

## Newsletter Nr. 10-2007

(ISSN 1024-6908)

22. Jahrgang – 03. März 2007

Geschätzte Leserinnen und Leser !

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

[office@lazarus.at?subject=LAZARUS-NEWSLETTER%20ABMELDEN](mailto:office@lazarus.at?subject=LAZARUS-NEWSLETTER%20ABMELDEN)

Alle früheren Wochenausgaben aus 2005 und 2006 sind im PflegeNetzWerk

[www.LAZARUS.at](http://www.LAZARUS.at) (Archiv auf der Startseite) als Download verfügbar

LKH Innsbruck:

## Erstes nuklearmedizinisches **Pflegetreffen**



Am vergangenen Wochenende wurde erstmals für Österreich ein nuklearmedizinisches Pflegetreffen im LKH Innsbruck veranstaltet. Pflegepersonen aus mehreren Bundesländern folgten dem interessanten Programm über Strahlenschutz, digitale

Pflegedokumentation und über Nuklearmedizin und Onkologie in der Pflege. Für aktuelle Problemstellungen wurden gemeinsam Lösungsansätze erarbeitet und künftige gemeinsame Aktivitäten angedacht (weitere Treffen, Homepage für nuklearmedizinische Pflege usw.).

DGKS Fabienne Wallasch  
Nuklearmedizinische Therapiestation  
LKH - Universitätsklinken Innsbruck

\* \* \*

**Deutschland:**

## **Aktion Demenzfreundliche Gemeinden**

Seit 2004 arbeiteten Fachgruppen der Robert-Bosch-Stiftung daran, neue Wege im Umgang mit Demenz zu erforschen. Aus der Initiative „Gemeinsam für ein besseres Leben mit Demenz“ ist im Vorjahr in Berlin der Verein „Aktion Demenz“ entstanden, der sich in Zusammenarbeit mit anderen Initiativen und Gruppen dafür einsetzt, die Lebensbedingungen für Menschen mit Demenz durch zivilgesellschaftlichen Dialog zu verbessern und die Stigmatisierung des Themas „Demenz“ aufzuheben.

Unter Leitung von Prof. Dr. Reimer Gronemeyer (Universität Gießen) versteht sich die neue „Aktion Demenz e.V.“ ( [www.aktion-demenz.de](http://www.aktion-demenz.de) ) als übergreifendes Netzwerk von Bürger/innen, die auf das Wohlbefinden von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen hinwirken und für mehr gesellschaftliche Teilhabe der Betroffenen sorgen wollen, denn: Unbeschadet der medizinischen Aspekte sind die Instabilität sozialer Netze und soziale Ausgrenzung entscheidende Faktoren für das Ausmaß, bzw. die Stärke der demenziellen Erkrankung und finden so im Verhalten der Betroffenen ihren Niederschlag.



Gemeinsam will man gegen den unfreiwilligen Verhäuslichungsprozess der Betroffenen und ihrer Angehörigen unter folgenden Schwerpunkten vorgehen: Demenzfreundliche Kommune; Kunst, Kultur und Demenz; Akutkrankenhaus und Menschen mit Demenz; Technologie; Essen und Ernährung; Qualifizierung sowie Ethik. Im Jahr 2007 steht die Thematik „Demenzfreundliche Kommune“ im Vordergrund: Auf kommunaler Ebene sollen Bedingungen untersucht und verändert werden, wie Menschen mit Demenz neue Wege zur Teilhabe am täglichen Leben eröffnet werden können und damit ihrem drohenden kulturellen und sozialen Ausschluss entgegen gewirkt werden kann. Es gibt bereits viele Ideen und Initiativen in Städten und Dörfern, die sich in ihrer Art und Entwicklung stark unterscheiden. Diese gilt es zusammen zu bringen, um Austausch zu ermöglichen, Erfahrungen

zu vergleichen und Impulse weiterzugeben. In Anbetracht der vielfach bestehenden Berührungspunkte, Stigmatisierung und Unwissenheit auf der einen Seite und der zunehmenden Notwendigkeit des aufgeklärten Umgangs mit Menschen mit Demenz auf der anderen - ist eine Sensibilisierung der Öffentlichkeit unabdingbar.

