

Kurz InFormiert

- * **Apotheke für unterwegs**
- * **Sommerzeit ist Hautschutzzeit**
- * **Hitzefalle Auto**

Wissenswertes

- * **Extreme Hitze: Was müssen Herzpatienten beachten?**
- * **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	
* Apotheke für unterwegs	5
* Sommerzeit ist Hautschutzzeit	
* Hitzefalle Auto	6
* Glücksspiel in Deutschland weiter rückläufig	7
* Patienten bei Cannabisanwendung nicht im Stich lassen	9
Wissenswertes	
* Extreme Hitze: Was müssen Herzpatienten beachten?	10
* Individuelle Gesundheitsleistungen ...	11
Pflegefibel	
* Ambulante Pflege im Überblick 2016	13
© pflege plus®	
Titelfoto:	
Dorothea Jacob / pixelio.de	



Liebe Leserinnen und Leser,

willkommen zur neuen Ausgabe der *InForm*. Nachdem der Sommer bisher eher mäßige Temperaturen und vor allem ständige Unwetter zu bieten hatte, scheint doch noch eine Schönwetterperiode zu folgen. Vor allem ältere und chronisch kranke Menschen leiden in diesen Tagen besonders unter den hochsommerlichen Temperaturen. Daher finden Sie in dieser Ausgabe Artikel, die sich insbesondere auf Schutzmaßnahmen und Gesundheitstipps beziehen. Der Ratgeber „Extreme Hitze“ richtet sich zwar an Herzkrankte, ist aber auch für alle anderen Menschen sinnvoll. Sinnvolle Kleidung zu tragen und bestimmte Regeln zur Flüssigkeitszufuhr zu befolgen, hilft immens dabei, Temperaturen von mehr als 25 Grad gesund zu ertragen. Wichtig ist auch der Schutz vor übermäßiger UV-Strahlung mit den entsprechenden Folgen, die es zu vermeiden gilt. Wussten Sie, dass bereits im Juni die Sonneneinstrahlung hierzulande so intensiv sein kann wie im August? Daher ist ein sorgfältiger Sonnenschutz wichtig. So kann man Sonnenbrand, Hautkrebs und vorzeitiger Hautalterung wirk-

sam vorbeugen.

Wer seinen Urlaub außerhalb der eigenen vier Wände verbringt und auf Reisen geht, sollte nicht auf eine vernünftig zusammengestellte Reiseapotheke verzichten. Notwendige Medikamente und ein Erste-Hilfe-Set für mögliche Erkrankungen und Verletzungen sollten ins Reisegepäck. Darüber hinaus ist die Reiseapotheke abhängig vom Urlaubsziel, der Art des Urlaubs und den individuellen Bedürfnissen. Ausführliche Informationen finden sich im Beitrag auf Seite 5.

Noch ein Thema, welches jedes Jahr aufs Neue die Gemüter erregt, ist Hunde im Auto zu lassen, während sommerliche Temperaturen herrschen. Lesen Sie dazu im Beitrag der Bundestierärztekammer, welche verheerende Auswirkungen dieses „Hund im PKW parken“ haben kann. Die Temperaturen im Wageninneren steigen innerhalb von wenigen Minuten auf über 70 Grad. Auch ein schattiger Parkplatz ist innerhalb kürzester Zeit hier nutzlos. Hunde können die Körpertemperatur in der Hitze nicht mittels Schwitzen regulieren, sondern kühlen sich ausschließlich über die Atemwege ab. Was bei einem Hitzschlag für den treuen Vierbeiner getan werden kann, ist ebenfalls wichtig; insbesondere für diejenigen Hundehalter, die der Meinung sind, den Hund bei 30 Grad am Fahrrad Gassi führen zu müssen.

Kommen Sie gut durch den Sommer und bleiben Sie gesund!

*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



Apotheke für unterwegs
Den Urlaub unbeschwert genießen
Hannover. Ob Sylt, Mallorca oder Copacabana – egal, wohin es in den Urlaub geht, eine gute Vorbereitung ist die wichtigste Voraussetzung für eine stressfreie Auszeit. Neben dem Kofferpacken gehört auch die richtige Zusammenstellung einer Reiseapotheke dazu. Denn mit den notwendigen Medikamenten und einem kleinen Erste-Hilfe-Set für mögliche Erkrankungen und Verletzungen im Gepäck reist es sich im Urlaub unbeschwerter. Was genau in die Reiseapotheke gehört, ist abhängig von dem Urlaubsziel, der Art des Urlaubs und den individuellen Bedürfnissen.

