



Österreichs Fachzeitschrift für Gesundheits-, Kranken- und Altenpflege®

Newsletter Nr. 26-2006

(ISSN 1024-6908)

21. Jahrgang – 24. Juni 2006

Geschätzte Leserinnen und Leser !

Wenn Sie diesen Newsletter zukünftig nicht mehr erhalten möchten, klicken Sie bitte hier:

office@lazarus.at?subject=LAZARUS-NEWSLETTER%20ABMELDEN

Alle früheren Wochenausgaben aus 2005 und 2006 sind im PflegeNetzWerk

www.LAZARUS.at (Archiv auf der Startseite) als Download verfügbar

Unorthodoxe Präventions-Kampagne der AIDS-Hilfe-Wien:

ASK FOR: Jugend + Sport + Sexualgesundheit

Jugendliche sind heute mit allen Formen der Sexualität früher konfrontiert als noch vor einigen Jahren. Österreichische Mädchen und Burschen erleben ihr "erstes Mal" statistisch gesehen mit etwa 16 Jahren (Durex-Report 2005). Die gute Nachricht ist: Jugendliche verwenden am Anfang mit einem/r neuen Partner/in das Kondom. Aber: In einer Beziehung verzichten Jugendliche sehr schnell auf den Kondomgebrauch. Das neue Jugendsportprojekt ASK FOR der AIDS-Hilfe Wien (www.aids.at) gemeinsam mit der ASKÖ-Sportorganisation und Fonds Gesundes Österreich (www.fgoe.at) will diesem Trend gegensteuern.

Ein erklärtes Ziel ist es, Jugendliche vom ersten Mal an zum Kondomgebrauch zu motivieren und die Vorteile (Schutz vor HIV/AIDS, sexuell übertragbaren Krankheiten – STD, und ungewollten Schwangerschaften) aufzuzeigen. Wenn das Kondom bei Jugendlichen zur Selbstverständlichkeit wird, dann sind die Chancen für einen späteren natürlichen Gebrauch groß. Ein weiteres Ziel ist es, den Jugendlichen soviel Selbstbewusstsein zu vermitteln, dass sie Nein sagen können, wenn sie etwas nicht möchten. Auch wenn der Druck des Partners oder der Gruppe groß ist.

Erreichte man mit bisherigen Kampagnen hauptsächlich nur die Mädchen, so will man jetzt verstärkt auch die Burschen in ihrer Freizeit erreichen. Und diese Orte fand das Projekt auf den Sportplätzen: Es verbindet Sport, Körperlichkeit, Gesundheit und sexuelle Gesundheit auf neue Art. So werden in den ASKÖ-Sportvereinen kosten-

lose Workshops mit Basiswissen und Verhaltenstipps zum Thema HIV/AIDS für die Jugendlichen selbst, aber auch für Trainer/ innen angeboten, um auch die Coaches zu kompetenten Ansprechpartner/innen in Sachen sexueller Gesundheit für die Jugendlichen zu machen.

Um die Botschaften für Jugendliche möglichst attraktiv zu machen, stellten sich prominente Sportler/-innen zur Verfügung: Markus Kiesenebner (FK Austria Wien), Nina Burger (SK Neulengbach, Bild re.) und Helge Payer (SK Rapid Wien, Bild o.). Markus Kiesenebner dazu: "Als Fußballer hat man auch abseits des Sportplatzes Vorbild-charakter. Wenn meine Mitwirkung auch nur ein paar Jungs dazu bringt umzudenken und den Gummi regelmäßig zu verwenden, dann hab ich die AIDS-Gefahr bei diesen Jugendlichen gebannt.". Auch Helge Payer zögerte nicht, teilzunehmen: "Meine Devise im Sport ist: Abwehren ist alles! Und das Kondom wehrt ab. Daher mein Tipp an die Kids: Nehmt heute ein Kondom, damit es euch morgen nicht Leid tut!".

ASK FOR wird auch vom Gesundheits- und Bildungsministerium, dem Wiener Landesjugendreferat und der Österreichischen Gewerkschaftsjugend sowie einer Reihe von Sponsoren tatkräftig unterstützt..

* * *

Krankenhaus der Stadt Klosterneuburg: Privatwirtschaftliche Führung

Die Gesundheitsunternehmen Humanomed (www.humanomed.at) und Health Care Company (www.healthcarecompany.at) haben das Rennen um die Führung des (weiterhin städtischen) Krankenhauses Klosterneuburg für sich entschieden. Somit übernehmen diese österreichischen Anbieter erstmals gemeinsam das Management eines öffentlichen Krankenhauses. „Damit ist es gelungen, die innovativsten Kräfte und das starke Know-how österreichischer Gesundheitskompetenz in einem Projekt zu vereinen. Unser Ziel ist es, am Standort Klosterneuburg ein Musterprojekt zu etablieren“, sagten Univ.Prof. DDr. Christian Köck (HCC) und Mag. Julian Hadschieff (Humanomed), der Managementvertrag läuft vorerst bis 2008.