(Broschüre unter: [www.aktion-demenz.de/images/BroschuereDFK.pdf](http://www.aktion-demenz.de/images/BroschuereDFK.pdf) )

\* \* \*

LAZARUS Service:

## Veranstaltungen 2007



Baden, NÖ., 12. – 14. Juni 2007:

### 17. Österr. Pflegekongress des ÖGKV

Der 17. Österreichische Gesundheits- und Krankenpflegekongress findet vom 12. - 14. Juni im Congress Casino Baden statt. Im Mittelpunkt stehen die Themen Demenz, Forschung und Wissenstransfer. Ein besonderes Highlight wird der Abend mit Dr. Patch Adams, dem Begründer der Humorthherapie, der zum „Querdenken außerhalb bestehender Strukturen“ einlädt. Mehr Infos finden Sie unter: [www.oegkv.at/index.php?id=2240](http://www.oegkv.at/index.php?id=2240)

\* \* \*

Messe – 09.-11. November 2007, M-O-C Messecenter, München:

### Schlafen Sie gesund?

Viele Mitbürger/innen verbringen immer noch Nacht für Nacht auf uralten, durchgelegenen und technisch überholten Matratzen. Sie schlafen daher schlecht, leiden an Rückenschmerzen oder haben Allergiemprobleme. Doch wer sich dann einfach nur schnell für den Testsieger im Verbraucher-Test entscheidet, wird nicht immer glücklich. Besser ist, selbst hinzugehen und Probe zu liegen, denn: Jeder Mensch liegt anders, jeder hat einen anderen Körper, ein anderes Empfinden, andere Gewohnheiten und ein anderes Schlafumfeld. Matratzen und Lattenrost müssen genau zum jeweiligen Menschen passen.

„Auf einer Matratze liegen wir während unseres Lebens über 9.000 volle Tage! Bedenkt man die elementare Bedeutung des Schlafs für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden, dann ist es geradezu absurd, dass viele Menschen immer noch mehr Zeit mit der Auswahl der Bezüge ihrer Autositze verbringen, als beim Probeliegen“, mahnt der Messeveranstalter.

M,O,C Halle 2, U6 Haltestelle Kieferngarten, München (Programm: [www.schlafgut-messe.de](http://www.schlafgut-messe.de))

\* \* \*

---

Weitere Veranstaltungstermine finden Sie in unserem PflegeNetzWerk „Austro-Care“ – direkt mit nur einem Mausklick unter: [www.lazarus.at/index.php?kat=VERANSTALTUNGEN&PHPSESSID=41832928d105be53dc76c428a279f788](http://www.lazarus.at/index.php?kat=VERANSTALTUNGEN&PHPSESSID=41832928d105be53dc76c428a279f788)

\* \* \*

## **HILDEGARD VON BINGEN**

„Alte Weisheiten neu entdeckt!“

**Naturheilkunde & Fasten nach Hildegard von Bingen – Ihrer Gesundheit zuliebe.**  
Das Jahr 2007 steht in den Hotels der Familie Wilfinger ganz im Zeichen der Hl. Hildegard von Bingen. Somit wurde das seit über 30 Jahren bewährte, einzigartige Ernährungskonzept mit gesunder, köstlicher, überwiegend lactovegetabler Bio-Vollwertkost um das Küchen- und Heilkräuterwissen und der Elementelehre der Hildegard von Bingen ergänzt. Das Einfließen von jahrhundertealtem Wissen garantiert somit noch mehr Gesundheit, Schönheit, Glück und Wohlbefinden.

