



Information und
Unterstützung für die Pflege zu
Hause

Ausgabe 02-2010



Information und
Unterstützung für die Pflege zu
Hause

Ausgabe 02-2010



Information und
Unterstützung für die Pflege zu
Hause

Ausgabe 02-2010

Fotorätsel

An welchem öffentlichen Gebäude befindet sich dieses „traurige Paar“?

Den Namen des Gebäudes senden Sie bitte an:
IKARUS e. V., Postfach 45 02 12, 80902 München.
Einsendeschluss ist der 31.10.10
(Datum des Poststempels).

Unter den Einsendern der richtigen Lösung wird ein Gewinner gezogen, der als Anerkennung einen Preis erhält. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitglieder von IKARUS e. V. und deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. In der letzten Ausgabe suchten wir die „Wächter“ der Hauseingänge der GWG-Wohnblöcke in der Schopenhauer-, Dewet- und Knorrstr. Der Gewinner eines interaktiven Brettspiels aus dem Gesundheitsbereich wurde von der Redaktion benachrichtigt.



Silbenrätsel

Ben – ber – bo – fie – gen – gen – ka – kel – kern – kom – lam – laubs – mu – ni – öl – on – pen – re – rei – schen – se – ter – ti – trau – un – ur

(Unterhaltung zwischen Menschen)

(Erholung in der Ferne)

Angst vor Auftreten)

(gesundes Lebensmittel)

(Teil des menschlichen Körpers)

(Erscheinung zwischen Himmel und Erde)

Die jeweils ersten Buchstaben der 6 Silbenwörter ergeben das Lösungswort.

Dieses senden Sie bitte an:
IKARUS e. V., Postfach 45 02 12, 80902 München.
Einsendeschluss ist der 31.10.10 (Datum des Poststempels).
Unter den Einsendern der richtigen Lösung wird ein Gewinner gezogen, der als Anerkennung einen Preis erhält. Der Gewinner wird schriftlich informiert. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitglieder von IKARUS und deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. In der letzten Ausgabe suchten wir das Lösungswort „PFLEGE“. Der Gewinner eines interaktiven Brettspiels aus dem Gesundheitsbereich wurde von der Redaktion benachrichtigt.

Liebe Leserin, lieber Leser,

Sie haben nun die zweite Ausgabe unserer neuen Zeitschrift gelesen und damit einen Eindruck bekommen, was unsere Anliegen sind. Um das alles leisten zu können, benötigen wir Unterstützung jeglicher Art und von allen Seiten. Deshalb suchen wir über diesen Weg Fördermitglieder. Jeder auch noch so kleine Betrag ist hilfreich bei der Umsetzung unserer Konzepte zur Unterstützung der Gruppe der pflegebedürftigen Menschen im eigenen Haushalt.

Ab einer Summe von 100 € senden wir Ihnen natürlich bei Angabe Ihrer Adresse eine Spendenbescheinigung für das Finanzamt zu, da wir ein als gemeinnützig anerkannter Verein sind. Unsere Bankverbindung ist das Konto Nr. 908 132 954 bei der Sparkasse München BLZ 701 500 00. Möchten Sie ein regelmäßiges Fördermitglied werden, schreiben Sie uns bitte entweder an unsere Postadresse IKARUS e. V., Postfach 45 02 12, 80902 München oder senden Sie uns ein Mail an trieb@ikarus-muenchen.de. Wir senden Ihnen dann einen Mitgliedsantrag mit Einzugsermächtigung zu.

Sehr geehrte Damen und Herren, nachdem ich Ihre Zeitschrift, die mir gut gefällt, gelesen habe, nehme ich gerne Ihren Aufruf zur Kritik wahr. Zuerst möchte ich noch mal betonen, daß ich sie interessant, gut lesbar und informativ finde. Schön fände ich, wenn jeder Artikel mit Verfasser versehen würde (10 Jahre Ikarus...). Auffällig ist auch, dass der Schwerpunkt auf Milbertshofen liegt, aber ich gehe davon aus der Schwerpunkt mit den weiteren Ausgaben wechseln wird. Nun zum Aufruf zur Kritik. Ist es bereits eine Selbstkritik von einer "Nullnummer" zu sprechen? Ich finde Ihr Blatt hat diesen Titel nicht annähernd verdient. Meiner Meinung nach ist es eine gelungene ERST-AUSGABE! In diesem Sinne: WEITER SO! Gruß Hans Sedlmaier

