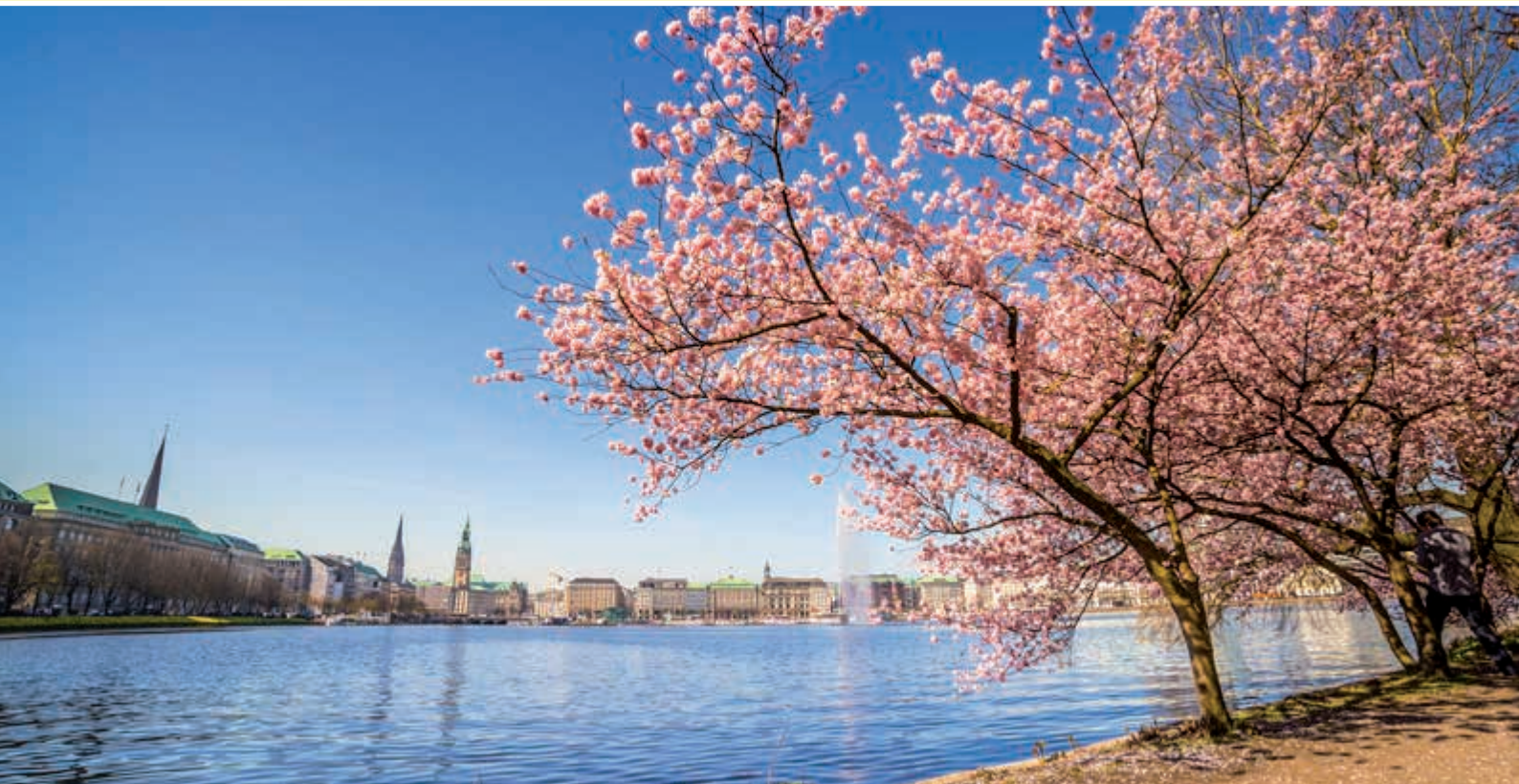




HANSEATIC

DIE ZEITSCHRIFT



HANSEATIC

Hinter den Kulissen (Teil5)

Wie wir mit multiresistenten Keimen umgehen

GESUNDHEITSLEXIKON

Warum das richtige desinfizieren der Hände so wichtig ist



TIPP

**Übergabe -
Ein Podcast
für die Pflege**

Hanseatic - Die Zeitschrift
erscheint viermal jährlich.

Herausgeberin & Ansprechpartnerin
für Angehörige & Patienten:

HANSEATIC Pflegedienst GmbH
Geschäftsführer: Thomas Seidel
Meckelfelder Weg 2 a
21079 Hamburg

Tel.: 040 / 226 37 11 - 0
Fax.: 040 / 226 37 11- 99
www.hanseatic-pflegedienst.de

Redaktion und Anzeigenplanung:

pm pflegemarkt.com GmbH
Oberbaumbrücke 1
20457 Hamburg

Tel.: +49(0)40 30 38 73 85-5
Internet: www.pm-pflegemarkt.com

Vertretungsberechtigter
Geschäftsführer:
Herr Peter Voshage

Autoren dieser Ausgabe :
Hanseatic Pflegedienst GmbH,
Autoren pm Pflegemarkt.com GmbH,

Beiträge, die mit vollem Namen oder
auch Kurzzeichen des Autors ge-
zeichnet sind, stellen die Meinung
des Autors, nicht unbedingt auch die
der Redaktion dar. Die Wiedergabe
von Gebrauchsnamen, Warenbe-
zeichnungen und Handelsnamen in
dieser Zeitschrift berechtigt nicht zu
der Annahme, dass solche Namen
ohne weiteres von jedermann be-
nutzt werden dürfen. Vielmehr han-
delt es sich häufig um geschützte
Warenzeichen.