**Hildegard-Heilfasten im Rahmen der RING Glückskur®** - zum Entgiften, Entschlacken und für eine gesunde Gewichtsregulierung. Frühling ist die ideale Jahreszeit um den körperlichen und seelischen Ballast loszuwerden und so seinem Körper Gutes zu tun. Auch der Säure-Basen-Haushalt, der im menschlichen Körper Atmung, Verdauung, Ausscheidung, Abwehrkraft, Hormonhaushalt uvm. beeinflusst, soll mit Hildegards Natur- u. Kräuterheilkunde - verbunden mit gezielter Therapie und Bewegung - wieder in das Gleichgewicht gebracht werden. Ebenso soll alles Schädliche, das sich im Laufe der Zeit in Zellen, Geweben, Organen und Gelenken abgelagert hat, ausgeschieden werden und zu neuer Lebenskraft, Wohlbefinden und Lebensfreude führen.

Übrigens: im Hildegard-Jahr gibt es einzigartige Angebote und Preisvorteile für unsere Gäste – wie beispielsweise 1 % Fastenrabatt pro kg Gewichtsverlust, eine Halbp Preiswoche für runde (0) und halbrunde (5) Geburtstage uvm.

Ebenso werden im Hildegard Jahr die Besuche des hoteleigenen Kraftorts Masenberg mit Hildegard-Naturhaus, Gipfelkreuz und Kräuterwiese auf 1260 m angeboten. Hier kann man bei den verschiedenen Energieplätzen Positives für Körper, Geist und Seele beziehen. Mehrere wunderbare Erfolge wurden bereits gemeldet.

### **Buchungen & Infos:**

RING GESUNDHEITS- & SCHÖNHEITSHOTELS, Hartberg und Bad Waltersdorf  
*Österreichs größter Anbieter für Naturheilkunde nach Hildegard von Bingen*

- RING BIO HOTEL Wilfinger Hartberg, Gesundheitszentrum & Schönheitsfarm  
Tel. +43(0)3332/608-0, E-Mail: [hartberg@ringzentrum.at](mailto:hartberg@ringzentrum.at)
- BIO-THERMEN-HOTEL Wilfinger \*\*\*\* Bad Waltersdorf, Gesundheitszentrum & Beauty Spa, Tel. +43(0)3333/2981-0, E-Mail: [badwaltersdorf@ringzentrum.at](mailto:badwaltersdorf@ringzentrum.at)

[www.wilfinger-hotels.at](http://www.wilfinger-hotels.at)



## Buch-Tipp für heiße Diskussionen:

# Krippenkinder sozialdefizitärer, krimineller?

Wolfgang de Boor: Kinderkriminalität, Chancen einer grundlegenden Prävention. Pabst Science Publishers, [www.psychologie-aktuell.com](http://www.psychologie-aktuell.com) (ISBN 3-936142-42-4)

"Die kontinuierliche Anwesenheit der Mutter ist bei Kleinkindern für die Bildung von Empathie und Urvertrauen notwendig. Die Abwesenheit kann zu Defiziten, u.U. zu späteren kriminellen Entwicklungen führen. Die immer häufigere Abwesenheit von Müttern lässt die Kriminalität seit Jahrzehnten steigen", diagnostiziert der Kölner Psychiater Prof. Dr. Wolfgang de Boor in seinem Sachbuch "Kinderkriminalität".

Die Urangst des Kleinkindes wird durch die ständige Nähe der primären Bezugsperson beschwichtigt. So entsteht Urvertrauen. Es ermöglicht freundliche Empfindungen gegenüber anderen Menschen, führt zu sozialen Beziehungen und verhindert brutales, aggressives Verhalten. Als kontinuierliche primäre Bezugsperson sieht de Boor idealerweise die Mutter; doch kann sie auch durch eine andere Person ersetzt werden.

Die „Kinderkrippenkultur“ der früheren DDR sieht der Autor äußerst kritisch: "Frühmorgens wurden Säuglinge und Kleinkinder aus dem Schlaf gerissen, verpackt und in Säuglingsheimen oder Kinderkrippen abgeliefert. Abends holte man sie wieder ab. Aber Vater und Mutter waren erschöpft. Für die Kinder blieben nur Reste an Zeit und Kraft. Die Folgen der emotionalen Vernachlässigung - als frühkindliche Deprivation bezeichnet - wurden v. a. von Autoren aus den einstmaligen sozialistischen Ländern beschrieben."