* * *

Gesundheit und Mundhygiene: Bakterienfalle Zahnbürste

Seit der Erfindung der Zahnbürste durch die Chinesen (1489) und der Erfindung der Nylonborsten (1938) hat die Zahnbürste keine großen technischen Neuerungen erfahren: Zwar gibt es ständig neue Farben, Formen und Borsten, doch das Grundproblem bleibt: Nach dem ersten Zähneputzen wandelt sich die neue Zahnbürste in eine wahre „Bakterienfalle“. Weltweite Untersuchungen haben gezeigt, dass sowohl anaerobe als auch aerobe Bakterien millionenfach an Zahnbürsten leben. Beim nächsten Zähneputzen können diese Gesundheitsstörungen verursachen - von Halsschmerzen bis hin zu Karies und Parodontose. Zusätzlich besteht die Gefahr

der Wiederansteckung, insbes. nach Infekten.

Weder durch Zahnpasta noch durch intensives Reinigen können die Bakterien und Mikroben entfernt werden. Deshalb ist jetzt die weltweit erste Zahnbürste mit dauerhafter antibakterieller Schutzwirkung auf dem Markt (www.dentoglob.de) : Silberionen auf den Borsten deaktivieren die Mikroben und entziehen ihnen die Lebensgrundlage, eine sanfte elektrische Ladung hindert die Bakterien daran, sich in den Borsten einzunisten und zu vermehren. Laut Herstellerangaben hält diese antibakterielle Schutzwirkung über den normalen „Lebenszyklus“ einer Zahnbürste (idR ca. 2 - 3 Monate) an und leistet so einen wichtigen Beitrag zur optimalen Zahnhygiene. Die neuartige Zahnbürste *Dento Clinic* gibt es in Apotheken oder beim Zahnarzt.

* * *

Die besten Trinktipps für den Sommer:

Jetzt einen Tee über den Durst trinken

Sommerzeit ist Trinkzeit, betonen die Experten des deutschen Gesundheitsportals, www.qualimed.de : Durst ist ein Warnsignal, das überhaupt nicht auftreten sollte. Besser ist es, keinen Durst zu entwickeln, sondern bei hohen Umgebungstemperaturen täglich 2,5 Liter regelmäßig alle 1 – 2 Stunden zu trinken. Ideale Sommergetränke sind zimmerwarmes Mineralwasser, warmer Früchtetee oder leicht gesalzener Gemüsesaft nach dem Prinzip: Warme Getränke löschen den Durst besser als kalte Getränke, die das Schwitzen noch fördern

Richtiges Trinken ist für unseren Körper sehr wichtig, damit alle Organe richtig funktionieren, die Schadstoffe abtransportiert werden und man/frau gesund bleibt. Ein Flüssigkeitsmangel vermindert die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit, verlangsamt das Denken und schwächt die Konzentration. Deswegen sollte der Flüssigkeitsbedarf auch über den Tag gleichmäßig gedeckt werden.

Häufig ist das Durstempfinden geringer als der wirkliche Flüssigkeitsbedarf. Um dem Leistungsabfall – im Job wie auch im Freizeitsport - vorzubeugen, ist es wichtig, dem Körper rasch die verlorene Flüssigkeit zurück zu geben: Bevorzugt mineralstoffreiche Mineralwasser mit einem Natriumanteil von 400 mg/l und Calcium-Magnesium-Verhältnis von 2:1 oder auch Apfel- und Traubensäfte in einer Mischung von 1:1 bis 1:3.

* * *

Waldviertel Klinikum Allentsteig, NÖ.:

Neurologie-Zentrum entsteht

Am Montag fand am Landeskrankenhaus Waldviertel Allentsteig die Gleichfeier der SKA für neurologische Rehabilitation statt. Ab dem Frühjahr 2007 sollen in diesem Neubau jährlich ca. 600 stationäre Patient/innen mit neurologischen Leiden – v. a. Schlaganfällen, Schädel-Hirntraumen, Multipler Sklerose oder Morbus Parkinson - behandelt werden.

Täglich drei Stunden intensive Therapie soll dafür sorgen, dass die Patient/innen viele Aktivitäten des Alltages auch weiterhin bewältigen können, die Begleiterkran-

kungen und -verletzungen unter medizinische Kontrolle gebracht werden und keine Selbst- oder Fremdgefährdung besteht. - Für das Waldviertel ist dieses Projekt sehr wichtig, nicht zuletzt werden 110 hoch qualifizierte Arbeitsplätze geschaffen.

* * *

Deutsche Studie zeigt strukturelle Defizite: Pflege-Charta umsetzen

Das Deutsche Institut für Menschenrechte hat der Bundesregierung empfohlen, einen bundeseinheitlichen „Standard für die menschenwürdige Grundversorgung“ in der Pflege zu entwickeln. Das könne die Rechte der Pflegebedürftigen wesentlich stärken, denn es gebe derzeit strukturelle menschenrechtliche Defizite in der Pflege.

