsbetrieb Sachsenforst abgesammelt und anschließend im Senckenberg-Institut Gelnhausen genetisch analysiert.

„Wir hoffen, damit noch weitere Wildkatzen in der Dübener Hei-

de nachzuweisen“, erklärt Almut Gaisbauer. „Zudem können wir damit herausfinden, wie es um ihre genetische Vielfalt steht und welche Landschaftsbarrieren ihre Wiederverbreitung begrenzen.“

Der BUND ist bereits seit mehr als 10 Jahren mit dem „Rettungsnetz für die Wildkatze“ bundesweit aktiv. In Sachsen wurden Vorbereitungen getroffen, um die Rückkehr der Wildkatze zu befördern und passende Schutzmaßnahmen vorzubereiten. „Die Wildkatze steht mit ihren Bedürfnissen stellvertretend für viele andere gefährdete Tiere“, so Almut Gaisbauer. „Wenn es uns gelingt, dass sie in Sachsen wieder heimisch wird, dann haben auch viele andere seltene Tiere wieder eine Chance.“ Die Wildkatze galt seit Anfang des letzten Jahrhunderts in Sachsen als ausgestorben. Ihre Bestände wurden früher vor allem durch die Jagd dezimiert. Dass sie sich bislang noch nicht wieder hatte ausbreiten können, lag dagegen vor allem an der Verkleinerung und Zerschneidung ihrer Lebensräume, den naturnahen Wäldern.

Quelle: BUND

Foto: Matthias Mittenentzwei /pixelio.de



Seidenstraße 7
47877 Willich

Fest: 0 21 56 - 91 52 46 4
Fax: 0 21 56 - 91 52 46 2
Mobil: 0 17 4 - 37 38 157
E-Mail: info@text-doc.com

www.text-doc.com

- Texte für Printmedien und Internet
- Redaktion, Textkorrektur
- PR-Beratung, Konzepterstellung
- Flyer, Broschüren, Visitenkarten
- Korrespondenz
- Zielgruppenorientierte PR
- Kreativität zu fairen Preisen
- PC-Wartung, -Instandsetzung
- Installation, Konfiguration, Update
- LAN, W-LAN, DSL, Internet

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 66 1410 · Telefax 02161 - 66 54 12
www.bestattungen-renners.de · info@bestattungen-renners.de

Es war einmal ein heidnisches Fest...

Frohe
Ostern



Ostern – das bedeutet für viele Menschen Familienfest, langes Wochenende, Osterhase, Eiersuchen, den Frühling begrüßen. Eben ein zeitgenössisches Fest, mehr für die Kinder und zur Erholung gedacht. Viele wissen um die Bedeutung des Festes. Doch die wenigsten wissen, woher die vertrauten Rituale stammen, was Osterei und Osterhase eigentlich bedeuten und um den Ursprung ihrer Symbolik.

Eine Auswahl der gängigsten Thesen soll dies erhellen und aufzeigen, dass diese sich nicht zwangsläufig entgegenstehen.

Bedeutung des Osterfestes

Für gläubige Christen liegt die Bedeutung im Ende der vierzig-tägigen Fastenzeit, der Kreuzigung und Auferstehung Jesu und somit der Überwindung des Todes. Ostern gilt demnach als ältestes christliches Fest mit 2000 Jahre alter Geschichte und dem Karfreitag als höchstem Feiertag. Seitens der Kirche streitet man nicht ab, dass vorchristliche Ritu-

ale in christliche Feiertage übernommen wurden, detailliertere und vielfältigere Überlieferungen lassen sich kaum sonst wo finden. Daneben gibt es Menschen, die Ostern als ein noch älteres als das christliche, nämlich keltisches Brauchtum mit von der Kirche annektierten Ritualen sehen. Doch nicht nur die Kelten dienen der Herkunftsklärung, auch die Angeln, Sachsen, Germanen und Teutonen werden bemüht bei der Erforschung der Bedeutung des Osterfestes. Alle diese



Volkstämme begingen bereits in vorchristlicher Zeit rituelle Frühlingsfeste.