„Grundsätzlich sollte eine Reiseapotheke immer alle Medikamente enthalten, die auch zur Hausapotheke gehören“ erklärt Ina Bartels, Inhaberin der Johannes-Apotheke in Hannover. „Außerdem sollten Medikamente gegen typische Reisebeschwerden wie Übelkeit oder Durchfall dabei sein. Selbstverständlich gehören auch alle dauerhaft persön-

lich benötigten Arzneimittel ins Gepäck.“ Dazu kommen die Medikamente, die von Urlaubsziel und -art abhängig sind, wie zum Beispiel zur Malariavorsorge bei einer Südostasienreise. Auf Tagesausflügen sollten zum Beispiel Schmerztabletten, Medikamente gegen Durchfall, Desinfektionsmittel oder Wundschnellverbände dabei sein. Wird der Urlaub mit Kind geplant, muss die Reiseapotheke außerdem kindgerecht gepackt werden. Pflaster, Mullbinden oder Fieberthermometer sollten deshalb auf jeden Fall mit dabei sein. Die Apotheke vor Ort unterstützt Reisende bei der Zusammenstellung ihrer Reiseapotheke und gibt wertvolle Tipps.

Reisende, die dauerhaft Medikamente einnehmen müssen, sollten neben der Reiseapotheke die benötigten Arzneimittel in ausreichender Menge mitnehmen. Wichtig ist auch der korrekte Transport während der Reise. Bei Flugreisen sollte die Reiseapotheke zumindest teilweise im Handgepäck transportiert werden, da Koffer verloren gehen können. Insbesondere Medikamente, die dauerhaft benötigt werden, sollten unbedingt im Handgepäck verstaut werden. Auch hier muss der Reisende aufpassen: „Beim Fliegen müssen bestimmte Medikamente wie zum Beispiel Insuline im Handgepäck transportiert und gekühlt gelagert werden, dürfen aber auch nicht durch zu engen Kontakt mit dem Kühlelement einfrieren“, sagt Ina Bartels, Vorsitzende des Bezirks Hannover-Stadt beim Landesapothekerverband Niedersachsen

e.V. „Sinnvoll ist es auch, eine ärztliche Bescheinigung für das Mitführen von Spritzen und Insulin dabei zu haben. Damit vermeiden Sie Probleme bei der Sicherheitskontrolle.“

Für den Notfall sollten neben dem Insulinpen auch Insulinspritzen für den einmaligen Gebrauch im Handgepäck dabei sein, falls der Pen versagt. Auf die Umverpackungen der Medikamente kann aus Platzgründen ggf. verzichtet werden. Die Beipackzettel sollten aber unbedingt mitgenommen werden.

Je nach Urlaubsland müssen Reisende zudem die Einfuhrbestimmungen für Medikamente beachten. Denn die uneingeschränkte Medikamenteneinfuhr ist nicht weltweit gestattet. Informationen über die jeweils gültigen Vorschriften für die Medikamenteneinfuhr erhalten Reisende bei der Botschaft des jeweiligen Landes.

Quelle: LAV Nds. e.V.

Foto: I-vista / pixelio.de

Sommerzeit ist Hautschutzzeit:

Apotheker beraten zum Thema Sonnenschutz

Düsseldorf. Die Freibäder sind wieder geöffnet, immer mehr Veranstaltungen finden unter freiem Himmel statt und der Sommerurlaub steht vor der Tür. Bereits im Juni kann die Sonneneinstrahlung hierzulande so intensiv sein wie im August. Daher ist ein sorgfältiger Sonnenschutz wichtig. So kann man Hautkrebs und einer vorzeitigen Hautalte-



rung wirksam vorbeugen.

Die Apotheker in Nordrhein beraten auch in diesem Jahr wieder alle Patienten zum Thema Sonnenschutz. Sie bestimmen den jeweiligen Hauttyp und geben wichtige Tipps zu Wirkung und Anwendung der einzelnen Sonnenschutzmittel. Besonders wichtig ist die Beratung für Menschen, die Arzneimittel einnehmen. Denn bestimmte Arzneimittel wie einige Antibiotika oder Blutdruckmittel können die Lichtempfindlichkeit stark erhöhen.

„Welcher Lichtschutzfaktor benötigt wird, ist von dem Hauttyp, der Eigenschutzzeit der Haut sowie der Länge des Sonnenbades und der Intensität der Sonne abhängig“, erläutert Lutz Engelen, Präsident der Apothekerkammer Nordrhein. Die fachkundige Bestimmung des jeweiligen Hauttyps und eine gezielte Beratung sind wichtig für die Wahl des richtigen Lichtschutzfaktors.

