



Österreichs Fachzeitschrift für Gesundheits-, Kranken- und Altenpflege®

Newsletter Nr. 12-2011

(ISSN 1024-6908)

26. Jahrgang – 20. März 2011



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 306 Wochenausgaben seit 1. Jänner 2005 sind im PflegeNetzWerk
www.LAZARUS.at/nl-archiv als PDF-Downloads verfügbar
und dort auch für Ihre direkte Literatursuche verschlagwortet
(benützen Sie einfach die Plattform-interne Funktion >SUCHE< rechts oben).



Im 25. Jubiläumsjahr 2010 haben wir **mehr als 120.000** Besucher/innen
im PflegeNetzWWerk Austro*Care begrüßen dürfen - Danke !

Inhalt

Aktuelles	2-4
Aus Spital & Heim	5-6
Fortbildung: Tagungsberichte, Angebote, Termine	7-11
Hygiene im Krankenhaus: Verlosung Händetrockner	10
Gesundheit: Power-Napping (wieder) im Kommen	12-14
Info MOKI-Wien, Impressum	15-16
Anhang: Stellenmarkt	17 f

Expertenempfehlung: DemenzpatientInnen im Krankenhaus



Eine ExpertInnengruppe des Deutschen Berufsverbandes für Pflegeberufe (DBfK) hat Empfehlungen zur Betreuung demenziell erkrankter PatientInnen in Krankenhäusern zusammengestellt. Die 14-seitige Broschüre mit dem Titel „Hinweise für das Pflegemanagement zur Betreuung von Patient/innen mit kognitiven Störungen in Krankenhäusern“ nimmt die Problematik der zunehmenden Zahl demenziell Erkrankter in den Kliniken auf. Den hiermit verbundenen besonderen Herausforderungen haben sich die meisten Krankenhäuser bisher noch nicht ausreichend gestellt, daher kommt es häufig zu erheblichen Problemen im Tagesablauf...

Die Broschüre der Bundesarbeitsgemeinschaft Pflegemanagement des DBfK greift insbesondere die Themen Ernährung, Architektur/Umfeld, Schnittstellen, Schulung, Angehörige, Sicherheit und Werte/Wirtschaftlichkeit auf. Beigefügt sind Hinweise zu weiterführender Literatur und wichtige Internetadressen.

Download im PflegeNetzWerk unter www.LAZARUS.at >>Download-Center.

* * *

Bayern fördert spezielle Demenzbetreuung durch Milieutherapie: Segretative Versorgung in „Pflegeoasen“

Auf dem Fachtag: „Die Pflegeoase: Jeder Tag ein neues Erlebnis - Förderung der Lebensqualität schwerstkranker Menschen mit Demenz“ am 24. Februar in Fürstentfeldbruck empfahl Christian Müller vom Bayerischen Sozialministerium, Fachstelle für Pflege- und Behinderteneinrichtungen (FQA), die Ausrichtung der Betreuung im Schwerstpflegebereich auf die Bildung homogener Gruppen z.B. in Form einer der Varianten der Pflegeoase.

Dabei wurde auf die Formenvielfalt verwiesen, wie sie im Abschlussbericht des Instituts für sozialpolitische und gerontologische Studien (ISGOS, Berlin) vorgestellt und nach Pflegeoasen als Tagesbetreuung, Pflegeoase auf Zeit, Pflegeoase auf Dauer und nach Mischkonzepten unterschieden wurden. Insbesondere die Pflegeoase auf Dauer stelle den Kerngedanken dieser Versor-

gungsform dar, in der Bewohner mit erheblich eingeschränkter Alltagskompetenz betreut werden. Das Ministerium plant einige Vorgaben in der kommenden Ausführungsverordnung zum Bayerischen Pflege- und Wohnqualitätsgesetz.

Die Frage nach den Effekten besonderer Betreuungsformen für schwerstpflegebedürftige demenzkranke Menschen stand im Mittelpunkt der Fachtagung mit 200 Teilnehmer/innen. Zusammenfassend stellte Jürgen Dettbarn-Reggentin (ISGOS-Berlin) die Effekte einer Pflegeoase mit ihrer besonderen Wirkung auf die Lebensqualität der BewohnerInnen vor. Die Bedeutung eines Mehrpersonenraumes mit max. 8 BewohnerInnen liege in ihrer kommunikationsfördernden Wirkung. Dem Personal, den Angehörigen wie auch den MitbewohnerInnen komme in diesem Konzept eine anregende therapeutische Funktion zu. Letztlich wirke auch der gestaltete Raum positiv auf die Bewohner, sodass von einem „milieuthérapeutischen Konzept“ gesprochen werden kann.