Auch heute noch bekannt ist das keltische „Alban Eiler“ (Licht der Erde), ein Sonnenfest, das, als Bestandteil des heidnischen Jahreskreises zur Frühlings-Tag- und Nachtgleiche begangen wurde. Man feierte die Wiedergeburt der Natur und die damit verbundene Fruchtbarkeit.

Herkunft des Namens

Selbst Experten, namentlich Historiker und Sprachwissenschaftler, sind sich noch heute uneinig bezüglich der Herkunft, der Namen und der Bedeutungen dieses Festes. Es existieren Thesen, die unterschiedlich, aber auch teilweise ähnlich sind, vor allem die Herkunft des Namens betreffend. Zumindest aber stellen sie wichtige Teile der Wahrheit dar, denn sie alle bringen die Sehnsucht der Menschen aus Vorzeit und Antike nach Erneuerung, Fruchtbarkeit und Überwindung des Todes zum Ausdruck.

Aus christlicher Sicht wird der Name „Ostern“ erklärt mit der Entwicklung des Wortes aus dem lateinischen „Ostarum“ für Morgenröte oder Osten. Denn die Frauen am leeren Grab Christi blickten zuerst nach Osten, da sie glaubten, Jesus komme von dort auf die Erde zurück. Vielfach unbekannt – aus diesem Grund wurden auch die Kirchen nach Osten ausgerichtet gebaut. Einzig die früheren Germanen und Angelsachsen, also Menschen des heutigen deutschen und englischen Sprachraums, verwenden

den Begriff „Ostern“ bzw. „Easter“. Interessanterweise wird diese Tatsache auch von bereits erwähnten Anhängern der „keltischen Theorie“ zur Begründung herangezogen.

Umstritten ist der Namensbezug zu einer germanischen Göttin namens Ostara, die Fruchtbarkeit, Morgenröte und Frühling symbolisierte. Auch hier bestehen unterschiedliche Erklärungsansätze. Die Namen Aostra, Austro oder auch Eostrae tauchen in diesem Zusammenhang auf, so dass die Herkunft nicht eindeutig zugewiesen werden kann. Für die einen ist Ostara eine Schwester Thors und nimmt in der germanischen Mythologie einen hohen Rang ein, für andere ist Aostra lediglich eine Untergöttin, die den Wechsel von Winter zu Frühjahr begleitete. Vom englischen Kleriker Beda Venerabilis stammt vom Anfang des 8. Jahrhunderts eine der wenigen, überlieferten, zeitgenössischen Erwähnungen einer Göttin namens Eostrae. Er berichtet von einem heidnischen Fest, welches ihr zu Ehren stattfand und von den nunmehr Bekehrten in das Osterfest übernommen wurde.

Wann ist Ostern?

Das christliche Osterfest leitet sich aus dem jüdischen Passahfest ab, das am ersten Frühlingsvollmond beginnt. Dieser Tag kann auf einen beliebigen Wochentag fallen, Ostern dagegen beginnt immer an einem Sonntag. Im 1. Konzil von Nicäa im Jahre 325 n. Chr. einigte man sich daher auf eine Formel: Ostern fällt auf den ersten Sonntag nach dem ersten Frühlingsvollmond, der am Tag

der Frühjahrstagundnachtgleiche oder danach stattfindet. So erklärt sich, dass Ostern zwischen dem 22. März und dem 25. April gefeiert wird. Die Termine vieler anderer sog. beweglicher Feste, wie z.B. Christi Himmelfahrt oder Pfingsten, sind somit außerdem vom Zeitpunkt des Osterfestes abhängig.

Übrigens: der Ostersonntag ist der Samstag nach Ostern und nicht der Karfreitag vor dem Ostersonntag, mit dem er oft verwechselt beziehungsweise gleichgesetzt wird.



Woher stammt die Eiersuche?