De Boor's Schlussfolgerung: Die Mutter leiste mit ihrem Engagement die grundlegende Kriminalprävention. Weder Krippe, noch Kindergarten, Schule oder andere öffentliche Einrichtungen seien in der Lage, die Mutter zu ersetzen.

\* \* \*

## Fachliteratur-Tipp:

# Neuer Pflegebrief erschienen

Sie können die aktuelle Ausgabe des „Pflegebriefes“ (Schlütersche Verlag, Hannover) auf folgender Adresse herunterladen: [www.pflegen-online.de/pflegebrief](http://www.pflegen-online.de/pflegebrief) (Klicken Sie dort das Bild des Pflegebriefes mit der RECHTEN Maustaste an, wählen dann "Ziel speichern unter..." und speichern die Datei auf Ihrer Festplatte. Dort können Sie die Datei wie gewohnt lesen bzw. ganz oder teilweise ausdrucken).

Zum Lesen benötigen Sie die überall kostenlos erhältliche Software Adobe Acrobat Reader (Download möglich unter [www.adobe.de/products/acrobat/readermain.html](http://www.adobe.de/products/acrobat/readermain.html) ).

\* \* \*

## Fachliteratur-Auswertung überrascht:

# Wundheilung per Vakuumtherapie nicht empfohlen!

Auch im Lichte neuer Studienergebnisse ist der breite Einsatz der Vakuumversiegelungstherapie (VVS) nicht zu empfehlen. Noch immer fehlen überzeugende Belege, dass akute und chronische Wunden mit VVS besser heilen als mit herkömmlichen Behandlungsmethoden. Zu diesem Ergebnis kommt der am 28. Februar 2007 veröffentlichte Kurzbericht des Kölner Instituts für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (Quelle: IQWiG, [www.iqwig.de/index.534.html](http://www.iqwig.de/index.534.html) ).

Die Kölner Forscher haben darin überprüft, ob sich die Gesamtaussage der im März 2006 abgeschlossenen Nutzenbewertung verändert, wenn man zusätzlich jüngere klinische Vergleiche einbezieht ( [www.iqwig.de/download/N04-03\\_Abschlussbericht2.pdf](http://www.iqwig.de/download/N04-03_Abschlussbericht2.pdf) )

Weiterführende Informationen finden Sie unter:

Hintergrund-Info: Was versteht man unter VVS? >>> [www.iqwig.de/index.398.html](http://www.iqwig.de/index.398.html)

Report - Vakuumversiegelungstherapie von Wunden >>>

[www.iqwig.de/download/N06-02\\_Rapid\\_Report\\_Vakuumversiegelungstherapie\\_von\\_Wunden.pdf](http://www.iqwig.de/download/N06-02_Rapid_Report_Vakuumversiegelungstherapie_von_Wunden.pdf)

\* \* \*

**NÖ. Hilfswerk:**

## **Bildungsinitiative gegen chronischen Schmerz**

Fast ein Drittel aller Österreicher/innen leidet unter ständigen Schmerzen. Das Hilfswerk hat daher jetzt eine Initiative gegen den chronischen Schmerz gestartet, u. a. mit einer großen Bildungsoffensive für 1.700 Mitarbeiter/innen, die gemeinsam mit der Österreichischen Schmerzgesellschaft ([www.oesg.at](http://www.oesg.at)) umgesetzt wird. Zum Auftakt nahmen fast 250 Expert/innen aus der Pflege, Betreuung und Therapie an der Fachtagung „Schmerz in guten Händen“ im Stift Göttweig teil.