Hautyp und Lichtschutzfaktor

Von den sechs Hauttypen gehört die Mehrheit der Deutschen dem sehr lichtempfindlichen nordischen Typ oder Phototyp II an. Hier beträgt die Eigenschutzzeit 10 bis 20 Minuten. Nach Ablauf dieses Zeitraums reagiert die Haut mit einer Rötung und Hautschäden können entstehen.

Multipliziert man nun den auf einem Sonnenschutzmittel angegebenen Lichtschutzfaktor (LSF) mit der Eigenschutzzeit der Haut, erhält man die Zeitspanne in Minuten, die man sich mit Sonnenschutz maximal in der Sonne aufhalten darf. „Die rechnerische Dauer sollte jedoch nur bis zu 60 Prozent ausgereizt werden“, rät Lutz Engelen.

Klotzen statt kleckern

Ob der Lichtschutzfaktor (LSF) hält, was er verspricht, hängt davon ab, wie reichlich und gleichmäßig die Haut mit dem Sonnenschutzmittel eingecremt wird. Ein Erwachsener sollte durchschnittlich mindestens 36 Gramm (entspricht etwa drei Esslöffeln) Sonnenschutzmittel verwenden, um sich von Kopf bis Fuß einzucremen. Einmal üppig eincremen bietet einen besseren Schutz über den Tag, als mehrmals sparsam auftragen.

Schweiß, Sand, Wasser und Trockenrubbeln mit dem Handtuch können die Wirksamkeit des Sonnenschutzes deutlich verringern. Daher sollte man mehrmals am Tag nachcremen, auf jeden Fall nach jedem Abtrocknen. „Dabei ist zu beachten, dass das Nachschmieren die Schutzwirkung nur aufrecht erhält und keinesfalls verlängert“, erläutert Lutz Engelen.

Sonnenschutzmittel aus dem Vorjahr aussortieren

Sonnenschutzmittel behalten nach Anbruch der Verpackung etwa ein Jahr lang ihre Wirkung. Danach lässt der Schutz zunehmend nach. Deshalb sollten Sonnenschutzmittel aus dem Vorjahr aussortiert werden.

Der passende Schutz für jede Haut

Menschen mit Neurodermitis und bestimmten Allergien benötigen in der Regel Spezial-Sonnenschutzpräparate. Dies gilt insbesondere auch für Menschen, die sich nach Maßgabe des Arztes besonders gut vor weißem Hautkrebs schützen sollen. „Einige Arzneimittel, wie z. B. Antibiotika oder Entwässerungsmittel, die zur Blutdrucksenkung eingesetzt werden, können die Sonnenempfindlichkeit der Haut erhöhen oder unter UV-Einwirkung Hautreaktionen auslösen“, warnt Lutz Engelen.

Säuglinge und Babys sollten generell vor Sonneneinstrahlung geschützt werden. Da auch im Schatten noch ein großer Teil der Strahlung messbar ist, sollte auf Schutz durch Kleidung und geeignete Sonnencreme nicht verzichtet werden.

Quelle: AKNR

Foto: Jörg Brinckheger / pixelio.de

Hitzefalle Auto

Die Bundestierärztekammer warnt: Den Hund im PKW zu „parken“ kann tödlich enden!

In den nächsten Tagen soll es in Deutschland so richtig warm werden. Schöne Aussichten für das verlängerte Wochenende, doch auch Anlass für die Bundestierärztekammer zu warnen: „Lassen Sie Ihren Hund bei diesen Temperaturen auf keinen Fall im Auto warten, denn das kann tödlich enden!“



„Erst vor kurzem musste die Polizei in Bayern gewaltsam ein Auto öffnen und einen Hund befreien. Hilfe, die für das arme Tier leider zu spät kam: Es ist qualvoll verendet, dabei war es draußen noch nicht einmal besonders heiß“, bedauert Prof. Dr. Theo Mantel, Präsident der Bundestierärztekammer. Das Tückische dabei sei nämlich, dass sich das Wageninnere in der Sonne aufheize wie ein Backofen, die Temperaturen steigen rasch auf über 70 Grad. Mantel: „Ein leicht geöffnetes Fenster oder ein Schälchen Wasser sind da völlig nutzlos. Auch ist es Quatsch zu meinen, dass ein Schattenplatz Schutz bietet. Auch im Schatten heizt sich das Wageninnere ab einer bestimmten Temperatur auf. Und da sich der Sonnenstand ändert, reicht schon eine halbe Stunde, und der Hund schmort im besonnten Auto. Darum rufen Sie auf jeden Fall die Polizei, wenn sie beobachten, dass ein Hund in einem in der Sonne geparkten Auto warten muss!“