Auch für die Entstehung des Brauchs des Eiersuchens gibt es unterschiedliche Erklärungsansätze, die weit in die Zeit zurückreichen. Einer geht davon aus, dass, da Vögel während der Winterzeit keine Eier legen, der Beginn des neuen Eierlegens als ein sicheres Zeichen für den Frühling galt. Die früher nicht eingesperrten Hühner legten diese ersten Eier natürlich irgendwo in der Gegend ab. Den Menschen blieb nichts anderes übrig, als diese zu suchen, was sie dann gern den Kindern überließen.

Eine andere Theorie wiederum geht davon aus, dass, da während der Fastenzeit zum einen keine Eier gegessen wurden, zum an-



- ◇ 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



deren die Hühner gerade dann besonders viele Eier legten, diese mit Kochen haltbar gemacht werden mussten. Um die gekochten von den rohen Eiern unterscheiden zu können, malte man sie an. Ursprünglich ausschließlich in rot, später dann in den vielen Farben des Frühlings, um sie schließlich an Ostern zu verschenken.

Auch, dass Eier als Opfergabe vergraben wurden, woraus sich dann das Verstecken entwickelt haben soll, ist eine von vielen Erklärungen. Denn grundsätzlich ist das Ei das Fruchtbarkeitssymbol schlechthin und steht für neues Leben in seiner ursprünglichsten Form. Verstärkt wurde dies mit dem ursprünglich in Rot, der Farbe des Blutes (Christi) oder aber auch der Farbe der Morgenröte, des Ostens, gefärbten Eiern.

Bekanntestes Symbol: der Osterhase

Auch der für seine Fruchtbarkeit bekannte Hase ist ein eines der Symbole, die für Erneuerung und Leben stehen. Die Verbindung zu den sog. „heidnischen“ Frühlingsfesten vorchristlicher Zeit besteht darin, dass er das

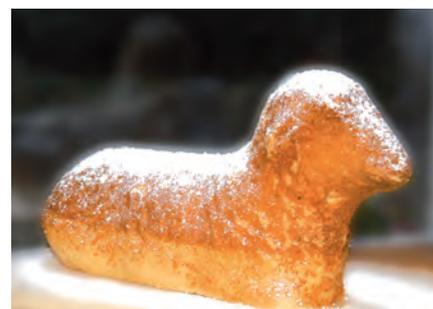
Lieblingstier und der Begleiter der Göttin Ostara gewesen sein soll.

Neuzeitlichere Erklärungen besagen, dass der Hase im Frühling stets auf großer Nahrungssuche und deshalb oft in der Nähe der Gärten und Häuser zu sehen war. So auch dann, wenn die Eltern die Eier versteckten. Da Hühner keine bunten Eier legen, wurden dem Hasen, als darüber hinaus flinkem Sprinter, das Bemalen und Verstecken der Eier angedichtet. Seitdem ihn darüber hinaus auch die Schokoladen- und Spielzeugindustrie für sich entdeckte, ist er als Ostersymbol nicht mehr wegzudenken.

Das Osterlamm

Das Lamm galt schon in vorchristlicher Zeit als Symbol der Reinheit und Wehrlosigkeit. Vor allem im Alten Testament findet es häufig als Opfertier sein frühes Ende und auch während des jüdischen Passahfestes wurden Lämmer geopfert. Im Christentum gilt Jesus Christus als das „Lamm Gottes“, da sich dieser nach christlichem Glauben stellvertretend für die Menschheit geopfert hat. Im christlichen Alter-

tum war Lamm zu Ostern Langezeit üblich. Das Fleisch wurde am Karsamstag in der Kirche geweiht und stellte die erste Mahlzeit des Auferstehungstages dar. Dieser Brauch währte bis zum Mittelalter. In der griechisch-orthodoxen Kirche gibt es den Brauch des Osterlammes noch heute. In unseren Breiten hingegen gibt man heutzutage den aus süßem Teig gebakkenen Lämmern den Vorzug. Für traditionsbewusste Christen gilt ein solches, in der Kirche geweihtes Lamm als unverzichtbarer Teil des Osterfrühstücks.