Grafische Gestaltung:
Charlene Groß; c.gross@pflege-
markt.com

Druck:
Onlineprinters GmbH
Rudolf-Diesel-Straße 10
Neustadt a. d. Aisch

Fotos:
Titelfoto © HANSEATIC Pflegedienst
GmbH
S.4,12 © HANSEATIC Pflegedienst
GmbH

Quellenangaben:
Ausführliche Quellenangaben zu
allen Texten unter
www.hanseatic-pflegedienst.de.de

Ausgabe: 01/2019



APOTHEKE MARMSTORF

- Naturheilmittel
- Homöopathie
- Verleih von Inhaliergeräten, Milchpumpen, Blutdruckmessgeräten & Lichtduschen
- Anmessen von Kompressionsstrümpfen bei Ihnen zu Hause

Marmstorfer Weg 139a • 21077 Hamburg
Tel.: 040 760 39 66 • Fax: 040 760 93 34
www.apotheke-marmstorf.de

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

der Frühling ist nun endlich da und wir alle genießen die längeren und helleren Tage und die wohltuende Sonne – wenn sie denn mal scheint.

Schwerpunkt dieser Ausgabe ist das Thema „multiresistente Keime“, kurz MRSA genannt. Dieses Thema kann uns alle schneller betreffen, als wir denken.

Zum Beispiel kann sich jeder von uns während eines möglichen Krankenhausaufenthaltes mit diesem Keim infizieren.

Leider ist Deutschland in diesem Bereich noch nicht so weit wie andere europäische Länder. Deshalb ist der Schutz und die Hygiene in unseren Krankenhäusern eine sehr wichtige Herausforderung und ernstzunehmende Aufgabe des deutschen Gesundheitswesens. Wie wir als Pflegedienst damit umgehen erfahren Sie in dieser Ausgabe.

Außerdem wollen wir Ihnen einen kleinen Einblick in die Aufgaben unseres Geschäftsführers geben.

**Ihr Thomas Seidel und das Team der
HANSEATIC Pflegedienst GmbH**



Inhalt

Hinter den Kulissen (Teil5)	04	Umgang mit MRSA	12
Pflegeprofis	05	MRSA - Was können Betroffene tun?	14
Kostenlose Pflegehilfsmittel	06	Die Schwarzwurzel	16
Ein Podcast für die Pflege	07	Schwarzwurzel mit Orangensosse	17
MRSA - Multiresistente Keime	08	AniTa	18
Händedesinfektion	10	Schwedenrätsel	19

Hinter den Kulissen (Teil 5)

Unser Geschäftsführer

Im 5. Teil unserer kleinen Serie „Hinter den Kulissen“ wollen wir Ihnen einen Einblick in die Aufgaben unseres Geschäftsführers, Thomas Seidel, geben.

Ein Unternehmen zu führen ist eine große Herausforderung und bedeutet Verantwortung, Disziplin, die Führung von Menschen, Einfühlungsvermögen und natürlich auch wirtschaftliches Handeln sowie für die Kunden- und Mitarbeiterzufriedenheit zu sorgen. Natürlich geht dies nur in einem gut funktionierenden Team, in dem klare und nachvollziehbare Strukturen vorherrschen sowie alle notwendigen Verantwortlichkeiten bekannt sind und wahrgenommen werden.



Thomas Seidel

Der gesamte kaufmännische Bereich und die Gesamtverantwortung sind bei Herrn Seidel angesiedelt.

Aber was macht unser Geschäftsführer eigentlich so den ganzen Tag?

Ein wichtiger Bereich betrifft die Finanzen. Dazu gehören unter anderem folgende Aufgaben:

- Dafür zu sorgen, dass sich das Unternehmen in einer soliden und gesicherten finanzielle Lage befindet,
- ständig alle Ein- und Ausgaben zu planen und zu kontrollieren,
- er ist verantwortlich für die Rechnungslegung sowie das Mahnwesen, verbucht alle eingegangenen Zahlungen,
- die Zusammenarbeit mit unserem Steuerbüro,
- die pünktlichen Gehaltsabrechnungen und -zahlungen.

Natürlich muss sich ständig um das gesamte HANSEATIC-Team gekümmert werden. Dies bedeutet für die Probleme der Mitarbeiter da zu sein, für die ständige Motivation des Teams zu sorgen, Mitarbeitergespräche, Bewerbungsgespräche, und vieles mehr. Auch der ständige Informationsaustausch mit allen Führungskräften im Unternehmen ist wichtiger Bestandteil.

Außerhalb der täglichen Arbeitszeit gibt es auch noch einige Aufgaben zu erledigen. Zum Beispiel der intensive Austausch mit unserem Berufsverband, Netzwerkarbeit (regelmäßiges Treffen und der Austausch mit anderen ambulanten Pflegediensten), teilweise Vertragsverhandlungen mit den Kranken- und Pflegekassen.

Dies soll nur ein kleiner Einblick sein, der längst nicht alles widerspiegelt, womit ein Geschäftsführer beschäftigt und wofür er verantwortlich ist.

Deutschlands beliebteste Pflegeprofis

Wettbewerb 2019

In Deutschland arbeiten aktuell mehr als 1,2 Millionen Menschen in der Kranken- und Altenpflege. Sie sind eine wesentliche Stütze unseres Gesundheitssystems und verdienen eine hohe Wertschätzung.

