

Newsletter Nr. 24-2007

(ISSN 1024-6908)

22. Jahrgang – 23. Juni 2007

Geschätzte Leserinnen und Leser !

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

www.lazarus.at/index.php?content=newsletteranmeldung&emailabmelden=1

Alle früheren Wochenausgaben aus 2005 - 2007 sind im PflegeNetzWerk

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

Große Schlussziehung bereits am 23. August:

Öko-soziale Sommer-Lotterie

Unter dem Motto „Das gute Los“ veranstalten das Haus der Barmherzigkeit und zehn Partnerorganisationen die erste österreichische Spendenlotterie. Der Hauptgewinn: Ein Öko-Haus im Wert von 155.000 Euro. Insgesamt werden über 18.000 ökologisch und sozialverträgliche Warenpreise verlost. Ein Los kostet 1,50 Euro.



Zweck der Lotterie ist die Förderung gemeinnütziger Umwelt- und Sozialprojekte in Österreich. Das Haus der Barmherzigkeit wird aus den Einnahmen das Projekt „Altersforschung“ finanzieren. Neben der wissenschaftlichen Aufarbeitung von

Altersfolgen wird u. a. der Therapiegarten des geriatrischen Pflegekranken-

hauses Wien-Tokiostraße ausgebaut oder eine spezielle Reha-Therapie für die hochbetagten, chronisch kranken Langzeit-Patient/innen im Rahmen der Logopädie aufgebaut.

Durch die Bandbreite der elf beteiligten Non-Profit Organisationen – alle verfügen über das Spenden-Gütesiegel - kann eine Vielfalt an Projekten unterstützt werden: Greenpeace, WWF, Vier Pfoten, Global 2000, Diakoniewerk, Rote Nasen-Clowndoctors, Barmherzigkeit International, Sterntalerhof, ÖGPO und Fundraising Verband Austria.

Lose können ab sofort gekauft werden, die Bestellung der Lossätze (zu 12 Losen) ist schriftlich, telefonisch (0800/700 747) und im Internet möglich. Die Ziehung findet am 23. August bei den Österreichischen Lotterien in Wien unter notarieller Aufsicht statt. Wer mitmacht, gewinnt doppelt – einen der 18.000 Haupt- und Serienpreise im Gesamtwert von 675.000 Euro und noch einmal durch die Unterstützung der Umwelt- und Sozialprojekte. Nähere Infos unter www.dasgutelos.at erhältlich.

* * *

LAZARUS Service:

Veranstaltungen 2007

Symposium – 28.-29. Juni 2007, Univ. Wien:

Ernährungskompetenz durch Ernährungsbildung

Österreichische
Gesellschaft für Ernährung



Der Wissenschaft verpflichtet – Ihr Partner für Essen und Trinken

Aus übergewichtigen Kindern werden oftmals übergewichtige Erwachsene mit einem deutlich erhöhten Risiko für ernährungsassoziierte Erkrankungen und einer schlechteren Lebensqualität. Doch wie können Kinder und Jugendliche zu einem gesundheitsförderlichen Lebensstil mit einer langfristigen Ernährungsumstellung und Freude an der Bewegung motiviert werden - oder ist der Kampf gegen das Zuviel an Kilos am Ende doch aussichtslos?

Die Österreichische Gesellschaft für Ernährung (www.oege.at) und die Arge Ernährungsverhalten (D) veranstalten von 28. - 29. Juni 2007 ein Symposium "Ernährungskompetenz durch Ernährungsbildung" im Uni-Zentrum II, HS 6, Althanstr. 14, 1090 Wien. Es geht v. a. darum, im Rahmen einer Umfeldanalyse mögliche Risikofaktoren für die aktuelle „Übergewichtsepidemie“ ausfindig zu machen, Handlungsfelder zu identifizieren und interessante wissenschaftliche Forschungsansätze, qualifizierte präventive Maßnahmen sowie

verschiedene österreichische und deutsche Schulungs- und Therapiekonzepte vorzustellen.

Zu dieser Fachtagung laden die Veranstalter ausdrücklich VertreterInnen von Schulen und Bildungseinrichtungen, Wissenschaftler/innen und Fachkräfte aus der Ernährungsberatung, der Medizin und der Ernährungsbildung ein.