Am 21. Oktober 2010 findet der 4. Fachtag für Tagespflegen im Bürgersaal Ismaning statt. Vorträge gibt es zu den Themen: „Medikamente für Demenzerkrankte“, „Gartengestaltung“ und „kongruente Beziehungspflege“. Am Nachmittag machen wir ein interaktives Speed-dating mit Experten am runden Tisch. Mehr Info unter: tpschwabing@familienpflege-altenpflegewerk.de

IMPRESSUM

Herausgeber:
IKARUS e.V., Postfach 45 02 12, 80902 München
Redaktion:
Christiane Wabnitz, Beate Ilg, Eilfriede Oepen, Dr. Christa Scholtissek, Christian Müller, Dr. Andreas Trieb
V. l. S. d. P.: Dr. Andreas TriebHinweise:

Alle Informationen werden nach bestem Wissen, jedoch ohne Gewähr für die Richtigkeit gegeben.
Die in diesem Heft veröffentlichten Texte und Bilder sind urheberrechtlich geschützt.
Nachdruck und andere Arten der Vervielfältigung nur nach schriftlicher Genehmigung des Herausgebers.



Initiativkreis ambulante Reha und soziale Dienste im Münchner Norden e. V., gemeinnütziger Verein VR 16714

IKARUS e.V.

IKARUS e.V. ist ein freiwilliger Zusammenschluss von Vertreterinnen und Vertretern verschiedener Berufsgruppen und Institutionen in München-Nord und Schwabing, die an der Betreuung, Behandlung und Versorgung von alten Menschen in ihrer häuslichen Umgebung beteiligt sind. Die Initiativgruppe besteht seit 1998, seit Jan. 2001 sind wir als gemeinnütziger Verein anerkannt. Ziel ist die interdisziplinäre, koordinierte Zusammenarbeit bei der häuslichen

Betreuung und mobilen Rehabilitation von alten Patienten. Aktuell vertretene Gruppen sind Hausärzte, Fachärzte, Klinikärzte, ambulante Pflegedienste, die Tagespflege Rümmanstraße, soziale Dienste (ASD, Altersservice-Zentren), Krankengymnasten, Ergotherapeuten, die Beratungsstelle Wohnen und der Gerontopsychiatrische Dienst München-Nord.

Christiane Wabnitz

Fast alle wollen zu Hause gepflegt und betreut werden

Zu diesem Ergebnis ist eine Befragung des privaten Pflegeberatungsunternehmens Compass gekommen. Es wurden über 6000 Frauen und Männer zum Thema Pflegebedürftigkeit befragt. Dabei haben 79 Prozent geantwortet, dass sie erwarten, bei Pflegebedürftigkeit von den Angehörigen - zusammen mit Profis - in der vertrauten Umgebung betreut zu werden. In erster Linie wird die Unterstützung vom eigenen Partner erwartet. Die Studie zeigt aber auch, dass insbesondere die jüngere Generation diesen Wunsch der Ältern versteht. Sie stimmen der pflegerischen Versorgung durch die Familie am meisten zu. Die Bestätigung dieser Aussage können Sie gleich in unserem Fallbeispiel lesen.

Aber nicht nur an dem „leichteren Fallbeispiel“ zeigt sich die gute Zusammenarbeit der IKARUS Mitglieder mit den Familienangehörigen. In unserem Beitrag über die Palliativmedizin möchten wir sie über die Möglichkeiten der medizinischen und pflegerischen Versorgung am Lebensende informieren. In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen diese Hospizbegleitung vor. Wir hoffen Ihnen damit einen Weg aufzuzeigen, wie todkranke Menschen in ihrer häuslichen Umgebung begleitet werden können. Wichtig ist doch, dass kein Mensch am Lebensende Schmerzen erleiden muss und dass kein Mensch im Sterben allein gelassen wird.

Christiane Wabnitz

In IKARUS e. V. vertretene Organisationen:

Altenhilfe- & Krankenpflegeverein Allerheiligen durch Brigitta Horstmann
Pflegedienst Bethke durch Hedy Bethke
Pflegedienst Haesner durch Edi Haesner
Pflegedienst Noell durch Anne Noell
Pflegedienst Puscas durch Elke Puscas
Diakonie Milbertshofen durch Beate Ilg, Christian Müller und Gerd Meisl
Diakonie Schwabing durch Christina Herger
Diakonie Nord-Hasenberg durch Karl-Heinz Winkler
Caritas durch Ehrenmitglied Sr. Gratia Kiefersbeck
Alten- und Servicezentrum Altstadt durch Eilfriede Oepen
Gerontopsychiatrischer Dienst München-Nord durch Christine Schwenzer
Tagespflege Rümmanstraße durch Christiane Ammer-Wabnitz
Physiotherapeuten durch Ursula Schöder, Christine Holler
Ergotherapeuten durch Adriane Pokorny
Hausarztpraxen durch Dr. Christa Scholtissek, Dr. Frauke Otto, Dr. Christoph Männel und Dr. Andreas Trieb

www.ikarus-muenchen.de



Information und
Unterstützung für die Pflege zu
Hause

Ausgabe 02-2010

Palliativmedizin und Palliativ Care- was ist das ?