Der Bundeswettbewerb will das große Engagement dieser Menschen würdigen und öffentlich „Danke“ sagen. Der Verband der Privaten Krankenversicherung e.V. startet aus diesem Grund den bundesweiten Wettbewerb „Deutschlands beliebteste Pflegeprofis“. Der Wettbewerb soll deutlich machen, welche Leistung Pflegende jeden Tag erbringen müssen.

Bis zum 30. April 2019 können Patienten sowie Angehörige, Kollegen oder Freunde ihre Favoriten – sowohl Profis als auch Azubis – für die Wahl zu Deutschlands beliebtesten Pflegeprofis unter

www.deutschlands-pflegeprofis.de

vorschlagen.

Die Teilnahmebedingungen sind, dass nur Personen ab 17 Jahren mit Wohnsitz in Deutschland vorgeschlagen werden können. Die Kandidaten müssen eine Pflegeausbildung absolviert haben bzw. sich in einer Ausbildung befinden. 2019 können erstmals auch Auszubildende in einer eigenen Kategorie als Deutschlands beliebteste Pflegeprofis nominiert werden.

MACHEN SIE MIT!

Alles, was Sie hierfür benötigen, sind Kontaktdaten der Nominierten (Vorname und Nachname, Name der Einrichtung sowie die E-Mail-Adresse), dazu eine kurze Begründung,

was diese Menschen Ihrer Meinung nach zum Pflegeprofi 2019 macht und warum Ihr Lieblingspflegeprofi so besonders für Sie ist. Ein Foto der Kandidaten ist wichtig für die Nominierung, um die Chance bei dem Wettbewerb zu erhöhen. Alle abgebildeten Personen müssen mit der Veröffentlichung einverstanden sein und es muss eine persönlich vorliegende Einverständniserklärung auf Nachfrage vorgezeigt werden.

Nach dem Ende der Nominierungsphase startet die Online-Abstimmung. Vom 1. Mai bis zum 15. Juni 2019 stimmen Sie zuerst über die beliebtesten Pflegeprofis der einzelnen Bundesländer ab. In der zweiten Stimmenabgabe vom 15. August bis 30. September 2019 wählen Sie dann aus den 16 Bundesländern Ihren beliebtesten Pflegeprofi. Alle natürlichen Personen dürfen abstimmen und jede Person verfügt dabei über eine Stimme je Wettbewerbsbeitrag.

Der Bundessieger und alle Landessieger treffen sich am 21. November 2019 zur Galaveranstaltung im Berliner Reichstagsgebäude. Die Gewinner des Gesamtwettbewerbs sowie der Sieger der Kategorie Azubi erhalten ein Preisgeld in Höhe von 2.000 Euro. Für die oder den Zweitplatzierten gibt es 1.000 Euro und der Drittplatzierte erhält 500 Euro.



Wer wird dieses Jahr gewinnen und zum Deutschlands beliebtestem Pflegeprofi 2019 geehrt?

Kostenlose Pflegehilfsmittel

Jeder Pflegebedürftige hat Anspruch darauf

Pflegebedürftige, die zuhause gepflegt werden, sei es von Angehörigen, Bekannten oder aber auch einem Pflegedienst, haben Anspruch auf Pflegehilfsmittel. Laut Gesetzgeber ist dieser Anspruch gegeben, wenn die Pflegehilfsmittel zur Erleichterung der Pflege oder zur Linderung der Beschwerden des Pflegebedürftigen beitragen oder ihm eine selbstständigere Lebensführung ermöglichen. Weitere Voraussetzung ist, dass die pflegebedürftige Person in einen Pflegegrad eingestuft ist.

Was sind Pflegehilfsmittel?

Häufig werden sie verwechselt mit „Hilfsmitteln“. Zu der Gruppe der Hilfsmittel gehören z.B. Inkontinenzmaterialien (Windeln) oder Hörgeräte. Die Kosten für Hilfsmittel werden, sofern ein Rezept vorliegt, von der Krankenkasse getragen (ggf. mit einer Eigenbeteiligung). Pflegehilfsmittel hingegen werden von der Pflegekasse getragen. Pflegehilfsmittel lassen sich in zwei Gruppen einteilen:

1. technische Hilfsmittel
2. zum Verbrauch bestimmte Hilfsmittel

Auch wenn der Name es anders vermuten lässt, haben die **technischen Hilfsmittel** nur selten etwas mit Technik zu tun. **Zu dieser Gruppe gehören:**

- Pflegehilfsmittel zur Erleichterung der Pflege, z. B. Pflegebetten oder Toilettenstühle
- Pflegehilfsmittel zur Hygiene, z. B. Urinflaschen oder Bettschutzeinlagen
- Pflegehilfsmittel zur selbstständigeren Lebensführung, z. B. Rollstühle oder Gehhilfen
- Pflegehilfsmittel zur Linderung von Beschwerden, z. B. Lagerungshilfen



Bei technischen Pflegehilfsmitteln kann es zu einer Zuzahlung kommen, das heißt, die Pflegekasse übernimmt nicht immer die gesamten Kosten für die technischen Pflegehilfsmittel. Pro Pflegehilfsmittel muss jedoch maximal 25€ zugezahlt werden.