Aktuelle Veranstaltungstermine finden Sie in unserem Pflege-Netzwerk „Austro-Care“ – direkt mit nur einem Mausklick unter: www.lazarus.at/index.php?kat=VERANSTALTUNGEN&PHPSESSID=41832928d105be53dc76c428a279f788

* * *

Kühle Tipps für heiße Tage:

Seien Sie vorbereitet auf die Hitze

Und wieder sind wir mittendrin: Das Thermometer steigt und steigt, die schier unmenschliche Hitze, die alles durchdringt, lässt Schlafen zur Herausforderung, Arbeiten zur Unmöglichkeit und Duschen zur lebensrettenden Sofortmaßnahme werden.

Viele Menschen vergessen bei Hitze schlichtweg, genügend zu trinken. Hier einige Tipps, wie wir die Hitze gemeinsam meistern und gefährdete alte

Menschen, Herz-Kreislaufkranke, werdende Mütter und Kleinkinder schützen können:



Greifen Sie bevorzugt zu Mineralwasser und verdünnten(!) Natursäften, aber meiden Sie stark zuckerhaltige Limos, denn sie löschen den Durst nicht. Alkohol und koffeinhaltige "Energy-Drinks" sind ebenso ungeeignet, weil sie die Ausscheidung fördern und den Flüssigkeitsverlust nicht ausgleichen.



Günstig ist es an heißen Tagen auch, nicht nur zu den Mahlzeiten, sondern gleichmäßig über den Tag verteilt ausreichend zu trinken: Nicht zu kalt - da kalte Getränke die Wärmebildung im Körperinneren zusätzlich anregen. Auch mehr genussvoller Obstkonsum ist angesagt, weil es viel Flüssigkeit, Vitamine und Mineralstoffe enthält. Vorsicht zudem vor fettreichen Speisen, denn sie führen zu einer Umverteilung der Durchblutung im Verdauungstrakt. Das ist

besonders während der Arbeitszeit ungünstig, denn: Müdigkeit und stärkeres Schwitzen lassen die Aufmerksamkeit sinken und machen anfällig für Konzentrationsschwächen und vermehrte Fehler.

- Körperliche Anstrengungen verringern oder gänzlich vermeiden
- Wohnung und Arbeitsräume möglichst kühl und schattig halten
- Leichte, nicht zu enge Kleidung und schattigen Kopfschutz tragen
- für körperliche Erfrischung sorgen und
- wenn irgendwie möglich, mehr Arbeitspausen machen

sind weitere nützliche Verhaltensweisen, um heißen Tagen und möglichen Hitzewellen gut vorbereitet zu begegnen. Weitere Tipps: www.hitzewelle.ch . Besonders (auch) Pflegeheimleitungen und Bewohnerververtretungen sind jetzt wieder gefordert, bestmöglichen Sonnenschutz für die Wohnräume und weitere kühlende Ideen in die Tat umzusetzen!

* * *

Fachbeitrag Validation:

Rede mit mir – Sprachspiele im Umgang mit demenzkranken Menschen

An GOETHE

Das Unvergängliche

Ist nur Dein Gleichnis!

Gott, der Vergängliche,

ist Dichter-Erschleichnis?

Welt-Rad, das rollende,

streift Ziel auf Ziel:

Not – nennt's der Grollende,

der Narr nennt's – Spiel?

Welt-Spiel, das herrische,

mischt Sein und Schein: -

das Ewig-Närrische

mischt uns - hinein!?

Friedrich Nietzsche, „Die fröhliche Wissenschaft“

Strenge Philosophie und Spiel haben in der Pflege meist wenig gemeinsam. Oder vielleicht doch? Nietzsche bezeichnet das Entstehen und Vergehen der Welt als „göttliches Spiel ohne jede moralische Zurechnung in ewiger Unschuld“. Ludwig Wittgenstein, Begründer moderner Sprachphilosophie, verwendet das Wort „Spiel“, indem er Sprache und Wort zum „Wortspiel“ kombiniert. Doch was heißt das?