Dass Hunde relativ schnell an Überhitzung sterben können, liegt an ihrer speziellen Art der Wärmeregulation: Hunde ha-

ben im Gegensatz zu uns (außer unter den Pfotenballen) keine Schweißdrüsen, sie schwitzen also nicht, sondern erzeugen durch ihr Hecheln Verdunstungskälte. Die Thermoregulation über die Atemwege reicht aber bei großer Hitze besonders bei den zurzeit so modernen kurznasigen Rassen nicht aus. „Möpse, Bulldoggen oder Pekinesen mit ihren verkleinerten Nasenmuscheln haben hier große Probleme und können noch leichter einen Hitzekollaps bekommen“, warnt Mantel. Darum sollten diese Hunde bei steigenden Temperaturen nicht belastet werden. Für alle Rassen, auch die supersportlichen, gilt: Bei hochsommerlichen Temperaturen – besonders in der Mittagshitze – den Hund nicht am Fahrrad laufen lassen! Etwas, das man leider immer wieder sieht ...

Erste Hilfe bei Hitzschlag:

- Anzeichen für einen Hitzschlag sind verstärktes Hecheln, Erbrechen, Durchfall, Apathie, Taumeln oder Krämpfe.

- Das Tier unverzüglich an einen kühlen und schattigen Ort bringen. Ist der Hund bei Bewusstsein, sofort Wasser anbieten. Um das Tier allmählich abzukühlen, kann man es unter eine feuchte Decke legen oder ihm vorsichtig zuerst die Beine und dann den Körper befeuchten.

- Achtung:

Ein Hitzschlag ist ein Notfall! Es muss unverzüglich ein Tierarzt aufgesucht werden, auch dann, wenn sich der Hund bereits etwas erholt hat.

Quelle: Bundestierärztekammer

Foto: M. Grossmann / pixelio.de

BZgA: Glücksspiel in Deutschland weiter rückläufig – Suchtproblematik auf niedrigem Niveau

Köln/Berlin. Die Glücksspielteilnahme in Deutschland ist insgesamt weiterhin rückläufig. Das belegen die in Berlin vorgestellten Ergebnisse der repräsentativen Studie „Glücksspielverhalten und Glücksspielsucht in Deutschland 2015“ zur Verbreitung von Glücksspielen und damit assoziierten Problemen in Deutschland, die der Deutsche Lotto- und Totoblock (DLTB) und die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) alle zwei Jahre erheben.

Die heute vorgestellte Studie bestätigt damit einen Trend, der sich auch in den vorangegangenen Befragungen abzeichnete. Im Jahr 2013 nahmen 40,2 Prozent der Befragten in den letzten 12 Monaten an einem Glücksspiel teil, im Jahr 2015 waren es 37,3 Prozent. Auch das in Deutschland beliebteste Glücksspiel „LOTTO 6aus49“ wird seltener gespielt (2013: 25,2 Prozent, 2015: 22,7 Prozent).

Erstmals seit Beginn der Studienreihe nimmt zudem das Spielen an Geldspielautomaten ab (2013: 3,7 Prozent, 2015: 2,6 Prozent). Der Anteil Jugendlicher, die ge-





werbliche Glücksspiele, d.h. alle Glücksspiele ohne die privat organisierten Glücksspiele, nutzen, ist im gleichen Zeitraum von 15,8 Prozent auf 14,6 Prozent gesunken. Zugenommen hat dagegen die Teilnahme an illegalen Sportwetten unter 18- bis 20-jährigen Männern.

„Das Glücksspielverhalten junger Männer in Deutschland bietet weiterhin Anlass zur Sorge“, betont Peter Lang, Abteilungsleiter in der BZgA. „So hat die Teilnahme an illegalen Sportwetten unter 18- bis 20-jährigen Männern von 5,7 Prozent im Jahr 2013 auf 12,8 Prozent im Jahr 2015 deutlich zugenommen. Überhaupt sind Männer deutlich häufiger von problematischem oder pathologischem Glücksspielverhalten betroffen als Frauen: Am stärksten mit 2,7 Prozent in der Altersgruppe 21 bis 25 Jahre und

mit 2,4 Prozent in der Gruppe 36 bis 45 Jahre.“

Ein problematisches oder pathologisches Glücksspielverhalten weisen 0,79 Prozent der Befragten auf. Diese Quote liegt im Bereich vergleichbarer in Deutschland bereits durchgeführter Studien. Bezogen auf die 16- bis 70-jährige Bevölkerung in Deutschland ergibt die statistische Schätzung etwa 308.000 bis 676.000 betroffene Personen.