Fazit

Gemeinsam ist allen Theorien, dass die Menschen immer schon das Ende des Winters herbeisehnten und dieses auch gebührend feierten. Stets war es ein Fest des Neubeginns, des Sieges des Lebens über den Tod. Vieles an Wissen über die Riten und Bräuche der vergangenen, naturverbundenen Kulturen ging verloren. Aber im höchsten christlichen Fest lassen sich die „heidnischen“ Rituale und Sitten wiedererkennen.

Text: textdoc /B. Stuckenberg

Foto 1: Timo Klostermeier /pixelio.de

Foto 2: Michael /pixelio.de

Foto 3: M. Großmann /pixelio.de

Foto 4: DM-Fotodesign /pixelio.de

Foto 5: S. Hofschlaeger /pixelio.de

Ambulante Pflege im Überblick

Pflegeversicherung:

Die Pflegeversicherung wurde zur finanziellen Vorsorge für das Risiko der Pflegebedürftigkeit eingeführt. Hierzulande sind alle krankenversicherungspflichtigen Personen pflegeversichert. Träger der Pflegeversicherung sind die Pflegekassen, die organisatorisch zu den gesetzlichen Krankenkassen gehören.

Pflegebedürftigkeit:

Pflegebedürftig ist, wer einer körperlichen, geistigen oder seelischen Krankheit oder Behinderung wegen, in Bezug auf die gewöhnlichen und regelmäßig wiederkehrenden Verrichtungen des täglichen Lebens, für mindestens sechs Monate in erheblichem oder höherem Maße der Hilfe bedarf.

Der jeweilige Grad der Pflegebedürftigkeit wird in **Pflegestufen** von 0 bis 3 (H) festgelegt. Basis stellt hier der tägliche Zeitaufwand für **Grundpflege** und **hauswirtschaftliche Versorgung** dar.

Grundpflege umfasst pflegerische Hilfen aus den Bereichen „Körperpflege, Ernährung und

Mobilität“, hauswirtschaftliche Versorgung betrifft das Wohnumfeld.

Behandlungspflege umfasst alle vom Arzt zu verordnenden Pflegeleistungen. Diese werden von den Krankenkassen getragen.

Beantragung Pflegestufe:

Telefonisch oder online bei der zuständigen Pflegekasse (Krankenkasse) ein Antragsformular anfordern. Dieser Pflegeantrag enthält Fragen zur Person sowie Fragen nach dem Hilfebedarf (Körperpflege, Ernährung, Bewegung). Diesen ausfüllen, unterschreiben, zurücksenden. Ggf. Arzt, Pflegedienst, Betreuer o.ä. beratend hinzuziehen.

Die Pflegekasse beauftragt den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) mit der Prüfung der Pflegebedürftigkeit. Ein Begutachtungstermin wird vereinbart.

Der Gutachter des MDK erfasst die Aufwendungen für das Verrichten der Pflege im Fall des Pflegebedürftigen und legt in einem Gutachten fest, welche Aufwendungen erforderlich bzw.

anrechenbar sind. Die Pflegekasse stuft den Pflegebedürftigen gemäß Gutachten in eine Pflegestufe ein. Der Bescheid geht dem Antragsteller zu.

Der zeitliche Pflegeaufwand muss mindestens 90 Minuten betragen, darin müssen mindestens 45 Minuten sog. Grundpflege enthalten sein. Vor dem Begutachtungstermin empfiehlt es sich, zu notieren, was zur Sprache kommen soll. Es ist sinnvoll, über einen Zeitraum von mindestens 14 Tagen alle Pflegeleistungen und die dafür benötigten Zeiten in einem Pflegetagebuch festzuhalten. Einige Kassen stellen diese zu Verfügung.