Unter Einbeziehung von Musik- und Ergotherapie konnten Bewohnerinnen selbst im Schwerststadium der Demenz noch erreicht und ihre Ressourcen angesprochen werden. Auf die entscheidende Bedeutung der sozialen Umwelt und deren Anregungsgehalt auf die sozialen Kontakte wies auch Prof. Hermann Brandenburg (Philosophisch-Theologische Hochschule Vallendar) in seinem Eingangsreferat hin: Entscheidend sei, ob die Kontakte gewollt, selbst bestimmt und wohltuend erlebt würden.

Erlebte Lebensqualität gehe über die medizinisch-pflegerische Versorgung hinaus und umfasse das Wohlbefinden der Person, sein Recht auf Selbstbestimmung und Würde, so auch das Fazit dieser Veranstaltung. Mit der Definition des Versorgungstypus Pflegeoase, seiner personellen, organisatorischen und räumlichen Gestaltung sowie der idealtypischen Vorgehensweise liegt nun erstmals mit dem Forschungsbericht eine umfassende Darstellung vor.

Download des Forschungsberichtes und aller Tagungsreferate im PflegeNetzWerk unter: www.LAZARUS.at >Download-Center (Downloads).

(Quelle: Institut für sozialpolitische und gerontologische Studien - ISGOS-Berlin)

* * *

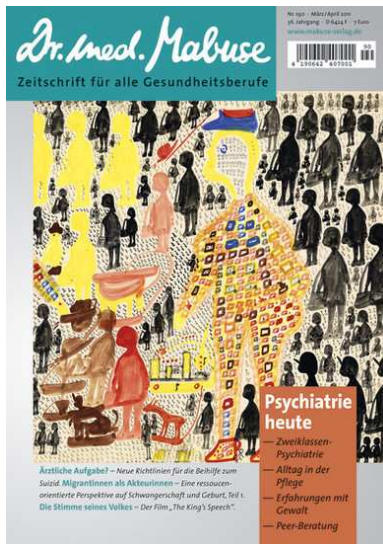
Führen in der Forschung: (Pflege-)Wissenschaft braucht Managementkompetenz

Forschungseinrichtungen stehen heute vor der Herausforderung, Forschungsprogramme mit einer zunehmend komplexen Finanzierungs- und Kooperationsstruktur zu koordinieren. Dies erfordert fundierte Managementkompetenzen in Theorie und Praxis. Im Alltag der WissenschaftlerInnen kommt daher auch dem Selbstmanagement heute ein hoher Stellenwert zu, sodass immer mehr Universitäten und Forschungseinrichtungen entsprechende Kurse in deren DoktorandInnenausbildung einbauen.

Bislang waren Nachwuchsführungskräfte in Wissenschafts- und Forschungsorganisationen meist nicht systematisch auf die Aufgaben und Anforderungen eines professionellen Wissenschaftsmanagements vorbereitet. Die Helmholtz-Gemeinschaft Deutscher Forschungszentren und das renommierte Malik Management Zentrum St. Gallen (MZSG) haben daher ein Programm entwickelt, das speziell auf die Arbeitssituation im Wissenschaftsmanagement zugeschnitten ist und die strategischen, strukturellen und kulturellen Besonderheiten des wissenschaftlichen Umfeldes berücksichtigt. In der Helmholtz Akademie der Führungskräfte wird sowohl der oberen Führungsebene als auch dem Führungsnachwuchs eine umfassende Managementausbildung angeboten. (www.helmholtz.de/forschung/forschung_foerdern/helmholtz_akademie_fuer_fuehrungskraefte)

(Quelle: malik journal management, 17.3.2011; www.malik-management.com)