Zum Verbrauch bestimmter Pflegehilfsmittel hingegen werden bis zu einem Betrag von **40€ monatlich** erstattet. Zu dieser Gruppe gehören:

- Handschuhe
- Desinfektionsmittel
- Schutzschürzen
- Mundschutz
- Bettschutz



Diese Produkte nennen sich zum „Verbrauch bestimmt“, weil sie aus hygienischen Gründen oder aufgrund ihrer Beschaffenheit nur einmal verwendet werden sollen.

Die Kostenerstattung der zum Verbrauch bestimmten Pflegehilfsmittel muss bei der Pflegekasse beantragt werden. Dies kann formlos passieren und ist mit keinen großen Umständen verbunden. Pflegebedürftige sollten sich daher nicht vor der Beantragung scheuen, denn der Nutzen ist groß.

Wir als Pflegedienst sind bei der Beantragung gerne behilflich, und die Pflegehilfsmittel können auch direkt ins Haus geliefert werden.

Übergabe

Ein Podcast für die Pflege

„Übergabe“, so lautet das neue Angebot auf dem Podcastmarkt.

Podcast? Was ist das eigentlich?

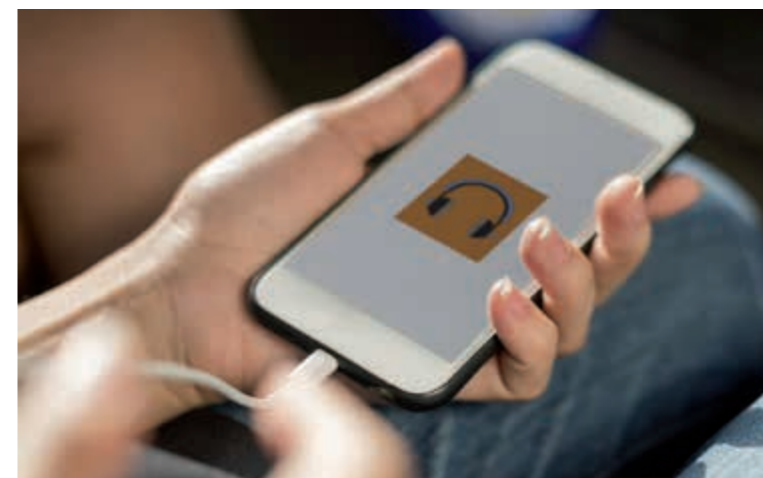
Podcasts sind Audio- oder Video-Medien-dateien, die über das Internet bezogen und häufig als Serie abonniert werden.

Der Podcast „Übergabe“ ist ein kostenloses Angebot, welches über iTunes oder Spotify gehört werden kann. Entwickelt von fünf PflegewissenschaftlerInnen der Universität Witten/Herdecke, soll dieser Podcast Pflegebedürftige, Pflegende, Wissenschaftler und Interessierte ansprechen und über relevante Themen um und aus der Pflege informieren.

Es werden Themen wie Digitalisierung, Pflegekammer und Pflegepersonalstärkungsgesetz diskutiert.

Wer also abseits der gängigen und zum Thema Pflege immer jammernden Printmedien einmal ein anderes Format konsumieren möchte, hat unter www.uebergabe-podcast.de die Gelegenheit.

Einfach mal Hören statt Lesen.



HÄTTEN SIE DAS GEDACHT?

48,4% Pflegende Angehörige in Deutschland, 2015

51,7% Pflegende Angehörige in Deutschland, 2017

Laut einer Studie des Statistischen Bundesamtes im Jahre 2018 steigt der Anteil der Personen, die pflegebedürftige Familienmitglieder zuhause pflegen, stetig.

27,4% Vollstationäre Versorgungen, 2015

24% Vollstationäre Versorgungen, 2017

Im Vergleich zu den steigenden Zahlen der pflegebedürftigen Angehörigen sinkt die Zahl der Personen, die in einer vollstationären Einrichtung (Pflegeheim) versorgt werden.

Insgesamt werden in Deutschland **2.557.448** in Pflegegrade eingestufte Personen zu Hause versorgt. Allein **1.392.582** Personen davon sind in den zweiten Pflegegrad eingestuft.

Im stationären Bereich ist die Verteilung der Pflegegrade ausgeglichener und liegt pro Pflegegrad bei 130.000-260.000 versorgten Personen.

Multiresistente Keime

MRSA steht für multiresistenter Staphylococcus Aureus. Staphylococcus aureus ist ein weitverbreitetes Bakterium, das relativ gut behandelbar ist, wenn es eine Infektion bei einem Menschen auslöst. Wenn Staphylococcus-aureus-Bakterien allerdings bereits gegen bestimmte Antibiotika widerstandsfähig (resistent) geworden sind, wird von MRSA oder MRSA-Keimen gesprochen.

Dieser Keim wird häufig auch Krankenhauskeim genannt. Dies liegt daran, dass das Risiko für eine Infektion mit MRSA im Krankenhaus besonders hoch ist. MRSA kommt dort vor, wo häufig Antibiotika eingesetzt wird und dies in bekannter Maßen im Krankenhaus.

Wie wird MRSA übertragen?

MRSA-Bakterien kommen vor allem im Nasen-Rachen-Raum, auf der Haut (bevorzugt in Hautfalten), in offenen Wunden und in Körperausscheidungen vor.

Sie können direkt über die Hände oder indirekt über das Anfassen MRSA-belasteter Gegenstände wie Türklinken, Handläufe an Treppen, Fernbedienungen oder über Oberflächen wie dem Bett oder dem Nachttisch übertragen werden.

Kommen die Bakterien im Nasen-Rachen-Raum vor, kann auch Niesen oder Husten zu einer Übertragung führen.