Man trifft die Wahl zwischen privater Pflege durch Angehörige oder einem Pflegedienst. Dieser erbringt sog. **Sachleistungen**, für die die Pflegekasse einen, im Vergleich zum Pflegegeld, höheren Betrag monatlich zahlt. Auch eine Kombination von Pflegegeld und Sachleistungen ist möglich. Sachleistungen können einzeln oder mittels einer Zeitpauschale beauftragt werden. Es wird die für den Patienten günstigste Variante gewählt.



Für mich gekocht. Für mich gebracht. Von **apetito**

Bestellen Sie sich 3 leckere Mittagsgerichte ins Haus!

Unser „3 x lecker“-Angebot: Nur 5,89 € pro Tag
3 Tage ein DLG-prämiertes Mittagsgericht
plus 2 x Dessert und 1 Stück Kuchen

Rufen Sie uns an! 0 21 61 - 46 03 17
www.landhaus-kueche.de/lecker



Tel.: 04148 - 616233
Fax: 04148 - 616234

*zuzahlungsfreier
Hausnotruf
ab Pflegestufe I*

deutschlandweit



Wir verwenden Geräte der neuesten Generation von Attendo Systems

Betreuungs- und Entlastungsleistungen (PEA)

unterstützen Menschen, die aufgrund demenzbedingter Fähigkeitsstörungen, geistiger Behinderungen oder psychischer Erkrankungen in ihrer Alltagskompetenz erheblich eingeschränkt sind. Die sogenannte **PEA-Leistung** (persönlich eingeschränkte Alltagskompetenz) kann nach Feststellung der Notwendigkeit durch den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK), beantragt werden. **Neu:** Auch Pflegebedürftige ohne PEA haben Anspruch auf 104 Euro monatlich für sog. Entlastungsleistungen.

Pflegestufe 0 (PEA)

Pflegegeld: 123 Euro

Sachleistungen: bis 231 Euro

PEA-Leistung: 104 bis 208 Euro

Außerdem können bis zu 1.612 Euro im Jahr für eine Ersatzpflege in Anspruch genommen werden, wenn die Hauptpflegeperson ausfällt.

Pflegestufe 1

Erhebliche Pflegebedürftigkeit: 90 Minuten Pflegezeit, davon mehr als 45 Minuten Grundpflege.

Pflegegeld: 244 Euro

mit PEA: 316 Euro

Sachleistung: 468 Euro

mit PEA: 689 Euro

Entlastungsleistung: 104 Euro

PEA-Leistung: 104 bis 208 Euro

Pflegestufe 2

Schwere Pflegebedürftigkeit: 3 Stunden Pflegezeit, davon mindestens 2 Stunden Grundpflege, dreimal täglich zu verschiedenen Tageszeiten.

Pflegegeld: 458 Euro

mit PEA: 545 Euro

Sachleistung: 1.144 Euro

mit PEA: 1.298 Euro

Entlastungsleistung: 104 Euro

PEA-Leistung: 104 bis 208 Euro

Pflegestufe 3

Schwerste Pflegebedürftigkeit: 5 Stunden Pflegezeit, davon mindestens 4 Stunden Grundpflege rund um die Uhr.

Pflegegeld: 728 Euro

Sachleistung: 1.612 Euro

Entlastungsleistung: 104 Euro

PEA-Leistung: 104 bis 208 Euro

Härtefall H

Eine der beiden Voraussetzungen muss erfüllt sein:

- Die Hilfe bei der Grundpflege umfasst mindestens 6 Stunden täglich, davon mindestens dreimal in der Nacht (zwischen 22 und 6 Uhr)

- Die Grundpflege kann nachts nur von mehreren Pflegekräften zusammen erbracht werden.

Sachleistung: 1.995 Euro

Beratungsbesuche:

Bei Bezug von Pflegegeld ist der regelmäßige Beratungsbesuch eines zugelassenen Pflegegedienstes verpflichtend. Dieser stellt eine regelmäßige Hilfestellung und pflegefachliche Unterstützung der Pflegepersonen dar und dient der Sicherung der Qualität häuslicher Pflege.