* * *



Dr. med. Mabuse Nr. 190 ist erschienen: Schwerpunkt: Psychiatrie heute

- Psychiatrie in Not. Von der Psychiatriereform bis heute | Sebastian Stierl
- Und bist du nicht willig ... Erfahrungen mit Gewalt | Renate Schernus
- Der Alltag in der psychiatrischen Pflege | Hilde Schädle-Deininger
- Fließband-, Schmalspur-, Zweiklassenpsychiatrie. Die Kälte der Kommerzialisierung | Dirk K. Wolter
- „Was hat meine Erfahrung mit der eines anderen zu tun?“ Psychiatrie-Erfahrene als Genesungshelfer | G. Schulz
- Integrierte Versorgung ist mehr. Neues Handeln – neues Bewusstsein | Thomas Bock
- Weiterlesen. Fachzeitschriften Psychiatrie | Christian Zechert

Online-Bestellung: www.mabuse-verlag.de

* * *

Österreichische Thrombose-Umfrage 2011

Erstmals soll durch diese Umfrage dazu beigetragen werden, die Prophylaxe von Thrombosen zu verbessern und das Auftreten gefährlicher Lungenembolien möglichst zu vermeiden. Die Umfrage richtet sich an Menschen, die in den letzten 5 Jahren eine Thrombose oder Lungenembolie erlitten haben. Deren Angaben zu Risiko, Prophylaxe und Therapie werden wissenschaftlich ausgewertet und sollen helfen, die Vorbeugung und Behandlung von Thrombosen und Lungenembolien in Zukunft zu verbessern.

Start der Umfrage: Anfang April 2011.

Nähere Informationen unter: www.venengesundheit.at

www.venengesundheit.at

**Österreichische
Thrombose-
Umfrage 2011**

Diplomfeiern in Innsbruck und Hall/Tirol:
Vielfältige Perspektiven

Das Ausbildungszentrum West für Gesundheitsberufe der TILAK GmbH (AZW) hat Mitte März insgesamt 55 AbsolventInnen der dreijährigen Ausbildung in der Allgemeinen Gesundheits- und Krankenpflege in die Berufswelt verabschiedet. Die Tiroler Gesundheitseinrichtungen erhalten damit eine wichtige Verstärkung für den Pflegebereich.



Von den 55 Pflegefachkräften haben 38 Personen am Standort in Innsbruck und 17 Personen am Standort in Hall die Ausbildung abgeschlossen. Die AbsolventInnen sind gut gerüstete und kompetente ExpertInnen in der Pflege. Die generalistische Ausbildung ermöglicht einen Einsatz in breit gefächerten Tätigkeitsbereichen: Von der Pflege zu Hause, über Sozial- und Gesundheits-sprengel, Hospiz, Lebenshilfe, Ambulanzen, Akutkrankenhäuser, stationäre Einrichtungen für alte und pflegebedürftige Menschen bis hin zur Selbstständigkeit ist alles möglich.

„Grundsätzlich gilt nach wie vor, dass jede/r Absolvent/in eine den individuellen Interessen und Wünschen entsprechende Arbeitsstelle findet, sofern gewisse räumliche Flexibilität vorhanden ist“, so Schuldirektorin Waltraud Buchberger (im Bild vorne, 2.v.r., Foto: AZW/Frischauf).

* * *

NÖ Landeskliniken forcieren Qualitätsmedizin: **Peer Review Schulungen**



Die Qualitätsmessung wird in den 27 NÖ Klinikstandorten seit 2009 mittels 95 Qualitätsindikatoren vorgenommen – mit dem Schwerpunkt auf Ergebnisqualität. Mitte 2010 wurde das Qualitätsindikatoren-Handbuch veröffentlicht, um auch den anderen Bundesländern diese Art der Qualitätsmessung zu ermöglichen.

Die laufende Optimierung der Qualität sei für die NÖ Landeskliniken von größter Bedeutung, unterstrich der zuständige Landesrat LHStv. Wolfgang Sobotka. Das sog. „Peer Review Verfahren“ kommt dann zur Anwendung, wenn Ergebnisse aus der Messung der Qualitätsindikatoren außerhalb des vorgegebenen Zielbereiches liegen. Auffälligkeiten werden dabei von ExpertInnen analysiert, um festzustellen, wo mögliches Verbesserungspotenzial besteht.

Erstmals in ganz Österreich werden nun die zukünftigen „Peer Reviewer“, das sind rund 20 Primärärzte aus verschiedenen Fachgebieten, in einer speziellen Schulung mit der strukturierten Vorgehensweise des gesamten Verfahrens – von der Themenauswahl bis zum Abschlussgespräch – vertraut gemacht. Bei den „Peer Reviews“ erfolgt im ersten Schritt immer eine Selbstanalyse durch den Abteilungsleiter vor Ort und anschließend eine Fremdanalyse, die von zwei geschulten „Peer Reviewern“ durchgeführt wird. Im Abschlussgespräch werden die Ergebnisse besprochen und Verbesserungsmaßnahmen festgelegt.