**V.l.n.r.: Univ.-Prof. Dr. Burkhard Gustorff, OA  
Dr. Margot Glatz, GF  
Mag. Gunther Hampel,  
stv. Bundes-GF  
Elisabeth Anselm, DGKS  
Dr. Berta Schrems, Mag.  
Ursula Konrad (NÖHW-  
Akademie), PDL Monika  
Gugerell**

Zur Unterstützung von Schmerzpatient/innen bietet das NÖHW hilfreiche Instrumente wie das Schmerzlineal und das Schmerztagebuch an, die als „Schmerzpaket“ kostenlos unter 0800 800 820 bestellt werden können.

\* \* \*

**Wiener Privatklinik:**

**Hoher  
Pflegestandard  
erneut bestätigt**

Bereits im Jahr 2003 hatte die Wiener Privatklinik als erste Klinik in Wien den



gesamten Pflegebereich nach der international anerkannten ISO 9001:2000 Norm zertifiziert. Zum Ende des Vorjahres wurde nun der Pflegebereich erfolgreich rezertifiziert. Die ÖQS-Experten bestätigten den Qualitätsverbesserungsprozess mit einem hervorragenden Ergebnis.

„Im Rahmen des Center of Excellence für Pflege und Pflegemanagement arbeiten wir ständig daran, unseren Patienten Pflege auf höchstem Niveau zu bieten. Jetzt ist es uns einmal mehr gelungen, dies auch von außen bestätigt zu bekommen“, freute sich Pflegedirektorin Marianne Fehringer mit ihrem engagierten Team.

Die ISO 9001:2000 Norm legt Standards zur Strukturierung der gesamten Organisation fest – Risiken können so effizienter erfasst und die Anfälligkeit für Fehler minimiert werden. So wird z.B. die bereits sehr hohe Kundenzufriedenheit (95 %) durch ständige Befragungen evaluiert, um den hohen Standard zu erhalten und weiter zu verbessern (Quelle: [www.wpk.at](http://www.wpk.at)).

\* \* \*

## 6. Tag der Rückengesundheit am 15. März 2007:

### Muskeln stärken – Schmerzen lindern

Unter dem Motto „Muskeln stärken – Schmerzen lindern“ ruft das Forum Schmerz im Deutschen Grünen Kreuz (DGK) die Bevölkerung auf, sich intensiver um die Vorbeugung von Rückenschmerzen zu kümmern. Mehr als 1.000 Aktionspartner unterstützen interessierte Menschen bei diesem Bemühen. Vielfältige Aktionen zum Mitmachen und zur Beratung sollen die Hilfe zur Selbsthilfe stärken und über Möglichkeiten der Vorbeugung informieren.

Bettruhe für länger als zwei Tage oder gar Krankschreibung sind nach Ansicht der Experten eher schlecht für den Rücken. Aktivität führt dagegen zu schnellerer Genesung und beugt weiteren Rückenschmerzen vor. Bei akuten Schmerzen kann kurzfristig die eigene Bewegung reduziert werden. Betroffene sollten allerdings vermeiden sich völlig ruhig zu verhalten, denn ohne Bewegung baut die Muskulatur ab und der Rücken kann schlechter stabilisiert werden. Ein Teufelskreis, der das Auftreten von Rückenschmerzen eher fördert. Manchmal ist es nötig, vorübergehend Medikamente gegen Schmerzen und Muskelverkrampfung einzunehmen - doch die Bewegung steht im Vordergrund.



Die vorhandenen Angebote wie Rückenschulen oder Wirbelsäulengymnastik werden bisher zu wenig in Anspruch genommen, entweder aus Unkenntnis oder mangelnder Motivation. Kostenlose Downloads von Broschüren und Gymnastikprogrammen unter [www.forum-schmerz.de](http://www.forum-schmerz.de).

## Zehn Tipps für einen schmerzfreien Rücken

Wie stark ein schmerzender Rücken die Betroffenen quält, hängt ganz wesentlich davon ab, wie sie damit körperlich und gedanklich umgehen. „Es ist ganz wichtig, dass die Patienten selbst aktiv daran arbeiten, dass der Schmerz wieder verschwindet. Denn es ist „ihr“ Schmerz. Ärzte können bei der Bewältigung nur unterstützen“, sagt Dr. Paul Nilges vom Schmerz-Zentrum Mainz.

