

### wir gemeinsam

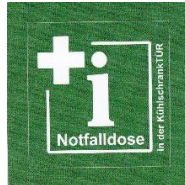
## Kurzinformationen – nicht nur zum Thema Pflege

### Im Notfall zählt jede Minute

Viele Menschen leben allein, in einer gesundheitlichen Notlage zählt jede Minute. Vielleicht können sie noch Nachbarn, den Notarzt oder Verwandte anrufen, aber die nötigen Angaben können viele nicht mehr machen.

Die **NOTFALLDOSE** hilft. Sie wird in der Tür des Kühlschranks deponiert. Darin sind alle wichtigen Angaben zu finden, die der/die Kranke vielleicht nicht mehr selbst machen kann. Ein Aufkleber am Kühlschrank und auf der Innenseite der Wohnungstür weisen Helfenden den Weg.

Notfalldosen sind in vielen Apotheken erhältlich  
[www.Notfalldose.de](http://www.Notfalldose.de)



### Die „Wissensbörse Pflege (wp Bund)“

Darin finden Sie nach Stichworten geordnet:

■ Wissenswertes aus **wir gemeinsam** ■ Bücher von wp Mitgliedern ■ Artikel unserer Mitglieder zu Einzelthemen (zum Herunterladen) ■ die letzten vier Ausgaben des wp Newsletters (Bund).

Machen Sie Gebrauch von diesen Möglichkeiten!

[www.wir-pflegen.net](http://www.wir-pflegen.net) > Wissensbörse

### Wahrnehmungsstörungen bei Demenz

Der Umgang und die Pflege desorientierter Menschen ist schwer, manche ihrer Reaktionen sind unverständlich und belastend.

Frau K. z.B. war tagsüber relativ ruhig, aber immer, wenn sie ins Bett gelegt wurde, begann sie laut zu schreien und war durch nichts zu beruhigen. Die Tochter war ratlos und verzweifelt - bis sie jemand auf Sanddecken (oder Westen) aufmerksam machte. SANDDECKEN sind das Herzstück und die Grundsäule der „Sandtherapie“. Durch ihr Gewicht wird flächendeckend Druck auf die Muskel- und Belastungssensoren des Körpers verteilt, das führt zu einer deutlichen Steigerung der kognitiven Leistungsfähigkeit. Die Hersteller sagen: Sie eignen sich als Therapie oder zur Therapie-Ergänzung bei vielen Krankheitsbildern für nahezu alle Altersgruppen. Vor allem bei

motorischer Unruhe, Schlaflosigkeit und bei der Versorgung von Wachkomapatienten wurden gute Erfahrungen gesammelt.

Sanddecken geben durch ihr Gewicht über Rezeptoren auf der Haut und die Proprio-Rezeption (von lateinisch proprius „eigen“ und recipere „aufnehmen“) dem Gehirn neue Impulse nach dem Motto: Das bin ich, hier ist oben, unten, hinten und vorn. Der Mensch bekommt Halt. Das Gehirn weiß nun, wo sich alle Körperteile befinden und kann sich um andere Dinge kümmern. Die Decke bewirkt ein verändertes Körperempfinden.

Bisher gibt es zwar keinen wissenschaftlichen Nachweis über die Wirkungsweise dieser Methode, das Thema „sensorische Integration“ wird von der Schulmedizin nicht beachtet.

Immerhin gibt es Erfolgsberichte (auch Frau K. wurde unter ihrer Sanddecke still und schlief ruhig ein). Also gilt der Spruch von Paracelsus „wer heilt hat Recht“. Pflegenden Angehörigen unter Druck greifen nach jedem Strohalm, bei Bedarf: Schauen Sie im Internet unter Sanddecke/Sandtherapie nach. gb

### Keine Bioplastik in die Biotonne

Tüten aus Bioplastik gehören nicht in die Biotonne, sondern in den Restmüll, weil sie sich von herkömmlichen Plastiktüten kaum unterscheiden lassen und in den Kompostwerken aussortiert werden müssen.

Also: Biomüll in Papiertüten, Zeitungspapier oder un-verpackt in die Biotonne schütten.

[www.nabu.de](http://www.nabu.de)

### „Helm auf beim Radfahren - in jedem Alter“

...das ist die dringende Empfehlung der Deutschen Gesellschaft für Orthopädie und Unfallchirurgie (DGOU).

„Senioren bauen körperlich ab und rüsten technisch auf“, erklärte der Chefarzt einer Klinik für Neurologie. Viele nutzen inzwischen ein eBike (Pedelec), unterschätzen aber die 25 km/h, die es erreicht und trauen sich dank der elektrischen Tretunterstützung auch schwierige oder anstrengende Strecken zu.

Doch höhere Geschwindigkeiten erhöhen das Unfallrisiko und die Schwere von Verletzungen.