Pflegestufe 0, 1 und 2: hier besteht die Berechtigung, Beratungsbesuche zweimal im Jahr (halbjährlich) in Anspruch zu nehmen.

Pflegestufe 3: viermal im Jahr (vierteljährlich)

Verhinderungspflege:

Wird jemand seit mehr als einem halben Jahr zu Hause gepflegt, besteht der Anspruch auf Verhinderungspflege, die zu Hause erfolgt. Gründe für diesen Einsatz sind etwa Krankheit oder Urlaub der Pflegeperson. Wird die Verhinderungspflege von bis zum

zweiten Grad Verwandten übernommen, entspricht der Betrag dem Pflegegeld. Wird die Pflege von entfernten Angehörigen, Nachbarn oder einem professionellen Pflegedienst (Sachleistungen) übernommen, gilt für alle vier Pflegestufen, dass bis zu 1.612 Euro in Anspruch genommen werden können.

Grundsätzlich besteht sowohl auf Verhinderungspflege als auch auf Kurzzeitpflege ein Anspruch und beide können einmal im Jahr unabhängig voneinander beantragt werden. Der Zeitumfang wurde auf sechs Wochen (42 Tage) erweitert. Es reicht aus, bei der zuständigen Pflegekasse einen Antrag auf Übernahme von Verhinderungspflege, auch „Ersatzpflege“ genannt, einzureichen. Außerdem ist es möglich, den Bewilligungszeitraum aufzuteilen und Ersatzpflege beispielsweise an mehreren Wochenenden zu nutzen. Eine frühzeitige Beantragung empfiehlt sich, damit die entsprechende Ersatzpflege pünktlich sichergestellt ist. Verhinderungspflege kann mit bis zu 50 % (806 Euro) des Leistungsbetrages aus noch nicht genutzter Kurzzeitpflege erhöht werden auf maximal 150% (2418 Euro).

Kurzzeitpflege:

Kurzzeitpflege ist ausschließlich in stationären Pflegeeinrichtungen möglich, es gelten jedoch ähnliche Richtlinien bezüglich der Vorgehensweise und der Voraussetzungen.

Die Höhe der Leistungen ist gleich. Der Bewilligungszeitraum nicht mehr. Hier besteht ein Anspruch, auch für Pflegestufe 0, von bis zu vier Wochen kalen-

derjährlich sowie erhöhte Leistungen von bis zu 1.612 Euro. Künftig sind Betrag und Zeitraum verdoppelbar, indem nicht beanspruchte Verhinderungspflege genutzt wird.

Teilstationäre Pflege:

Ist eine häusliche Betreuung tagsüber oder nachts nicht im erforderlichen Maße möglich, trägt die Pflegekasse die Kosten für eine teilstationäre Einrichtung. Dies bietet Pflegebedürftigen die Möglichkeit, trotz eines erhöhten Pflegebedarfs weiterhin zu Hause zu wohnen und sich im Rahmen der Nacht- oder Tagespflege von professionellem Personal betreuen zu lassen. Auch für berufstätige Angehörige stellt dies eine Entlastung dar.

Sachleistung teilstationär:

Pflegestufe 0: 231 Euro

Pflegestufe 1: 689 Euro

Pflegestufe 2: 1.298 Euro

Pflegestufe 3: 1.612 Euro

Leistungen der Tages- oder Nachtpflege können zusätzlich, neben Sachleistungen, Pflegegeld sowie der Kombination aus beidem in Anspruch genommen sowie kombiniert werden. Der höchstmögliche Gesamtanspruch besteht aus dem 1,5-fachen des für die jeweilige Pflegestufe geltenden Pflegesachleistungsbetrags.

Hilfsmittel:

Hilfsmittel werden, soweit sie ärztlich verordnet wurden, bis zu einem bestimmten Betrag von der Krankenkasse übernommen. Auskunft darüber gibt das Hilfsmittelverzeichnis. Pflegehilfsmittel hingegen müssen nicht vom Arzt verordnet worden sein und werden von der Pflegekasse

übernommen. Sie sind im Pflegehilfsmittelverzeichnis festgehalten.