Die Zunahme bösartiger Erkrankungen vor allem auch bei jüngeren Patienten sowie die Überalterung der Bevölkerung stellen eine immer größere Herausforderung in unserem Leben und unserer Gesellschaft dar. Daher ist es erforderlich in der Gesellschaftsstruktur und bei unseren Lebensumständen neue Wege zu gehen und zwar unter dem Gesichtspunkt einer ganzheitlichen Versorgung und Lebensplanung. Es sollte nicht das apparativ technisch machbare im Vordergrund stehen, sondern eine auf den Mensch und seine sozialen Möglichkeiten ausgerichtete Medizin sinnvoll eingesetzt werden.

Entsprechende Haltungen und Versorgungskonzepte bietet unter anderem die Palliativmedizin. Aber was bedeutet Palliativmedizin überhaupt?

Palliativmedizin ist nach den Definitionen der Weltgesundheitsorganisation und der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin „die aktive, ganzheitliche Behandlung von Patienten mit fortgeschrittenen Erkrankungen und einer begrenzten Lebenserwartung zu der Zeit, in der die Erkrankung nicht mehr auf eine heilende Behandlung anspricht. Die Beherrschung von Schmerzen, anderen Krankheitsbeschwerden, psychologischen, sozialen und spirituellen Problemen stehen nun im Vordergrund. Nicht die Verlängerung der Überlebenszeit um jeden Preis, sondern die Lebensqualität, sowie die Wünsche, Ziele und das Befinden des Patienten stehen im Vordergrund der Behandlung.

Also keine Medizin, in der nichts mehr getan wird, sondern in der jeder Mensch tatsächlich im Mittelpunkt mit seinen eigenen Wünschen und Bedürfnissen steht, um seine Erkrankung gemäß seinen biographischen und kulturellen Hintergründen sowie seinen persönlichen Fähigkeiten annehmen und verarbeiten kann.

In München hat sich in den letzten Jahren ein vielfältiges Versorgungsnetz im stationären und ambulanten Bereich etabliert. Insbesondere die Vernetzung des stationären mit dem ambulanten Bereich hat zunehmend an Bedeutung gewonnen, da das zu Hause bleiben bis zum Schluss für viele Menschen und ihren Angehörigen immer wichtiger wird (Adressen s. Anhang).

Um begrifflich zu machen, was palliative Versorgung bedeuten kann, möchte ich an einem kleinen Fallbeispiel zeigen.

Im ärztlichen Bereitschaftsdienst wurde ich nachts zu einem 74-jährigen Patienten mit Luftnot gerufen. Ich fand den Patienten sitzend im Bett, der Mühe hatte zu atmen und sich Sauerstoff über einen Nasenschlauch zuführte. Die körperliche Untersuchung zeigte schnell den Grund der Luftnot. Im Rahmen einer Fernuntersuchung in der Lunge gebildet und in der linken Seite zu einer Flüssigkeitsansammlung geführt, die dem Patienten die Atemnot bereitete. Der Patient beklagte sich, das ginge nun seit Wochen schon so, er renne von Arzt zu Arzt und keiner konnte ihm helfen. Auf meine Frage, ob er denn selber eine Erklärung hat, kamen wir langsam über seine Krebserkrankung ins Gespräch. Anfangs schien er überrascht, dass seine Luftnot damit zu tun haben könnte, später war er dankbar endlich offen mit jemandem darüber reden zu können. Wir unterhielten uns über seine Wünsche für die Zeit, die ihm noch bleibt und versuchten gemeinsam konkret Hilfe für seine Luftnot zu finden. Ich erklärte ihm, dass ich mit einer Morphinspritze ihm jetzt helfen konnte die Atemnot zu lindern, so dass er ruhig schlafen kann.