Sprache dient nach Wittgenstein sich die Welt verständlich zu machen. Die Bedeutung eines Wortes sei sein Gebrauch in einem Sprachspiel. Das ganze Leben findet nach ihm immer in Sprachspielen statt. Die Klarheit eines Satzes wird durch Regeln bestimmt oder in welchem Kontext verwendet man ein Wort. Ruft ein Maurer seinem Kollegen zu, er soll ihm die „Platte“ geben, so meint er etwas Anderes als eine Krankenschwester, die das Frühstück herichtet und dazu auch eine „Platte“ braucht.

Im Lernen der Sprache werden Begriffe geordnet und für den Gebrauch gespeichert. Aber, was hat Pflege desorientierter Menschen mit einem Sprachspiel zu tun? Demenzkranken Menschen schwimmt durch Beeinträchtigung von Kurz- und Langzeitgedächtnis ihre Außenwelt. Es kommt zu Aphasie, Apraxie, Agnosie. Einfacher gewendet, das Leben wird schwierig, es kommt ihnen das Sprachspiel abhandeln. Für Pflegende gibt es Symptome und Diagnosen oder Zuordnung, für Betroffene entsteht Sprachlosigkeit oder Unordnung. Außenwelt schwimmt - indem sie sich nicht mehr ausdrücken können, werden Alltagsereignisse unwichtig. Demenzkranke Menschen kehren in ihre Vergangenheit zurück. Hier kennen sie sich aus, hier bleibt Sprache noch Spiel. Doch was passiert ihnen in der Umwelt?

Betreuen Kinder, nahe Angehörige einen Demenzkranken, dann bleiben die Bedeutungen von Wörtern noch lange erhalten. Gemeinsam sind viele Dinge erlebt worden oder durch Erzählungen bekannt, Erzähltes kann eingeordnet, Verlangtes gegeben werden.

Was passiert in der professionellen Pflege? Biografiearbeit erhellt manches Sprachspiel. Demenzkranke Menschen möchten nach Naomi Feil drei Bedürfnisse erfüllt bekommen: (1) Sich sicher und geliebt fühlen, (2) gebraucht zu werden, produktiv zu sein, (3) spontane Gefühle auszudrücken, - alle diese Bedürfnisse bedürfen einer von allen verstandenen Sprache. Je weiter Demenzkrankheit fortschreitet, desto schwieriger wird es für beide Seiten sich auszudrücken oder verstanden zu werden. Dennoch geht das Sprachspiel für beide Seiten noch lange nicht verloren. Professionalität heißt, Dinge kompetent auszugleichen, dort zu helfen wo Hilfe nötig ist.

Eine Möglichkeit demenzkranken Menschen ihr Sprachspiel zu erhalten, ist Validation. Sie begegnet nicht dem demenzkranken Menschen allgemein, sondern eine validierende Pflegende holt ihn dort ab, wo er sich befindet. Hochaltrige Menschen haben bei zunehmender Vergesslichkeit Angst um ihre Identität. Hier sprechen sie viele Dinge an, die selbstverständlich sind, die ihnen auch gemacht werden, aber halt nicht sofort oder dem Rhythmus einer Einrichtung entsprechend. Das sind beispielsweise Menschen, die jedes Brösel das am Boden liegt bekritteln, oder alles und jedes direkt ansprechen. Hier ist Besonnenheit angezeigt, das Gegenüber hat einfach Angst um seine Identität, möchte klar und deutlich zeigen, dass Dinge gesehen und noch verstanden werden.

Professionelle Betreuung heißt hier Wertschätzung, Anerkennung dessen was angesprochen, bekrittelt wurde. Achtung vor dem Anderen ist nötig, der in seiner Art und Weise in das Geschehen eingreifen muss um nicht übersehen zu werden. Natürlich ist diese Phase für alle Beteiligten nicht leicht, sie äußert sich in vielen Spielarten, wie Bestehlungswahn oder als Frau keinen Mann alleine in die Wohnung zu lassen u. v. m. Professionalität heißt, Verhaltensweisen zu verstehen, ist achtender Umgang mit dem Anderen.

Sprachspiele werden bei fortschreitender Demenz nur dann einfacher, wenn Äußerungen zugeordnet werden können. Eine sehr alte Dame mit fortgeschrittener Demenz sitzt einer Pflegenden gegenüber, sie hält ihre Kaffee-

tasse in der Hand und verlangt gleichzeitig lautstark nach Kaffee. Was passiert hier, in diesem Sprachspiel? Es ist einfach erklärt, aber nicht banal. Kurz- und Langzeitgedächtnis gehen verloren, steht im Lehrbuch. Wenn der demenzkranke Mensch nicht mehr weiß, dass er eine Kaffeetasse in der Hand hat, - ja dann muss er danach fragen.