Grundsätzlich zeigen die Daten, dass männliches Geschlecht, Alter bis 25 Jahre, niedriger Bildungsstatus und Migrationshintergrund das Risiko für glücksspielassoziierte Probleme erhöhen. Als besonders risikoreich erweisen sich, wie auch schon in früheren Studien, unter anderem das Spielen an Geldspielautomaten und die Teilnahme an Sportwetten.

Seit 2007 führt die BZgA gemeinsam mit dem DLTB die nationale Präventionskampagne „Spiel nicht bis zur Glücksspielsucht“ durch. Hierzu werden in zweijährigem Abstand bundesweite Repräsentativbefragungen

zum Glücksspielverhalten durchgeführt, seit 2013 auch unter Berücksichtigung mobiler Telefonanschlüsse. In der von April bis Juli 2015 durchgeführten nunmehr fünften Studie wurden 11.500 Personen im Alter von 16 bis 70 Jahre telefonisch befragt. BZgA-Informations- und Beratungsangebot

Auf <http://www.spielen-mit-verantwortung.de> finden Betroffene und Angehörige ein umfangreiches Informations- und Beratungsangebot mit einem kostenlosen Online-Ausstiegsprogramm, einer Chat-Sprechstunde und einem Selbsttest zum eigenen Glücksspielverhalten.

Darüber hinaus besteht die Möglichkeit zur telefonischen Beratung unter der kostenlosen Rufnummer 0800-1 37 27 00.

Broschüren zum Thema Glücksspiel und Glücksspielsucht können kostenfrei bestellt werden: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, 50819 Köln E-Mail: order@bzga.de

Quelle: BZgA

Fotos: Rainer Sturm / pixelio.de

BRILLEN
DAHMEN

6

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

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.

Kommen Sie jetzt zum Sehtest*

1.500 mal einmalig.

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

Immer für Sie da!

pflege plus® GmbH

pflege plus

02166 130980
0177 8180011



Patienten bei Cannabis-Anwendung nicht im Stich lassen

Patienten, die aus medizinischen Gründen Cannabis brauchen, dürfen bei der Anwendung des Arzneimittels nicht im Stich gelassen werden. Das ist eine zentrale Botschaft des Symposiums „Cannabis als Arzneimittel – Fakten und Herausforderungen“, das die Bundesapothekerkammer in Berlin veranstaltet hat. „Wenn Cannabis von Ärzten verordnet und von Apothekern als Rezepturmittel abgegeben wird, dann brauchen die Patienten auch eine eindeutige Gebrauchsanweisung inklusive der notwendigen Hilfsmittel“, sagte Dr. Andreas Kiefer, Präsident der Bundesapothekerkammer.

„Das Rauchen von Cannabis als ‚Joint‘ ist problematisch, denn die Dosis, die im Blut ankommt, ist nicht reproduzierbar. Dadurch

macht sich jeder Patient selbst zum Versuchskaninchen, und das jedes Mal wieder. Das ist mit einer modernen und wissenschaftlich fundierten Arzneimitteltherapie unvereinbar“, sagte Kiefer. Er ist auch Vorsitzender der Kommission Deutscher Arzneimittelcodex / Neues Rezepturformularium (DAC/NRF). „Wir arbeiten an Rezepturvorschriften, die eine pharmazeutisch korrekte Anwendung und Dosierung von Cannabisblüten und -extrakten ermöglichen.“

„Cannabis ist kein Wundermittel und nur für Patienten geeignet, bei denen andere Medikamente keine ausreichende Linderung zeigen. Dies belegen systematische Übersichtsarbeiten, die auf die mangelnde Studienlage und Evidenz in der Anwendung von Cannabis zur Behandlung von Schmerzen, bei Krämpfen, in der Palliativmedizin oder begleitend in der Krebstherapie hinweisen“, sagte Prof. Dr. med. Michael Schäfer, Präsident der Deutschen Schmerzgesellschaft. Beim Symposium der Bundesapothekerkammer diskutierten Ärzte und Apotheker über verschiedene Aspekte zur medizi-

nischen Cannabis-Anwendung, z.B. die aktuelle Rechtslage, Qualitätskriterien der Rezepturmittel sowie Forschungsbedarf hinsichtlich der Wirksamkeit der Pflanze und ihrer Extrakte.