Das Institut empfiehlt, das Gesundheitsministerium solle die vom „Runden Tisch Pflege“ ausformulierte „Charta der Rechte hilfe- und pflegebedürftiger Menschen“ (2005) unter den Betroffenen und den an der Pflege beteiligten Akteur/innen bekannt machen und die systematische Anwendung dieser Charta durch Programme fördern (Download: www.vincentz.net/ahdownload/downloads_stationaer.cfm#Gesetzentwuerfe).

* * *

Genitale Chlamydieninfektion im Vormarsch: Die stille Feindin in mir ...

Die Bedeutung der genitalen Chlamydieninfektion ist hoch, weil die Infektion häufig nur mit geringen oder gar keinen Symptomen verläuft und dennoch zu schwerwiegenden Folgen führen kann. Infizierte Menschen können auch Monate nach der eigenen Ansteckung und ohne selbst Symptome zu spüren ihre Sexualpartner infizieren. Die genitale Chlamydieninfektion ist die häufigste bakterielle, sexuell übertragbare Krankheit in den Industrienationen und gilt – unbehandelt - als wichtigste Ursache für weibliche Sterilität, ca. 30-50 % der Eileiterschwangerschaften sind auf diese Infektion zurück zu führen. Verbindliche Screenings bestehen nur im Rahmen der Mutterschaftsvorsorge, nicht aber für Jugendliche und junge Erwachsene, die durch wechselnde Sexualpartner als eine Hauptrisikogruppe gelten.

Eine fachlich fundierte Kurzinformation des pro familia-Bundesverbandes will Ärzt/-innen für das Thema sensibilisieren und deren Problembewusstsein verbessern, damit durch frühzeitige Information, Diagnostik und korrekte Behandlung Folgeschäden vermieden werden können (Download unter: www.profamilia.de -> Infomaterial -> Fachinformationen).

* * *

Pflegende Angehörige: Lebensgewinn und Beziehungs-Chance statt Mitleid im therapeutischen Abseits

Wenn die Angehörigen der Patient/innen nach besten Wissen und Erfahrungen ein-

bezogen würden, könnten weit mehr als die (in Deutschland) aktuell diskutierten 3 Mrd. unnötig verschriebenen pharmazeutischen Originalpräparate gespart werden., behauptet der Medizinspsychologe, Gesundheitswissenschaftler und gelernte Krankenpfleger Dr. Wolfgang George aus Gießen in seinem neuen Buch „Als Angehöriger zwischen Patient und Gesetz“, dass jetzt im Buchhandel erhältlich ist. Anstatt Angehörige konsequent in das Behandlungsgeschehen einzubeziehen, stehen diese bis heute nur allzu oft im Abseits oder werden als Besucher wahrgenommen - mit fatalen Folgen: Unzureichendes Verständnis, fehlendes Vertrauen und geringe Compliance sind häufig das direkte Resultat.

Zugleich bricht der Autor mit der Mär des leidgeprüften Angehörigen und zeigt durch zahlreiche Beispiele auf, dass die Betreuungssituation von sehr vielen Betroffenen als Lebensgewinn und Chance für die Beziehung verstanden wird. In eigenen Untersuchungen konnte der Autor zeigen, dass trotz der unzweifelhaften Belastung - die insbesondere dann anzutreffen wäre, wenn die professionellen Systeme die Angehörigen eben **nicht** zielgeleitet einbinden, schulen und unterstützen - die Betroffenen Krankheit oder Pflege als Lebensaufgabe vielfach gewinnbringend bewältigen können.

Das Buch wendet sich insbesondere an die Angehörigen und Patienten und seine einfache und zugleich kritische Botschaft lautet:

Hilf Dir selbst und vertraue nicht allein dem Expertensystem.

Wolfgang George: Als Angehöriger zwischen Patient und Gesetz. Ratgeber zur Orientierung im Gesundheitswesen. 160 Seiten / Spitta-Verlag, Balingen 2006

* * *

Leser-Reaktionen:

S.g.Redaktion! Ich danke Ihnen sehr herzlich, dass Sie gegen unsere Auflösung protestieren. Ich habe mir das (auf www.LAZARUS.at) angesehen und bin beeindruckt.

Noch gebe ich die Hoffnung nicht ganz auf, dass vielleicht doch im Roten Wien die Einsicht reift, dass wir nicht nur für Pflegepatienten, sondern auch für die gesundheitspolitische Weiterentwicklung in Wien einen wichtigen Beitrag leisten und geleistet haben. - Alles Gute bei Ihrer guten Arbeit.

Dr. Werner Vogt
Wiener Pflegeombudsmann

Eine x´unde, erfüllte Arbeitswoche wünscht Ihnen

Erich M. Hofer
Chefredakteur

Impressum:
Medienbüro LAZARUS
A-3062 Kirchstetten, NÖ.
E-mail: office@lazarus.at

PflegeNetzWerk: www.LAZARUS.at