* * *

Arbeitsrecht, bitte Vorsicht – vor Kündigung Vertrag lesen: Rückzahlung von Ausbildungskosten ist rechtens

Erst kürzlich war eine DGKS aus Oberösterreich wieder in diese Falle getappt: Als sie aus familiären Gründen kündigte und nach Bayern übersiedelte, forderte der Dienstgeber jene Ausbildungskosten (Gehalt + Lohnnebenkosten) in Höhe von mehr als Euro 35.000 zurück, die er durch die bezahlte Dienstfreistellung im Rahmen der Ausbildung der früheren Pflegehelferin im „zweiten Bildungsweg“ zur Diplomkrankenschwester geleistet hatte. Diese hatte sich dafür im Dienstvertrag verpflichtet, mindestens fünf Jahre Dienst zu leisten, dies aber nicht beachtet oder schlicht vergessen...



Eine solche Vertragsklausel ist rechtmäßig, jedoch nur unter strengen Voraussetzungen (§ 2d AVRAG): Die Dienstverpflichtung darf maximal 5 Jahre dauern und die Rückzahlungssumme muss sich aliquot jährlich verringern. Kündigt der Dienstgeber, entfällt die Rückzahlungsverpflichtung zur Gänze. Vor kurzem entschied der Oberste Gerichtshof neuerlich (22.9.2010, 8ObA 70/09s), dass die Rückforderung des während einer Ausbildung bezahlten Gehalts nur dann erfolgen darf, wenn hierfür eine gänzliche Dienstfreistellung erfolgte.

* * *



NÖ PFLEGEFRÜHLING 2011: **30.000ste Teil- nehmerin begrüßt**

Bei der 22. Auflage der viertägigen Fortbildungsreihe konnte dessen Initiator Dir. Johannes Rieder (GuKPS Mistelbach, li.) neben Bgm. Karl Wilfing die 30.000. Teilnehmerin Erna Rieder (Mitte) in Mistelbach willkommen heißen.

Der NÖ PFLEGEFRÜHLING ist längst zu einem Markenzeichen in der österreichischen Pflegefortbildung geworden. Mehr als 1.400 TeilnehmerInnen jährlich aus allen Landesvierteln zeugen von der Attraktivität und vom Bedarf an solchen Ermutigungen. „Bildung bedeutet für uns, Erfahrungs-, Begegnungs- und Lernmomente auf verschiedenen Ebenen anzubieten. Der programmatische Name der Veranstaltung mobilisiert Optimismus und Goodwill,“ fasst Rieder das Anliegen zusammen. Eingebettet sind die vier Seminare unter dem Motto: „Anerkennung, Respekt, Wertschätzung“ von beeindruckenden Geschichten aus der 60jährigen Sozialarbeit von Maria Loley und dem Polizei-und-Afrikanerinnen - Musikprojekt Fair & Sensibel. Dessen Obmann Oberstleutnant Josef Böck, sensibilisierte mit einem beherzten persönlichen Statement die Gäste für das Thema (www.pflegefruehling.at).

* * *

12. E.D.E.- HeimleiterInnen-Kongress 2011 – Prag: **„Die großen Tabus in der Langzeitpflege“**

Der Kongress (29.09. bis 01.10.2011) hat folgende inhaltliche Schwerpunkte: Sexualität im Heim – Pflegekosten - Tod und Sterben - Gewalt – Demenz - Personalentwicklung in der Pflege: Das (fehlende) Kapital der Zukunft – Führungsqualität von Heimleitungen - Pflegefinanzierung

Infos und Programm im PflegeNetzWerk unter: www.LAZARUS.at >TERMINE .



Trockene Hände in nur zehn Sekunden: **Innovativer Händetrockner in Weiß**

Im Vorheft berichtete LAZARUS ausführlich über den innovativen Händetrockner Dyson Airblade™ ABO3 und verloste mit Unterstützung von DYSON Austria ein solches Top-Gerät im Wert von € 1.200. Unsere Gewinnfrage lautete: Warum ist dieser mehrfach international zertifizierte weiße Händetrockner auch für Ihr/e Klinik/Heim/Schule ideal? (Unser Quiz-Gewinn im Herbst 2010 ging bekanntlich in die Steiermark an Jutta Knaus, DKH Schladming).