Eine Übertragung von besiedelten Nutztieren zu Menschen ist außerdem möglich.

Für wen ist MRSA gefährlich?

Für gesunde Menschen ist eine Besiedlung mit MRSA-Bakterien in der Regel ungefährlich. Viele Menschen sind Träger, wissen aber weder von ihrer Trägerschaft noch hat sie merkliche Auswirkungen auf ihre Gesundheit.

Eine Gefahr besteht jedoch, wenn MRSA-Bakterien die Möglichkeit haben, von der Hautoberfläche in den Körper einzudringen und eine Infektion auszulösen.

Zu den gefährdeten Personengruppen gehören:

- Menschen mit Hautverletzungen (z. B. chronische Wunden, Brandverletzungen)
- Menschen mit künstlich angelegten Körperöffnungen (z. B. Tracheostoma, Colostoma, Katheter)
- Dialysepatienten, Diabetiker und Menschen mit geschwächtem Immunsystem

Ist es zu einer Infektion gekommen, ist die Behandlung schwierig, da bestimmte Antibiotika gegen den MRSA-Bakterien nicht mehr wirken.



Warum werden Betroffene trotz MRSA Besiedlung aus dem Krankenhaus entlassen?

Im Krankenhaus steht die Behandlung der Grunderkrankung im Vordergrund. Ist diese Behandlung abgeschlossen, haben Krankenhäuser die Pflicht, den Patienten zu entlassen und dadurch eine Ausbreitung des Keims auf andere Patienten zu verhindern.

Ist eine Behandlung des Keims nötig oder ggf. auch schon im Krankenhaus begonnen worden, so sollte diese unbedingt in der Häuslichkeit durchgeführt bzw. fortgeführt werden.

Unterschied Besiedlung und Infektion

Eine Besiedlung (Kolonisation) liegt vor, wenn sich MRSA-Bakterien auf der Haut oder der Schleimhaut ansiedeln und vermehren, ohne eine Erkrankung auszulösen.

Eine Infektion liegt vor, wenn MRSA-Bakterien zu einer Erkrankung geführt haben.

Muss eine Besiedlung immer behandelt werden?

Wenn die betroffene Person z. B. eine Wunde oder eine künstliche Körperöffnung (z. B. Katheter) hat, die den MRSA-Bakterien das Eindringen in den Körper ermöglicht, sollte die Besiedlung im Rahmen einer Sanierung behandelt werden.

Was ist eine Sanierung (Dekolonisation)?

Bei einer Sanierung werden über 5 bis 7 Tage individuell angepasste Behandlungsmaßnahmen ergriffen, um die Besiedlung mit einem MRSA-Bakterien zu bekämpfen bzw. zu beenden:

dreimal täglich Anwendung einer antibiotischen Nasensalbe

dreimal täglich gurgeln mit einem Schleimhaut-Antiseptikum nach der Zahn- bzw. Mundpflege

täglich (mindestens über 3 Tage) eine Ganzkörperwaschung einschließlich der Haare mit einer antiseptischen Waschlösung

täglicher Wechsel von Bett- und Körperwäsche, Handtüchern und Waschlappen

Die Wäsche sollte bei mindestens 60° Grad gewaschen werden. Vor und nach der Sanierung sollte jeweils eine neue Zahnbürste benutzt werden.

Das konsequente Befolgen der vorgeschriebenen Maßnahmen ist eine Voraussetzung, damit die Sanierung Erfolg haben kann.

Warum tragen die Pflegekräfte Schutzkleidung?

Pflegekräfte versorgen in der Regel mehrere Klienten. Um die MRSA-Keime jedoch nicht vom Träger auf andere Klienten zu übertragen, die zu den gefährdeten Personengruppen gehören, ist das Tragen von Schutzkleidung für Pflegekräfte bei bestimmten Pflegemaßnahmen wie z. B. der Körperpflege nötig.

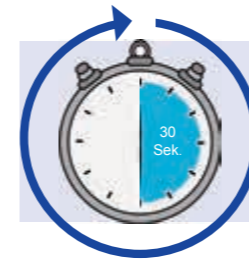
Sind meine Angehörigen gefährdet?

Für Gesunde stellt der Kontakt zu MRSA-Betroffenen keine Gefahr da. Sie sollten nach dem Kontakt mit Betroffenen allerdings auf eine gründliche Händereinigung und -desinfektion achten.

Auf den folgenden zwei Seiten finden Sie eine Anleitung zur richtigen Händedesinfektion. Diese können Sie heraustrennen und gut sichtbar aufhängen.

Händedesinfektion

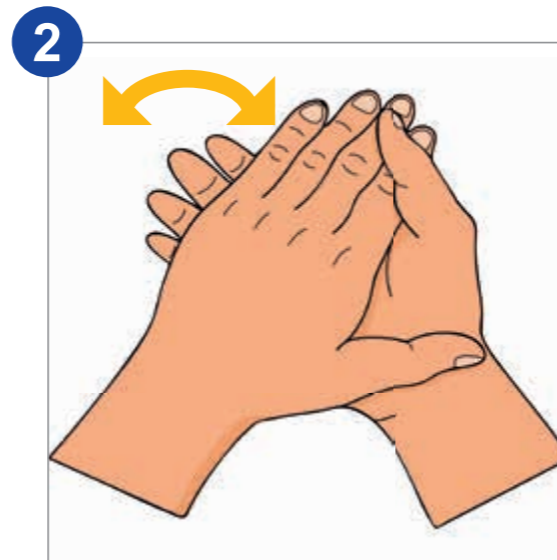
So desinfizieren Sie Ihre Hände richtig:



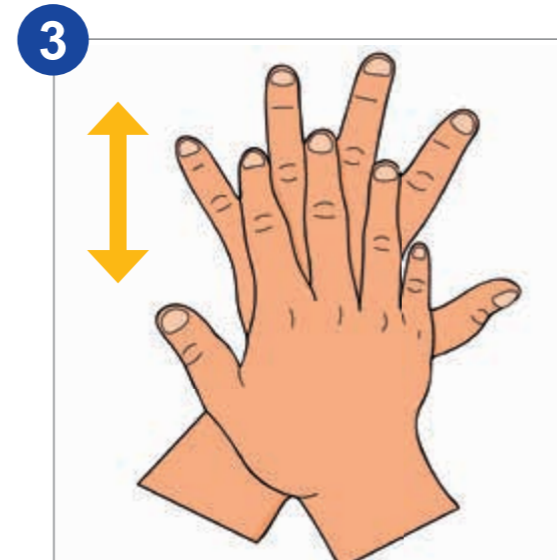
Sie benötigen nicht mehr als 30 Sekunden.



1 Geben Sie etwa 1 Teelöffel Desinfektionsmittel in die trockene, hohle Handfläche.



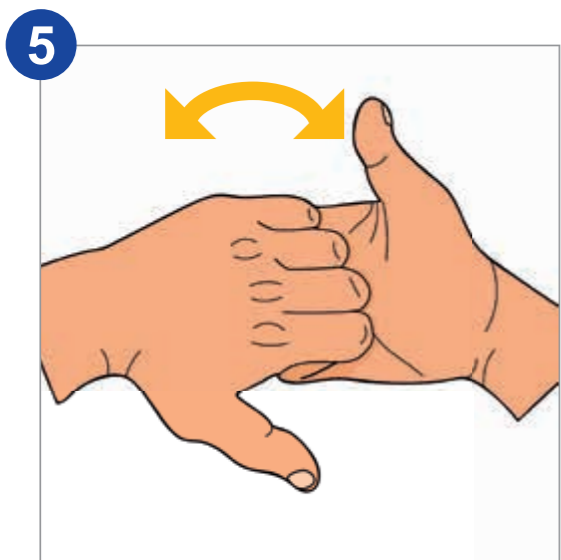
2 Reiben Sie Handfläche auf Handfläche.



3 Reiben Sie die rechte Handfläche über den linken Handrücken und umgekehrt.



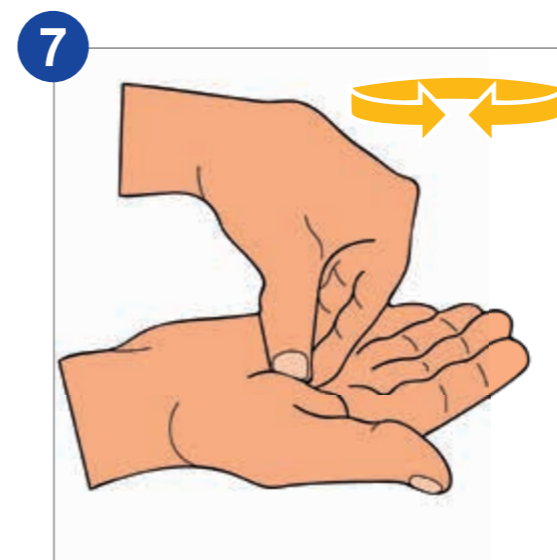
4 Legen Sie Handfläche auf Handfläche und verreiben Sie das Desinfektionsmittel in den Fingerzwischenräumen.



5 Reiben Sie die Außenseite der Finger in der gegenüberliegenden Hand.



6 Drehen Sie den rechten Daumen in der linken Hand und umgekehrt.



7 Drehen Sie die rechten Fingerkuppen in der linken Hand und umgekehrt.



8 Reiben Sie beide Handgelenke kreisend ein.

MRSA (multiresistente Keime)

und der Umgang damit im HANSEATIC Pflegedienst

Wie gehen wir mit MRSA um?

Auch wir in der ambulanten Pflege werden immer häufiger mit den multiresistenten Erregern (kurz MRSA) konfrontiert. Darum ist es besonders wichtig, dass die Informationsweitergabe durch die Krankenhäuser und Hausärzte gut funktioniert. Denn das Hauptziel für uns ist es, die Verbreitung dieser Keime zu verhindern und somit alle Mitarbeiter und Kunden vor Infektionen zu schützen.

Das gilt nicht nur für diese speziellen Keime, sondern auch für alle anderen unschönen Krankheitserregern wie z.B. dem Grippevirus oder dem Norovirus, der schlimme Brechdurchfälle verursacht.

Bei den multiresistenten Keimen ist es notwendig, bestimmte Schutzmaßnahmen zu ergreifen. Diese werden vom Robert-Koch-Institut empfohlen und in unserem Pflegedienst im Hygienehandbuch genau benannt.

Damit in solchen Fällen schnell und richtig gehandelt werden kann, ist es wichtig, dass die Mitarbeiter regelmäßig zum Thema Hygiene in der Pflege, insbesondere zur richtigen Händedesinfektion, geschult werden. Das findet bei uns regelmäßig statt und die Mitarbeiter haben jederzeit die Möglichkeit alles auch noch einmal nachzulesen.