Eine professionelle Pflegende wundert sich nicht darüber, sie geht zu ihm, schaut ihn an und fragt ob er Durst hat. Ihre Frage kann verschieden beantwortet werden. Sie bestimmt das Sprachspiel, kann vorzeigen oder -sagen, kann fragen ob der Kaffee süß oder ungesüßt sein soll oder sie setzt Humor ein und sagt, wir nehmen diesen Kaffee. Egal welches Sprachspiel verwendet, welche Facette der Persönlichkeit eingesetzt wird, es passiert Identitätsförderung und gegenseitige Achtung.

Validation nach Naomi Feil ist lehr- und lernbar, sie erweitert Professionalität und erhöht Pflegequalität. Nach Agnes Karl ist Pflege Kunst und Wissenschaft gleichzeitig. Sprachtheoretiker sagen, Sprache öffnet die Welt, hier vereinen sich Pflegeforschung, Gerontologie und Sprachtheorie, Sprachphilosophie und Ethik. Indem Pflegende dem demenzkranken Menschen erlauben, sich in seiner Art und Weise auszudrücken, sie mit den von ihm ausgesprochenen „Wörtern“ umgehen können, dann wird Pflege zu Philosophie, Kunst und Wissenschaft gleichzeitig.

Literatur und Info bei der Autorin: maria.gattringer@w.rotekreuz.at

* * *

Schülerbericht aus dem SMZ-Süd, Wien:

Würdevoll gereift - Erwin Böhm in Bruck

Unter dem Motto „Würdevoll gereift“ veranstaltete der Sozialhilfeverband Bruck an der Mur am 18. Jänner 2007 einen Kongress mit Prof. Erwin Böhm über die Realitäten und Visionen der österreichischen Krankenpflege. Da wir im Unterricht „Pflege alter Menschen“ schon einiges von Prof. Böhm gehört hatten, wollten wir noch mehr erfahren und vor allem ihn einmal „live“ erleben. Unsere Gruppe des Jahrgangs 2005/2008 brach um 6.30 Uhr in zwei Kleinbussen Richtung Steiermark auf.



Sehr anschaulich schilderte Prof. Böhm (im Bild re.) in seinem Vortrag „Seelenlifting statt Gesichtsstraffung“ die aktuellen Probleme in Geriatriezentren sowie seine Auffassung, dass in der Gerontologie nicht

die aktivierende, sondern die psychobiografisch reaktivierende Pflege die optimale Betreuung der Klient/innen darstellt. Ein Satz von ihm prägte sich bei uns besonders ein : „Altern ist nicht ein Problem des Körpers - sondern ein Problem der Seele“.

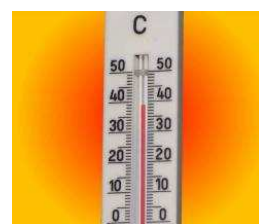
Nach diesem spannenden Vormittag und einem köstlichen Mittagessen, gab es eine Podiumsdiskussion und Informationsaustausch zum Kongressthema. Zum Abschluss gab Markus Hirtler auf facettenreiche, kabarettistische Weise das Stück „Ernie Oma“ zum Besten. Es war ein sehr interessanter und lehrreicher Tag, der uns wieder einmal die gängigen Pflegepraktiken im geriatrischen Bereich überdenken lässt.

Smetaczek Daniela

* * *

Nochmals zum Stichwort Hitze:

Unsichtbare Fensterfolie schützt



Hitze am Arbeitsplatz senkt Leistungsfähigkeit und Konzentration und erhöht die Anfälligkeit für Fehler und die Gefahr von Arbeitsunfällen. Viele Bürogebäude, aber etwa auch viele neue Pflegeheime sind geprägt von großflächigen Fensterfronten. Gelten doch helle, lichtdurchflutete Räume als förderlich für die Arbeitszufriedenheit der Beschäftigten sowie für das Wohlbefinden der Bewohner/innen. Große Fensterflächen lassen es aber drinnen heiß werden. Eine neue Sonnenschutzfolie (3M) reduziert Hitze bis zu 59 Prozent(!), ohne die Räume abzudunkeln.