Die richtige Antwort:
Weil er bis zu 80% **Energie-**Kosten spart, keinen **Kohle-**staub emittiert sowie anti-bakteriell beschichtet ist und die **Bakterien** aus dem unge-wärmten(!) Luftstrom filtert.

Die TeilnehmerInnen stimmten vorab zu, dass im Gewinnfall das Gerät auf ihrer Station montiert werden darf, denn es handelt sich bewusst um keinen „privaten“ Einzelgewinn, sondern um einen **Gewinn für das ganze Team!**

Aus allen richtigen und zeitge-rechten Einsendungen wurde folgender Team-Gewinner per Los ermittelt:

DGKP Rudolf Mühlburger
Gesundheitspädag. Zentrum
Tirol, Innsbruck

Herzliche Gratulation!

Der Dyson Airblade™ Händetrockner ABO3 ist jetzt auch in Weiß erhältlich (Preis: € 1.200) und kann angekauft oder geleast werden.

Weitere Infos direkt unter: www.dysonairblade.at und Infoline: 0810333980



3. EUFEP Kongress Krebsprävention – 12.-13. Oktober 2011, Krems/Donau, NÖ: **Ungenützte Möglichkeiten oder leere Versprechen?**

Mit mehr als 3 Mio. Neuerkrankungen und 1,7 Mio. Todesfällen pro Jahr stellt Krebs die zweithäufigste Todes- und Morbiditätsursache in Europa dar. In Österreich erkranken jährlich etwa 36.000 Menschen an Krebs. Vor diesem Hintergrund gewinnt Krebsprävention immer mehr an Bedeutung, v.a. Krebs-Früherkennungsuntersuchungen (Krebs-Screenings) sind ein wesentlicher Bestandteil moderner Präventionsmedizin.

Wissenschaftlich ist der Nutzen von Krebsprävention jedoch nicht unumstritten. Studien belegen, dass Krebsprävention mitunter auch mehr Schaden als Nutzen verursachen kann...



Evidenzbasierte Krebsprävention im 21. Jahrhundert sieht sich mit zwei Herausforderungen konfrontiert: Einerseits werden Maßnahmen, die eine klare Reduktion des Krebsrisikos versprechen, nur von einer Minderheit der Bevölkerung angenommen – andererseits werden Interventionen beworben und durchgeführt, die durch Überdiagnose und nicht notwendige Behandlungen zu mehr Schaden als Nutzen führen.

Ziel von EUFEP 2011 ist, ein kritisches Symposium über Best Practices bei Krebsprävention zu gestalten, das den Transfer des besten verfügbaren Wissens von WissenschaftlerInnen zu EntscheidungsträgerInnen innerhalb des Gesundheitssystems fördert. Die Veranstaltung soll auch als internationales wissenschaftliches Podium zur Diskussion von kontroversiellen Themen im Bereich der Krebsprävention dienen.

Programm-Download, Abstract-Einreichung und online-Anmeldung direkt im PflegeNetzWerk unter www.LAZARUS.at >>TERMINE.

* * *

Der Mittagsschlaf als Energiequelle:

20 Minuten für mehr Kraft und weniger Fehler

Mit sich selbst im Biorhythmus zu leben ist in unserer hektischen Zeit zu stark aus dem Blick geraten. Mit den bekannten Folgen. Doch die bewusste Gegenbewegung aus Japan und den USA ist auch bei uns stetig auf dem Vormarsch: Powernapping – das kurze Schläfchen zwischendurch lädt unsere Batterien neu auf, sodass wir gestärkt, konzentrierter und somit weniger fehleranfällig den restlichen Arbeitstag - auch mit verringerter Unfallgefahr - bewältigen können und danach noch etwas Kraft für die Familie übrig haben.

Zunehmend beginnen die Betriebe auch hierzulande die Vorzüge des PN für die Motivation und als Faktor der innerbetrieblichen Gesundheitsförderung zu nützen und in den Arbeitsalltag zu integrieren. „Speziell nach dem Essen gönne ich mir regelmäßig eine kurze Auszeit. Powernapping hilft mir, im Gleichgewicht zu bleiben und auch abends bei diversen Veranstaltungen noch fit zu sein“, erzählt Klaus Pöttinger, Präsident der Industriellenvereinigung OÖ im Interview.