Radfahren erfordert Balance, Koordination und schnelle Reaktionsfähigkeit; bei altersbedingten Einschränkungen erhöhen sich damit die Risiken. Schon leichte Körperverletzungen können zu schweren Blutungen führen (z.B. bei Einnahme blutverdünnender Mittel). Kopfverletzungen sind besonders gefährlich, weil im Alter die Blutgefäße weniger elastisch sind. Deshalb ist - neben umsichtigem Fahren - der Fahrradhelm wichtig, bei einem Sturz kann er über Leben und Tod entscheiden.

Ärzte Zeitung vom 12.7.18: Unfallstatistik 2017, <https://dLgou.de/news/news/detailansicht/artikel/appell-an-senioren-helm-auf-beim-radeln-mit-dem-fahrrad-oder-pedelec>

### Die Tafeln in Deutschland

In den letzten 10 Jahren hat sich die Zahl der Menschen, die Hilfe bei den Tafeln suchen, von 700.000 auf 1,5 Mio pro Jahr verdoppelt. Inzwischen gibt es 940 Tafeln mit 2.000 Ausgabestellen, jährlich werden ca. 264.000 Tonnen Lebensmittel verteilt. Die Arbeit wird von knapp 60.000 Freiwilligen geleistet.

Die Politik ist in der Pflicht: Deutschland muss endlich mehr soziale Gerechtigkeit schaffen!!

VdK Interview mit Jochen Brühl, Vorsitzender des Dachverbands „Tafel Deutschland“ Nov. 2018

### Was sind Palliativ-Care-Teams?

Teams der spezialisierten ambulanten Palliativversorgung helfen Patienten, die an einer nicht heilbaren und fortschreitenden Erkrankung leiden und eine besonders aufwändige Versorgung brauchen.

So können Kranke wunschgemäß in stationären Pflegeeinrichtungen oder in ihrer vertrauten Umgebung bis zu ihrem Tod gepflegt werden. Neben Medizin und Pflege gehören psychosoziale und spirituelle Begleitung zum Angebot der Palliative-Care-Teams.

**Finanzierung:** Die spezialisierte ambulante Palliativversorgung ergänzt das bestehende Versorgungsangebot, sie wird wie andere medizinisch-pflegerische Leistungen von der gesetzlichen Krankenversicherung bezahlt.

Privatversicherte bekommen diese Leistungen nur, wenn Palliativversorgung ausdrücklich vertraglich vereinbart wurde, eventuell können Kosten über den Kulanzweg erstattet werden.

Ausführlicher Artikel: siehe wp Wissensbörse, Artikel  
Quelle: Deutsche Stiftung Patientenschutz, Dortmund:  
Tel: 0231 738 0730, [www.stiftung-patientenschutz.de](http://www.stiftung-patientenschutz.de),  
[info@stiftung-patientenschutz.de](mailto:info@stiftung-patientenschutz.de)

## Blitzlicht

**Die Altersarmut** (besonders der Frauen) stieg zwischen 2005 und 2016 von 10,7 auf 15,9%

Statist. Bundesamt, Quelle: Frau und Mutter, 2/2018

**Bevölkerungsentwicklung in der BRD:** Lt. stat. Bundesamt lag die Zahl der Neugeborenen **2017** bei 785.000 (0,9% weniger als 2016); es starben 933.000 Menschen (22% mehr als 2016). Den Bund der Eheschlossenen 407.000 Paare, (0,7% weniger als 2017).

Quelle: kfd, Nr. 08/2018, S. 18



### Zum Schmunzeln

**Aufgeschnappt:** Zwei kleine Mädchen sitzen nebeneinander auf einer Schaukel. „In welcher Klasse bist’n du?“, fragt die Kleinere. – „In der zweiten, und du?“ – „In der ersten!“

Beide schaukeln eifrig weiter, dann meint die Jüngere nachdenklich: „Schade, wenn wir zu sammen gehen täten, wären wir schon in der dritten“.

-----

„Tiere sollte man nicht schmusen und küssen, dabei werden Krankheiten übertragen“, belehrt die Nachbarin ein kleines Mädchen.

„Stimmt“, erwidert die Kleine und streichelt nachdenklich ihre Katze, „meine Tante hat immer ihren Hund geküsst und jetzt ist der Hund gestorben!“

### Redaktionsteam

Gudrun Born, Brigitte Hald-Hübner  
Sabine Feldt, Ellen Schneider  
[aktion-infobrief@wir-pflegen.net](mailto:aktion-infobrief@wir-pflegen.net)

### Herausgeber dieses Infobriefes:

wir pflegen  
[www.wir-pflegen.net](http://www.wir-pflegen.net)

### Anschrift Vorstand wp:

Alt Moabit 91, 10559 Berlin  
Telefon: 030-577 041 83  
[vorstand@wir-pflegen.net](mailto:vorstand@wir-pflegen.net)