Die folgenden Tipps helfen Ihnen, den Schmerz zu bewältigen und unnötiges Leid zu vermeiden (Quelle: Paul Nilges: „Das Rücken-Buch“ Schmerz-Zentrum Mainz, 2001):

1. Leben Sie so normal wie möglich weiter. Das ist besser, als im Bett zu liegen.
2. Behalten Sie tägliche Aktivitäten bei. Vermeiden Sie nur Extrembelastungen.
3. Versuchen Sie, sich fit zu halten und trainieren Sie Ihre Rückenmuskeln. Machen Sie auch weiter, wenn es Ihnen besser geht.
4. Beginnen Sie langsam und steigern Sie die Belastung immer ein wenig mehr.
5. Sind Sie krank geschrieben, kehren Sie so bald wie möglich an Ihren Arbeitsplatz zurück. Versuchen Sie, für eine begrenzte Zeit leichtere Arbeiten zu verrichten.
6. Haben Sie Geduld. Es ist normal, hin und wieder Schmerzen zu haben.
7. Denken Sie positiv und lassen Sie sich an schlechten Tagen nicht hängen.
8. Tun Sie weiterhin Dinge, die Ihnen Freude machen und ziehen Sie sich nicht ins „Schneckenhaus“ zurück.
9. Machen Sie sich keine Sorgen. Schmerzen zu haben, bedeutet nicht, dass Sie Invalide werden.
10. Hören Sie nicht auf die „Horrorgeschichten“ von anderen. Da ist viel Unsinn dabei.

\* \* \*

Riesige Nachfrage – aber (noch) erhältlich:

**LAZARUS-Leser/innen-Service - bereits mehr als 2.000 CD versandt:**

### **Kostenlose Sprach-CD für Tschechisch, Ungarisch, Slowakisch**

Sie wollen nebenbei etwas gutnachbarschaftliches Ungarisch, Slowakisch oder Tschechisch für den privaten und beruflichen Alltag, für Einkaufsfahrten und Urlaube lernen? Dank der großzügigen Bereitstellung durch die NÖ. Landesakademie kann LAZARUS Ihnen jeweils eine interaktive Lern-CD dieser drei Sprachen **kostenlos** anbieten!

Gerne nehmen wir Ihre Einzel- oder Sammelbestellung **gegen Übernahme der**

© LAZARUS Newsletter Nr. 10 – 03.03. 2007

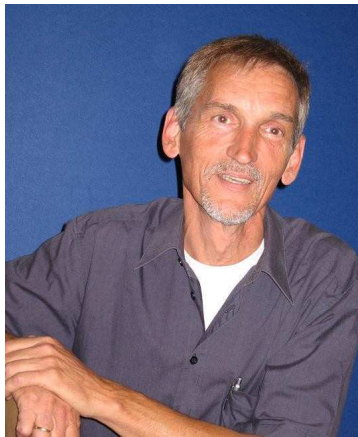
ISSN 1024-6908



**Postzustellgebühr** durch den Empfänger entgegen. Bitte mailen Sie uns Ihren Bestellwunsch an: [sprachen-cd@lazarus.at](mailto:sprachen-cd@lazarus.at), das Paket wird Ihnen an die gewünschte Dienst- oder Privat-Adresse zugesandt.

Machen Sie noch rasch von diesem einmaligen Angebot Gebrauch – denn **interkulturelle Pflegekompetenz** bedeutet mehr als bloß Englischunterricht..!

\* \* \*



Eine x'unde, erfüllte Arbeitswoche wünscht Ihnen

**LAZARUS**<sup>®</sup>

Erich M. Hofer  
Gründer & Chefredakteur

Impressum:

Medienbüro LAZARUS  
A-3062 Kirchstetten, NÖ.  
E-mail: [office@lazarus.at](mailto:office@lazarus.at)

**PflegeNetzWerk:** [www.LAZARUS.at](http://www.LAZARUS.at)