Firmenchef DI Klaus Pöttinger tankt regelmäßig beim Mittagschlaf neue Energie

„Es gibt zwei absolute Leistungstiefpunkte innerhalb von 24 Stunden. Einer ist mitten in der Nacht, der andere um die Mittagszeit. In diesem Zeitraum fällt die Leistungskurve ab, die Fehleranfälligkeit nimmt zu und

Unfälle häufen sich. Ein kurzer Mittagsschlaf kann diesen Problemen gegensteuern“, kommentiert Univ.-Prof. Dr. Manfred Walzl (Abt. Schlafmedizin, Landesnervenklinik Graz) die Ergebnisse einer Studie. Demnach gelingt es dem Körper, in einem 20-minütigen Powernap die Batterien wieder voll aufzuladen. Das senkt auf Dauer das Herzinfarktisiko, beugt Burnout vor und steigert die Konzentrationsfähigkeit und Aufmerksamkeit.

Immer mehr Wirtschaftsbetriebe, aber auch Einrichtungen im Gesundheitswesen mutieren daher zu überzeugten Befürwortern des Mittagsschlafs. „In unserem Berufsfeld ist es wichtig, zwischendurch Energie zu tanken, um über den gesamten Arbeitstag hinweg konzentriert arbeiten zu können“, erklärt Walpurga Walter (im Bild u. stehend), Betriebsratsvorsitzende am Klinikum

Wels-Grieskirchen ihre Motivation. Im Personalwohnheim des Krankenhauses steht daher ein Ruheraum mit zwei Powernapping Liegen den MitarbeiterInnen zur Verfügung.



Der Schaumstoffhersteller Eurofoam (OÖ) hat hierfür die „Inemuri-Liege“ entwickelt (Abb). Das Liegen in der Herzwaage-Position entlastet das Herz und sorgt für eine gute Durchblutung, sodass sich alle Muskelpartien entspannen und ein rascher Erholungseffekt eintritt.

Zusätzlich unterstützt das Unternehmen bei der Umsetzung von Powernapping im Betrieb (Raumgestaltung, Vorträge).

Meinung

Chronobiologie:

Das Ignorieren der „inneren Uhr“ macht uns krank...

Störungen im Jahrtausende alten Tag-Nachtrhythmus - etwa durch Schichtdienst oder andere „un“natürliche Lebensweisen - tragen wesentlich dazu bei, dass sich psychische Leiden stark im Vormarsch befinden. Wer ständig **gegen** seinen biologischen Takt lebt (leben muss), riskiert nachhaltig seine Gesundheit. Depressionen werden zum ständigen Begleiter...

Unser endogenes circadianes System ist wesentlich im Hypothalamus lokalisiert und steuert u.a. Blutdruck, Temperaturregulation und eben auch Gemütszustände. Die eigentliche „Haupt-Uhr“ bilden dort die Zellen des Suprachiasmatischen Nucleus, dessen Impulse viele weitere kleine Taktgeber im Gehirn und in diversen Organen synchronisieren und steuern. Zu diesen „getakteten“ Prozessen zählen neben dem Wachen und Schlafen u.v.a. auch hormonelle Vorgänge, Hunger, Aufmerksamkeit oder auch Stimmungen.

Wird diese vielfältige Koppelung mit dem durch natürliches Licht vorgegebenen Tag-Nachtzyklus durch Umwelteinflüsse immer wieder dauerhaft gestört, ist eine krankmachende Entwicklung fast schon vorprogrammiert. So erhöht

etwa Schichtdienst die Anfälligkeit für Übergewicht (zeitgestörter Stoffwechsel) und Depression. Dieses Phänomen gilt auch umgekehrt, weil psychische Probleme ebenso unseren biologischen Rhythmus verändern (Schlafstörungen, Verdauungsprobleme u.ä.).

Neuen Forschungen zufolge sind für diese rhythmischen Wechselbeziehungen auch sogenannte „Clock-Gene“ verantwortlich, die in einer bestimmten Hirnregion (Amygdala) eine wichtige Funktion bei der Regulation von Gefühlen wie Angst oder Stress ausüben und vermutlich auch bei psychischen Erkrankungen eine Rolle spielen. Auch das Immunsystem ist an der Entstehung von Gemütsstörungen wesentlich beteiligt und daher durch eine „ungetaktete“ Lebensführung anfälliger für zB. Infektionen.