Sonnenschutzfolien auf Fensterflächen sind eine gute Möglichkeit, Räume im Nachhinein einfach und schnell gegen starke Sonneneinstrahlung zu schützen. Im Winter und Sommer sorgen die Fensterfolien für ein ausgeglichenes Raumklima. Dadurch werden Energiekosten eingespart, Klimaanlage entlastet oder ganz überflüssig.

Glasklar und unsichtbar

Bisherige, metallbeschichtete Folien waren auf Grund ihrer Tönung von außen und innen deutlich sichtbar. Die neue 3M Prestige Sonnen-schutzfolie ist vollkommen durchsichtig, die Sicht aus den Fenstern bleibt glasklar. Die fast unsichtbaren Folien stören auch nicht mehr den Handy-Empfang. Der Sonnenschutz wird auf den Innenseiten der Glasflächen aufgebracht und kann mit herkömmlichen Fensterreinigungsmitteln geputzt werden. Bei Glasbruch schützt die elastische Folie vor fliegenden Glassplittern und beugt somit Verletzungen vor. Die vor gesundheitsgefährdender, jede Arbeit stark beeinträchtigende Raumhitze schützende Fensterfolie ist seit kurzem bereits in Österreich erhältlich (Infos: www.3m.com/at).

* * *

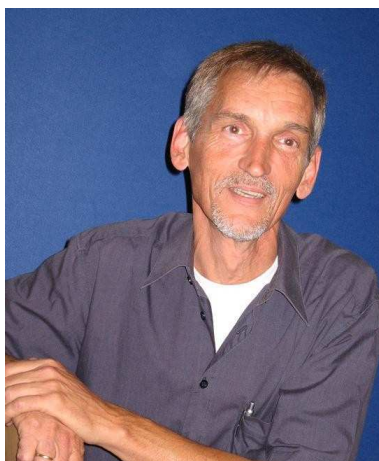
Präventionsforschung: Für die Praxis anwendbar machen

Ergebnisse der modernen Präventionsforschung für die Praxis anwendbar zu machen und in Produkte für die Evidenz basierte Prävention zu übersetzen sei das Ziel von Navitum[®] Pharma in Wiesbaden (D), wie uns Geschäftsführer Dr. G. Klages mitteilte. So ist es gelungen, auf Basis der Ergebnisse großer internationaler Präventionsstudien Produkte für die Primär- und Sekundärprävention chronischer Erkrankungen und von Zivilisationskrankheiten zu entwickeln. Gute Beispiele, so Dr. Klages, sein ProVitum[®], ein Produkt auf Basis der französischen Su.Vi.Max Studie zur Prävention von Prostata-Krebs oder CorVitum[®], ein Produkt auf Basis der skandinavischen ASAP-Studie zur Prävention von Arteriosklerose.

MemoVitum[®] basiert auf Forschungsergebnissen eines WHO-Labors in Kanada und ist für die Prävention von nachlassender geistiger Vitalität gedacht. Aber auch Produkte mit starkem Forschungshintergrund zur ergänzenden Therapie gehören zum Produktportfolio: Etwa ArtVitum[®] bei degenerativen Gelenkerkrankungen wie Arthrose und DiaVitum[®] zur ergänzenden Therapie bei Diabetes mellitus oder metabolischem Syndrom. Diese Produkte sind inhalts- und dosisidentisch mit den in den Studien eingesetzten Prüfpräparaten. Dadurch sei gewährleistet, dass die Ergebnisse der klinischen Studien übertragbar sind und vom Arzt oder Apotheker zum Wohle der Patient/innen eingesetzt werden können.

Weitere Produkte sind bereits in Entwicklung und werden noch heuer auf den Markt kommen. Das innovative Pharmaunternehmen plant, auch in Österreich aktiv zu werden. Weitere Informationen unter www.navitum-pharma.com oder Kontaktaufnahme per Mail unter info@navitum.de.

* * *



Eine gesunde, erfüllte Arbeitswoche wünscht
Ihnen

LAZARUS[®]

Erich M. Hofer
Gründer & Chefredakteur

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

PflegeNetzWerk: www.LAZARUS.at