Quelle: ABDA

Foto: *angieconscious / pixelio.de*

Das RY-Kennzeichen kommt nicht

Eine Wiedereinführung des RY-Kennzeichens wird es nicht geben. Der Rat hat sich mit Mehrheit dagegen ausgesprochen. Bereits im Jahr 2012 stand das Thema schon einmal auf der Tagesordnung. Auch hier votierte der Stadtrat gegen die Wiedereinführung des Alt-Kennzeichens, das vor 41 Jahren abgeschafft wurde. Heute sind rund 60 solcher RY-Kennzeichen angemeldet. Mit der Kombination MG-RY fahren rund 800 Autos über Gladbachs Straßen. Eine Kombination, die von vielen als Kompromisslösung gewählt wird und die noch in tausenden Zahlenvarianten erhältlich ist.

Quelle: *pmg/sp*



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 5412
www.bestattungen-renners.de · info@bestattungen-renners.de

Extreme Hitze: Was müssen Herzpatienten beachten?



Hitzetipps für herzranke und ältere Menschen

Frankfurt a. M. Sommerliche Hitze mit sehr hohen Temperaturen über 30 Grad Celsius kann zur Herausforderung besonders für ältere Menschen und diejenigen werden, die bereits wegen Herz- oder Blutdruckproblemen in Behandlung sind. Mögliche Folgen der hohen Temperaturen sind Müdigkeit und Schwindel sowie Blutdruckabfall bis hin zum Kreislaufkollaps, außerdem Herzrhythmusstörungen oder auch Muskelkrämpfe. „Diesen Komplikationen können Betroffene vorbeugen, indem sie mit ihrem behandelnden Arzt spezielle Vorsichtsmaßnahmen besprechen, die je nach Herzkrankung und Behandlung unterschiedlich sein können, zum Beispiel Anpassung der Trinkmenge oder notwendige Dosierungsänderungen bei Medikamenten“, betont Herzspezialist Prof. Dr.

med. Markus Haass (Mannheim) vom Wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Herzstiftung.

Herzpatienten müssen in den meisten Fällen Medikamente einnehmen. Bei manchen Arzneimitteln für die Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen kann wegen extremer Hitze eine Änderung der Dosierung notwendig sein, z. B. bei den blutdrucksenkenden Medikamenten für Bluthochdruckpatienten (ACE-Hemmer, Sartane, Calciumantagonisten) und den Diuretika (Entwässerungsmittel) für Herzschwächepatienten. „Herzpatienten sollten deshalb von ihrem Arzt regelmäßig die Dosierung überprüfen lassen und besprechen, welche Medikamente wie lange bei Hitze reduziert werden können“, rät Prof. Haass. Tipp aus der Herzstiftungs-Sprechstunde unter www.herzstiftung.de/Dosis-Blutdruck-Medikamente-bei-Sommer-Hitze-reduzieren.html

Der Mensch ist wie alle Säugetiere ein „gleichwarmes Lebewesen“. D. h., egal wie kalt oder heiß es ist, seine Körpertemperatur muss immer auf 37 Grad Celsius gehalten werden. Bei großer Hitze wärmt sich der Körper zu sehr auf, so dass die Wärme wieder abgegeben werden muss. Diese Wärmeabgabe geschieht auf zwei Wegen: über die Haut und über vermehrtes Schwitzen.

Wärmeabgabe über die Haut: geringe Bekleidung, kühlere Umgebung

Das Blut nimmt die übermäßi-

ge Wärme aus dem Körper auf und transportiert sie zu den kleinen Hautgefäßen, die wie „Kühlschlangen“ die Wärme an die Luft abführen. Je größer die Fläche der unbedeckten Haut, je kühler und trockener die vorbeistreichende Luft, und vor allem je mehr Blut vom Herzen durch die Hautgefäße gepumpt wird, desto mehr Wärme kann der Körper abgeben. Ein gesundes Herz kann diese Mehrbelastung problemlos bewältigen. Ein krankes Herz dagegen kommt schneller an die Grenze seiner Leistungsfähigkeit. „Ältere Menschen und vor allem Patienten mit einer Herzschwäche sollten daher möglichst größere Hitze meiden, sich körperlich schonen und besonders darauf achten sich sommerlich zu kleiden“, empfiehlt Herzspezialist Prof. Dr. med. Dietrich Andresen (Berlin) vom Vorstand der Deutschen Herzstiftung. „Abkühlung funktioniert am besten durch geringe Bekleidung wie T-Shirt, kurze Hose, Sommerkleid sowie Vermeidung direkter Sonneneinstrahlung.“