Für den nächsten Tag besprachen wir eine stationäre Vorstellung auf der Palliativstation der Barmherzigen Brüder mit der Frage einer

medikamentösen Einstellung der Luftnot und ggf. einer entlastenden Funktion. Ängstlich fragte er mich, ob man aus dieser Station denn auch wieder nach Hause kommt, denn da würden doch alle sterben. Er sagte, sein Wunsch wäre noch, mit seiner Ehefrau in ein betreutes Wohnen umzuziehen und die schöne Wohnung mit ihr noch einzurichten. Ich konnte ihn beruhigen und ihm sagen, dass auf der Palliativstation endlich die Dinge für ihn getan werden, die in dieser Phase der Krankheit wichtig waren. Zum einen die Luftnot zu behandeln, zum anderen mit und seiner Frau über sein Sterben zu sprechen und nicht mehr von Arzt zu Arzt zu laufen, wo ihm doch keiner hilft.

Das beruhigte ihn und seine Frau sehr. Mein ganzer Einsatz dauerte 45 min.

Gemäß der Haltung in der Hospizbewegung:

„Nicht dem Leben mehr Tage geben, sondern den Tagen mehr Leben.“

Dr. med. Frauke Otto
FÄ für Allgemeinmedizin sowie in WB Zusatzbezeichnung Palliativmedizin

Adressen:

Palliativstation St.Johannes von Gott Krankenhaus
Barmherzige Brüder München
Romanstrasse 93
80639 München
Tel.: 089-1797-2908

Interdisziplinäres Zentrum für Palliativmedizin (IZP) der Universität München
Marchioninstrasse 15
81377 München
Tel.: 089-7095-7930

Palliativstation IV. Med. Abteilung Krankenhaus Harlaching
Sanatoriumsplatz 2
81545 München
Tel.: 089-6210-2547



Information und
Unterstützung für die Pflege zu
Hause

Ausgabe 02-2010

Rauchgasvergiftung Ein aktuelles Fallbeispiel zur Pflege und Betreuung

Herr Arkan (Name von der Redaktion geändert), geboren in der Türkei, arbeitete über 30 Jahre bei BMW. Nach seiner Berentung verbringt er die kalten Wintermonate mit seiner Frau in seiner Heimat in einer Ferienwohnung. Doch diesen Winter passiert ein Unglück: Der Heizofen im Schlafraum von Herrn Arkan ist defekt, er und seine Frau im Nachbarraum werden bewußtlos und erst nach 2 Tagen entdeckt.

Während sich die Ehefrau im Krankenhaus sehr schnell wieder erholt, ist sein Zustand erschreckend: er ist vollkommen teilnahmslos, spricht kein Wort mehr, schaut zur Decke und kann sich nicht mehr bewegen. Da die beiden erwachsenen Söhne in München mit ihren Familien leben, wird er dorthin in eine neurologische Spezialklinik verlegt. Nach etlichen Untersuchungen und zwei Wochen später hat sich der Zustand nicht geändert, die behandelnden Ärzte lehnen auch den Nutzen einer stationären neurologisch-geriatrischen Anschlussheilbehandlung ab und

entlassen ihn nach Hause. Der Schreiber dieser Zeilen ist seit 20 Jahren der Hausarzt von Familie Arkan und hat noch das Bild vor Augen, als der Patient vor seiner Abfahrt in den „Winterurlaub“ ihm putzmunter gegenüber saß und sich seine Dauermedikamente für Bluthochdruck, hohes Cholesterin und Schilddrüsenunterfunktion verschreiben ließ.

Nach Rücksprache mit der Ehefrau und dem betreuenden Sohn beim Erstbesuch nach der Entlassung aus der Klinik beschließt man, der Verbesserung des Gesundheitszustandes noch einmal eine Chance zu geben.

Ein Pflegedienst wird organisiert, dazu ein Pflegebett. Nach der unpersönlichen Krankenhausatmosphäre empfiehlt der Hausarzt, dies zu Hause ins Gegenteil umzukehren: möglichst viel mit ihm zu sprechen, seine Lieblingsmusik zu spielen. Außerdem erhält er ab sofort intensivere Krankengymnastik, da der fast wie gelähmt wirkende Patient nur angespannt und gebeugt im Bett liegt mit der Hoffnung,

brachliegende Funktionseinheiten des Gehirns wieder zu aktivieren.

Und das kleine Wunder geschieht: Innerhalb der folgenden drei Wochen verschwindet zuerst die Starre aus der Muskulatur und aus dem Gesicht. Er blickt wieder in Richtung der sprechenden Person, er fängt sogar an, einzelne Muskeln auf Kommando zu bewegen. Und nach drei Wochen haucht er dem besuchenden Hausarzt zum ersten Mal ein leises „Grüß Gott“ entgegen.

Nun wird die ambulante Rehabilitation noch um Ergotherapie und logopädisches Sprechtraining erweitert.