Wenn wir die Information bekommen, dass ein Pflegekunde mit solch einem multiresistenten Keim aus dem Krankenhaus in seine Häuslichkeit entlassen wird, geht auch bei uns eine regelrechte Maschinerie los.

Alle Mitarbeiter, die diesen Pflegekunden aufsuchen, werden schriftlich darüber informiert, dass sie die erforderlichen Schutzmaßnahmen bei MRSA ergreifen müssen.



Die Schutzkleidung wird von der Hygienebeauftragten und/oder den Pflegedienstleitungen bereitgestellt und beim Kunden werden die notwendigen Maßnahmen ergriffen, um die Verbreitung der Keime auszuschließen. Dafür gibt es spezielle Maßnahmenpläne.

In denen steht z.B. welche Desinfektions- und Reinigungsmittel verwendet werden müssen und welche Schutzkleidung anzulegen ist. Das ist für die Betroffenen immer recht unschön, wenn wir mit Schutzkitteln mit langen Ärmeln und Einweghandschuhen darüber, dazu noch mit Mundschutz und Papierhaube auf dem Kopf auftauchen, erkennt man uns meist nur noch an der Stimme. Und ich kann versichern, dass es darunter ganz schön warm werden kann. Aber diese Verkleidung ist wirklich wichtig und notwendig um den Keim nicht aus diesem Haushalt heraus zu verbreiten.

Wir informieren und beraten natürlich auch die Kunden und deren Angehörige über diese Schutzmaßnahmen.

Oft ist es möglich, eine sogenannte Sanierung durchzuführen. Das bedeutet, den Keim vom Erkrankten bzw. dem Träger des Keims zu entfernen. Diese Behandlung wird meistens im Krankenhaus begonnen und wird dann, nach ärztlicher Anordnung, von uns fortgeführt.

Das kann bedeuten, dass wir den Pflegekunden mit speziellen Waschlösungen waschen oder eine spezielle Nasensalbe verabreichen. Nach Abschluss dieser Behandlung werden dann in bestimmten Abständen nochmal Abstriche durchgeführt. Wenn diese Abstriche negativ ausfallen, können die Schutzmaßnahmen eingestellt werden. Wenn uns das gelingt, ist die Freude bei allen Beteiligten immer riesengroß.

Ohne geht's nicht!



MRSA

Was können Betroffene tun?

Um eine Verbreitung der MRSA-Bakterien zu vermeiden, ist in erster Linie auf die Einhaltung der Händehygiene zu achten, da die Hände den Hauptübertragungsweg darstellen.

1

Waschen und desinfizieren Sie sich gründlich die Hände, bevor Sie mit anderen Personen in Kontakt kommen.

2

Benutzen Sie nur Seife aus Seifenspendern, kein gemeinschaftlich benutztes Stück Seife.

3

Verwenden Sie ein eigenes Handtuch oder Papierhandtücher.

4

Verwenden Sie ein eigenes Handtuch oder Papierhandtücher.

5

Hygiene- und Pflegeartikel (z. B. Rasierer, Deoroller) sollten ausschließlich von Ihnen benutzt werden.

6

Flächen, die häufig angefasst werden (Türklinken, Fernbedienung, Gehstock etc.), sollten regelmäßig gereinigt werden.

7

Die gesamte Wäsche der betroffenen Person (wie Handtücher, Kleidung, Bettwäsche) sollte bei mindestens 60 °C gewaschen werden.

8

Niesen und husten Sie in ein Taschentuch oder in die Ellenbeuge, nicht in die Hände.

9

Wunden und künstliche Körperöffnungen (z. B. Katheter) sollten abgedeckt bzw. verschlossen sein.

10

Vermeiden Sie Kontakt zu gefährdeten Personengruppen.

11

Informieren Sie Ihr Umfeld (Angehörige, Arzt und Pflegedienst) über Ihre Besiedlung mit MRSA-Keimen.

Schmeckt wie selbst gekocht!

Die Gerichte der Landhausküche bieten ein pures Geschmackserlebnis

Immer mehr Menschen genießen den Komfort, sich ein leckeres Mittagsgeschicht bis ins Haus liefern zu lassen – ganz ohne großen Aufwand und Mühen. Mit dem Lieferservice der Landhausküche kein Problem. Auch Johanna Westen hat sich für die Landhausküche entschieden. „Ich bin mit dem Service sehr zufrieden, die Gerichte schmecken wie selbst gekocht und ich habe mehr Zeit für die schönen Dinge des Lebens“, berichtet sie begeistert.

Die Köche der Landhausküche kochen mit besten regionalen Zutaten nach traditionellen Rezepten. Sie wissen immer genau, wo die verwendeten Zutaten herkommen, und können eine gleichbleibende Qualität der Gerichte garantieren. Außerdem verzichten sie bewusst auf Zusatzstoffe wie Geschmacksverstärker und Konservierungsstoffe – und das schmeckt man! Ob herzhaftes Hausmannskost, leichte mediterrane Küche oder beliebte sowie saisonale Spezialitäten – all das ist in der Speisekarte der Landhausküche zu finden.



Freundliche Kuriere der Landhausküche bringen die Mittagsgerichte direkt ins Haus. (Bild © appetito)

Und das Beste: Freundliche Kuriere liefern zur Mittagszeit das bestellte Wunschgericht direkt heiß ins Haus. Ganz ohne vertragliche Bindung und schon ab einer Portion.