Vermehrtes Schwitzen: Zusätzlicher Flüssigkeitsverlust bei Diuretika-Einnahme

Auch über den Schweiß gibt der Körper Wärme ab, verliert dabei aber an Flüssigkeit und Elektrolyten (Salze: Natrium, Kalium, Magnesium): bei sehr heißem Wetter ein bis zwei Liter Flüssigkeit pro Tag. Trinken ist daher für den Ausgleich dieses Flüssigkeits- und Salzverlusts so wichtig. „Gesunde Menschen trinken bei

Durst automatisch so viel, wie sie zum Ausgleich brauchen. Aber bei älteren oder herzkranken Menschen kann das Durstgefühl nicht richtig intakt sein, so dass sie nicht ausreichend trinken und der Flüssigkeitsverlust nicht ausgeglichen wird“, warnt Prof. Andresen. „Wenn in einer solchen Situation durch eine zusätzliche Einnahme wassertreibender Medikamente (Diuretika) ein stärkerer Flüssigkeitsverlust entsteht, nimmt das Blutvolumen in den Gefäßen ab: der Blutdruck sinkt und es kann vor allem beim Aufstehen aus liegender oder sitzender Position zu Kreislaufkollaps mit kurzzeitiger Bewusstlosigkeit kommen.“



Gefahr durch zu starke Flüssigkeitszufuhr

Da auch die ausgeschwitzten Salze nicht hinreichend ausgeglichen werden, kommt es zu weiteren Beschwerden wie Kopfschmerzen, allgemeine Müdigkeit aber auch Muskelkrämpfen und bis-

weilen Herzrhythmusstörungen. Ältere Menschen und Patienten mit einer Herzschwäche müssen daher an heißen Tagen angehalten werden genügend, zusätzlich ein bis zwei Liter pro Tag, zu trinken. Allerdings: „Genügend“ heißt aber auch: Nicht zu viel! Denn eine übermäßige Flüssigkeitszufuhr kann bei herzkranken Patienten zur Verschlechterung ihrer Herzleistung führen“, warnt Prof. Andresen. „Deshalb sollten herzkranken Patienten ihre Trinkmenge, aber auch die Medikamenteneinnahme, mit ihrem betreuenden Arzt abstimmen. Tägliches Wiegen hilft, die notwendige Trinkmenge festzulegen.“

Tägliches Wiegen zur Kontrolle der Trinkmenge

Herzpatienten, besonders diejenigen mit Herzschwäche, sollten sich morgens vor dem Frühstück und nach dem ersten Gang zur Toilette wiegen. Generell ist ein regelmäßiges Wiegen am Morgen zur Kontrolle der Flüssigkeitsbilanz ausreichend. Durch zusätzliches Wiegen am Abend lässt sich die Flüssigkeitsbilanz über den Tag grob einschätzen. Ist das Körpergewicht trotz Flüssigkeitszufuhr um mehr als 1 Pfund angestiegen, ist die Trinkmenge zu hoch. Wer als Herzschwächepatient trotz Flüssigkeitszufuhr abgenommen hat, sollte – nur in Abstimmung mit dem Arzt – die Dosierung der Entwässerungsmittel herabsetzen.

Quelle: Deutsche Herzstiftung e. V.

Foto 1: Jan Neuffer / Deutsche Herzstiftung e. V.

Foto 2: Timo Klostermeier / pixello.de



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



Unsere Pflege - Ihr Plus

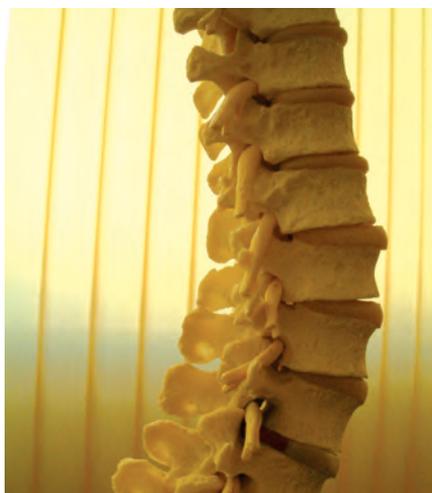
pflege plus®
Pflegedienst und mehr...
Dahlener Str. 119-125
41239 Mönchengladbach
Telefon: 02166 / 130980

Beratungsstellen:

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

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

Individuelle Gesundheitsleistungen: Jeder dritte Patient ohne schriftliche Vereinbarung



Hamburg. Viele Patienten bekommen nichts Schriftliches in die Hand, wenn sie beim Arzt eine sogenannte Individuelle Gesundheitsleistung (IGeL) in Anspruch nehmen. Das zeigt eine neue Umfrage, die das Meinungsforschungsinstitut Forsa im Auftrag der Techniker Krankenkasse (TK) durchgeführt hat.