Ambulante häusliche Rehabilitation durch die Mitglieder von IKARUS e.V. hat etwas erreicht, was Klinikärzte selbst stationär nicht für möglich gehalten haben. Die Aktivitäten werden weiter fortgesetzt, um vielleicht sogar wieder eine absolute selbständige Lebensführung erreichen zu können.

Dr. Andreas Trieb



Information und
Unterstützung für die Pflege zu
Hause

Ausgabe 02-2010

Der Gerontopsychiatrische Dienst München Nord Kurzvorstellung

Der Gerontopsychiatrischen Dienst München Nord ist eine Einrichtung der Diakonie Hasenberg e.V.

Er besteht seit dem Jahr 1999 und hat seit 2007 seine Räumlichkeiten in der Troppauer Straße 10, Nähe U-Bahn Am Hart. Hinter diesem unaussprechlichen Namen verbirgt sich ein Beratungsdienst, der zuständig ist für Menschen ab 60 Jahre, die an psychischen Störungen und psychiatrischen Erkrankungen leiden. Darunter sind am häufigsten Depressionen und Demenzen aber auch andere psychische Erkrankungen oder Störungen, wie z.B. Vermülligung, wahnhaftige Störungen, etc.

Wir arbeiten in einem Team mit 7 Kolleginnen und Kollegen aus unterschiedlichen Berufsgruppen:

Eine Psychologin (Leitung), eine Krankenschwester, ein Krankenpfleger, eine Sozialpädagogin, ein Sozialpädagoge, eine Fachkrankenschwester für Gerontopsychiatrie, sowie eine Bürofachkraft.

Zu unseren ganz konkreten Angeboten gehören:

- persönliche Beratungen im Dienst und am Telefon
- Hausbesuche
- Gruppenangebote / darunter eine offene Frühstücksgruppe, eine Gesprächsgruppe für depressiv Erkrankte, eine Kreativ-Gruppe, sowie, in sehr guter Kooperation mit dem ASZ Milbertshofen, eine Betreuungsgruppe für demenzkranke Menschen
- Ebenso ist es in Einzelfällen möglich, einen Hausbesuch mit einer Fachärztin der Isar-Amperklinik anzubieten, die uns etwa alle 4-6 Wochen für 4 Stunden zur Verfügung steht.

Ziele unserer Beratung und Begleitung sind:

- Krankheitsverläufe positiv zu beeinflussen
- Beratung von Angehörigen

• dazu beizutragen, dass Vorurteile und Ängste gegenüber psychisch kranken Menschen in der Gesellschaft abgebaut werden.

• vor allem aber, es psychisch kranken, älteren Menschen zu ermöglichen, ein möglichst selbstbestimmtes Leben in der eigenen Wohnung und in der vertrauten Umgebung zu führen.

Wir sind zu folgenden Zeiten telefonisch unter

Tel.: 089/55279370 erreichbar:
Montags, Mittwochs, Freitags von 8.00-13.00 Uhr
Dienstags und Donnerstags von 12.30 – 17.00 Uhr

ASZ Milbertshofen Schleißheimer Straße 378

Telefon 089/ 356 277 33-0

MITTAGSTISCH im ASZ: Mo-Fr von 11.30-12.15 Uhr

Wir bieten preisgünstigen Mittagstisch in freundlichem Ambiente mit netten Tischnachbarn.

Menü zu € 4,86 €, Ermäßigungspreis 2,86 €
Sonderpreis für Grundschicherungsempfänger möglich.

Normal- und Diätkost
Anmeldung mindestens 1 Tag vorher bis 12.00 Uhr im Büro.

Guten Appetit!



Tipps für den Herbst!

Im Herbst kommt es bei Gartenarbeiten, Spaziergängen und Radfahrten häufiger zu kleinen Verletzungen und Schürfwunden.

Bei entzündeten oder auch schlecht heilenden Schürfwunden hilft folgendes Hausmittel: Kompressen in einem Aufguss mit Kamillenblüten eintauchen und noch warm auflegen.



Bienen- und Wespenstiche

Zuerst sollte man den Stachel (bei Bienen) herausziehen und kalte Umschläge machen, Eiswürfel auflegen oder durch kaltes Wasser laufen.

Mit einem angefeuchteten Zuckerwürfel kann man aus dem frischen Stich noch das Gift herausziehen. Dies lindert auch den Juckreiz.

Auf Schwellungen und Stiche fische Zwiebel-, Zitronen- oder Meerrettichscheiben auflegen. Bei starken zunehmenden Schwellungen und Stichen im Mundbereich bitte zum Arzt!