Persönliches Fazit: Selbst wenn ich von diesen komplexen Zusammenhängen als Einzelne/r nicht viel weiß, so sagt mir doch meine „innere Stimme“ dass ich nicht „im Takt“ und daher auch **nicht intakt** bin. Das positiv zu ändern liegt jedoch nicht - wie gerne schutzbehauptet - nur an den Rahmenbedingungen, sondern auch an mir selbst. Horche ich in mich hinein, erspüre meinen Rhythmus? Greife ich lieber zu schnellen Pulvern oder verändere ich meinen Lebensrhythmus nachhaltig, in kleinen Schritten? Wenn nicht anders möglich, auch durch eine passende(re) berufliche Veränderung..?

Selbstverständlich spielen die Rahmenbedingungen (zB. Arbeitsplatz) eine wesentliche Rolle - aber auch diese lassen sich in kleinen Schritten positiv verändern, wenn wir nur wollen. Das zeigen eben auch jene Betriebe, die das gesunde Mittagsschläfchen jetzt als „power napping“ neu erfinden. Eine vergleichsweise leichte Übung, wenn das chronobiologische Bedürfnis der MitarbeiterInnen durch **kreative Dienstgestaltung** mit den gleichartigen Bedürfnissen der anvertrauten KlientInnen „getaktet“ also synchronisiert wird.

E.M.H.

Quelle: www.fwf.ac.at/de/abstracts/abstract.asp?L=D&PROJ=P22424)

Zitat der Woche

«War es vor 200 Jahren die Unkenntnis von Anatomie und Physiologie und im 18./19. Jahrhundert der Bakteriologie, die zu Fehldiagnosen führte, so sind es heute Zeitmangel und die Komplexität der medizinischen Organisationsstruktur.»

Prof. Dr. med. Michael Meves in "Der Spiegel", 20.2.2011

Österreichs führendes PflegeNetzWerk - AustroCare®
und unsere 27 NetzWerk-Partner für IHREN Erfolg

... join our network – now.

www.LAZARUS.at

Wir vernetzen Österreichs Pflege!

Tages-aktuell online:
Job-Börse und Fort-/Weiterbildungs-Anzeiger

**Speziell für Ihre eiligen Angebote:
24 Stunden-TopService!**

Eine bewegungsfreudige Woche für Gesundheit und Wohlbefinden wünscht

®

LAZARUS

Erich M. Hofer
Gründer & Chefredakteur

Jede/r Interessent/in kann sich selbst im PflegeNetzWerk www.LAZARUS.at
KOSTENLOS in die Newsletter-Adressliste eintragen bzw. abmelden.

Impressum:

Medienbüro und Bildungsinstitut LAZARUS®

Inh.: Erich M. Hofer

A-3062 Kirchstetten, Doppel 29

E-mail: office@lazarus.at

Diese Online-Zeitschrift erscheint seit Jänner 2005 regelmäßig wöchentlich und wird kostenlos per e-Mail an Institutionen des Sozial- und Gesundheitswesens, an einschlägige Bildungseinrichtungen, Bundes- und Länderbehörden, Medien sowie an Einzelpersonen im In- und Ausland versandt und steht zudem unter www.LAZARUS.at zum freien Download zur Verfügung.

Daten und Fakten sind gewissenhaft recherchiert oder entstammen benannten Quellen, die allgemein als zuverlässig gelten. Eine Haftung kann dennoch nicht übernommen werden, jede/r ist für die sorgfältige Prüfung der Informationen u. weiterführenden Links selbst verantwortlich. Alle Texte und Daten sind möglichst gendergerecht ausgeführt, stehen aber in jedem Fall gleichermaßen für Frauen und Männer.

Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich: Erich M. Hofer, zgl. Inhaber des gesetzlichen Markenschutzes für LAZARUS®, www.lazarus.at®, PFLEGE DAHEIM® und Austro*Care®

© Copyright: Diese Online-Zeitschrift und ihre Inhalte sind urheberrechtlich geschützt, doch ist die vollständige oder auszugsweise Verwendung ausdrücklich erwünscht und gerne gestattet. Quellenangabe erbeten.

Anhang: Stellenmarkt