Pflegehilfsmittel:

Kosten für Geräte und Sachmittel, die zur häuslichen Pflege benötigt werden, werden von der Pflegekasse übernommen, unabhängig von der Pflegestufe. Die Pflegekasse übernimmt die Kosten nur dann, wenn sie nicht von der Krankenkasse getragen werden.

Pflegehilfsmittel werden unterschieden in zum Verbrauch bestimmte und technische Produkte. Nicht jedes Hilfsmittel ist ein Pflegehilfsmittel. Als Richtlinie gilt, dass Pflegehilfsmittel zur Erleichterung der Pflege oder zur Linderung der Beschwerden des Pflegebedürftigen beitragen oder ihm eine selbstständigere Lebensführung ermöglichen müssen. Gebrauchsgegenstände des täglichen Lebens sind keine Pflegehilfsmittel.

Technische Hilfsmittel können zum Beispiel sein:

- Lagerungshilfen
- Pflegebetten
- Hausnotrufgeräte

Hilfsmittel, die zum Verbrauch bestimmt sind, sind z.B.

- Einmalhandschuhe
- Betteinlagen
- Desinfektionsmittel

Für technische Hilfen fällt eine Zuzahlung in Höhe von 10 %, höchstens aber 25 Euro an, die der Pflegebedürftige als Eigenanteil pro Hilfsmittel selbst zahlt. Kosten für Verbrauchsprodukte werden mit bis zu 40 Euro monatlich erstattet.

Für alle Pflegestufen gilt:

Barrierefreier Wohnungsbau

wird von der Pflegekasse mit bis zu 4.000 Euro bezuschusst.

Pflegeunterstützungsgeld:

Ergänzt die sogenannte „Pflegezeit“ für Arbeitnehmer bei einer akut eintretenden Pflegesituation, in der für einen nahen, pflegebedürftigen Angehörigen eine bedarfsgerechte Pflege organisiert oder eine pflegerische Versorgung sichergestellt werden kann. Für bis zu 10 Arbeitstage im Jahr wird diese Lohnersatzleistung gezahlt. Die Höhe der Leistung richtet sich nach dem ausgefallenen Nettoentgelt.

Pflegeunterstützungsgeld wird nur auf Antrag bei der entsprechenden Pflegekasse bzw. privaten Versicherung des pflegebedürftigen Angehörigen gewährt. Der Antrag muss sofort eingereicht werden, weitere erforderliche Unterlagen können nachgereicht werden.

Rentenversicherungspflicht für pflegende Angehörige:

Wird die Pflege durch eine nicht erwerbsmäßig tätige Pflegeperson ausgeübt, kann diese aufgrund der Pflegetätigkeit rentenversicherungspflichtig werden. In diesen Fällen leistet die zuständige Pflegekasse Rentenversicherungsbeiträge, welche die späteren Rentenansprüche erhöhen. Die Beitragszahlung richtet sich nach der Pflegestufe und dem Pflegeumfang.

Eine Rentenversicherungspflicht kommt zustande, wenn die Pflegeperson mindestens 14 Stunden in der Woche pflegt und keiner Erwerbstätigkeit oder selbstständigen Tätigkeit von mehr als 30 Stunden nachgeht.

Stand: März 2016/ ohne Gewähr

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
116117

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

Apothekennotdienst
Mobiltelefon:
22 8 33
Festnetz:
0137 888 22 8 33



Unsere Pflege - Ihr Plus

pflege plus® GmbH
Unsere Pflege - Ihr Plus
Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Beratungsstellen:

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

Gasstraße 14
41751 Viersen - Dülken
Telefon: 02162 / 571844



Probleme mit dem Computer?

Tel: 0 21 56 - 915 24 64
Mobil: 0 17 4 - 37 38 157