IGeL gehören per Gesetz nicht zum Katalog der Krankenkassen und müssen privat gezahlt werden. Generell gilt: Der Arzt ist verpflichtet, den Patienten vor Beginn der Behandlung schriftlich über die Kosten zu informieren und mit ihm einen schriftlichen Behandlungsvertrag abzuschließen. Doch offenbar verzichten viele Ärzte darauf: In der Forsa-Umfrage gibt mehr als jeder dritte Patient (36 Prozent) an, vor Behandlungsbeginn nichts Schriftliches ausgehändigt bekommen zu haben.

„Das hat Nachteile für beide Parteien. Patienten fühlen sich schlecht aufgeklärt darüber, welche Kosten entstehen. Darunter leidet immer auch das Vertrau-

en zum Arzt. Die Mediziner wiederum können im schlechtesten Fall, also beispielsweise im Streitfall, ihr Honorar nicht einfordern. Ärzte dürfen von gesetzlich Versicherten nämlich nur dann eine Vergütung fordern, wenn diese schriftlich bestätigt haben, auf eigene Kosten behandelt werden zu wollen“, erklärt Karen Walkenhorst, Bereichsleiterin bei der TK.

Die Hälfte der gesetzlich Versicherten (50 Prozent) hat von ihrem Arzt schon IGeL-Angeboten bekommen. Jedem Dritten (32 Prozent) passiert das sogar öfter. Deutlich ist dabei der Zusammenhang mit dem Einkommen: Je wohlhabender ein Patient ist, desto öfter bekommt er Zuzahlleistungen angeboten. So berichten sieben von zehn Befragten mit einem Monatseinkommen von über 3.000 Euro von IGeL-Angeboten, aber nur vier von zehn (43 Prozent), die 1.500 Euro oder weniger verdienen.

Außerdem bekommen Frauen deutlich öfter IGeL-Angebote als Männer (55 Prozent versus 45 Prozent). Die häufigsten IGeL-Leistungen, die den befragten Versicherten angeboten wurden, sind:

- eine professionelle Zahnreinigung: 72 Prozent
- eine zusätzliche, kostenpflichtige Krebsvorsorge, also zum Beispiel der PSA-Test zur Früherkennung von Prostatakrebs oder Ultraschall zur Krebsfrüherkennung: 46 Prozent

- eine Zusatzleistung beim Augenarzt, zum Beispiel zur Glaukom-Früherkennung: 44 Prozent
- eine kostenpflichtige alternative Heilmethode, zum Beispiel Akupunktur oder Biofeedback: 26 Prozent
- eine reisemedizinische Vorsorge, also zum Beispiel eine Reisechutzimpfung: 14 Prozent
- ein anderes kostenpflichtiges Vorsorge-Verfahren, zum Beispiel zur Diabetes-Früherkennung: 12 Prozent

Nur vier von zehn gesetzlich Versicherten (36 Prozent), die vor einer Entscheidung pro oder contra IGeL standen, haben sich dazu weitere Informationen eingeholt. Mit 64 Prozent ist es die Mehrheit, die ihrem Arzt in Sachen IGeL blind vertraute. Diejenigen, die sich weiter schlau machen, wenden sich meist an ihre Krankenkasse (54 Prozent), schauen auf spezielle Seiten im Internet wie www.igel-monitor.de (36 Prozent) oder holen sich bei einem anderen Arzt eine zweite Meinung ein (18 Prozent).

Insgesamt 70 Prozent der gesetzlich Versicherten, denen eine Selbstzahlerleistung angeboten wurde, haben dann auch „ja“ gesagt - 39 Prozent auch schon mehrfach. „Auf keinen Fall sollten Patienten sich vorschnell entscheiden oder gar unter Druck setzen lassen. Individuelle Gesundheitsleistungen sind niemals dringend“, so Walkenhorst.

Quelle: TK

Foto: strichcode / 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**