Für mehr Informationen sind wir gerne für Sie telefonisch erreichbar: Montag bis Freitag von 8.00 bis 18.00 Uhr unter der Telefon-Nummer

0 40 - 89 20 00



Jetzt 3 x Gold probieren!

Leckeres aus der Landhausküche

Probieren Sie unsere 3 DLG-preisgekrönten Mittagsgerichte zum Sonderpreis für je **6,39 €** inklusive Dessert.



Tel. 0 40 - 89 20 00 · www.landhaus-kueche.de

Ihr persönlicher Mittagessen-Service von **apetito**

Landhausküche – eine Marke der appetito AG, Bonifatiusstraße 305, 48432 Rheine

Die Schwarzwurzel

Der Alleskönner für Ihre Gesundheit



Schwarzwurzel, auch oft „Spargel des alten Mannes“ genannt, hat einige Gemeinsamkeiten mit dem Spargel, wie zum Beispiel die Art der Ernte. Sie schmeckt aber intensiver, nussiger und nicht so säuerlich.

Ursprünglich kam die Schwarzwurzel aus Spanien und verdrängte im 18. Jahrhundert die Haferwurzel aus den Gärten, da sie erst nach einigen Jahren holzig wird und winterhart ist.

Der botanische Name der Schwarzwurzel lautet „Scorzonera“. Sie enthält neben den Vitaminen A, B1, B3, C und E sehr viel Kalium, Magnesium, Kalzium und Phosphor. Die Wurzel ist reich an Eisen, dazu Glykosiden, Asparagin und dem Wirkstoff Allantoin, der heute in vielen Salben verarbeitet wird, weil er die Zellerneuerung beschleunigt, desinfiziert und die Wundheilung fördert.

Durch den hohen Insulingehalt ist sie das perfekte Gemüse für Diabetiker, außerdem unterstützen Eisen und Phosphor die Gehirntätigkeit.

Auf die Leber hat die Schwarzwurzel eine entgiftende Wirkung, weshalb sie schon früher bei der Behandlung von Alkoholikern eingesetzt wurde. Sie entgiftet aber nicht nur, sondern ist auch ein regelrechtes Anti-Stress-Gemüse, denn gerade abends gegessen sorgen die Stoffe aus dem Milchsaft für Beruhigung, Entspannung und verhelfen zu einem guten Schlaf.

Die Schwarzwurzel ist also tatsächlich ein Alleskönner, der viel häufiger in deutschen Küchen zu finden sein sollte. Daher empfehlen wir Ihnen, öfter mal den „Spargel des alten Mannes“ als Beitrag zu Ihrer Gesundheit zu genießen.

Schwarzwurzeln mit Orangensosse

Süß und herzhaft

Schon
probiert?



ZUBEREITUNG:

Die geschälten Schwarzwurzeln mit einer halben Zitrone und den Pimentkörnern ca. 10 Minuten bissfest kochen.

Danach werden sie abgossen. Die Haselnüsse werden in Scheiben geschnitten und in einer Pfanne ohne Fett geröstet.

Die Schwarzwurzeln werden in einer Pfanne mit heißer Butter geschwenkt, dann kommt die Schale (Zesten) einer Orange dazu sowie Zucker.

Das Ganze wird mit dem Saft der Orangen abgelöscht. 5 Minuten köcheln lassen. Geben Sie nun 4 TL Schmand und 2 TL Senf hinzu und schmecken Sie mit Salz und Zitronensaft ab.

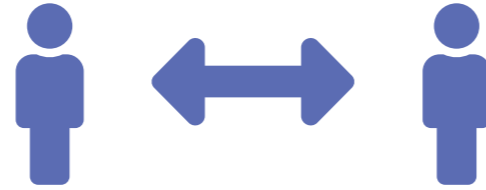
Danach auf einem heißen Teller anrichten und mit den Haselnüssen bestreuen.

GUTEN APPETIT!

ZUTATENLISTE:

- 750 g Schwarzwurzeln
- 1 unbehandelte Zitrone
- Salz
- 2 Pimentkörner
- 50 g Haselnusskerne
- 1 unbehandelte Orange
- 2 EL Butter
- 1 TL brauner Zucker
- 4 TL Schmand
- 2 TL Senf
- 1 EL Zitronensaft

Pflegende Angehörige im Tausch



Eine weit verbreitete Herausforderung für Menschen mit Unterstützungsbedarf ist, dass sie durch die fehlende Wohnnähe von ihren eigenen Angehörigen nicht betreut werden können. Heutzutage ist es ganz normal, dass die erwachsenen Kinder mehr als 100 Kilometer von ihren Eltern entfernt wohnen, was die intensive Fürsorge für eine hilfe- oder pflegebedürftige Person unmöglich macht.

Das Projekt AniTa setzt an dieser Problematik an. AniTa hat das Ziel, mit Hilfe einer Onlineplattform den Austausch von Menschen zu fördern, die genau in der Situation stecken, nämlich jemanden betreuen zu wollen, aber aufgrund der Entfernung nicht zu können. Die Idee dahinter ist, jemanden „Fremdes“ in Wohnortnähe zu betreuen und im Gegenzug jemanden zu finden, der die eigenen Angehörigen in ihrem Zuhause in einer anderen Stadt betreut.

Beispielhaft bedeutet das, dass sich ein Sohn in Kiel, der sich nicht um seine Mutter in München kümmern kann, eine Patenschaft für eine Person mit Unterstützungsbedarf in Kiel übernimmt und sich um diese kümmert. Gleichzeitig gibt es einen Paten oder eine Patin, die sich um seine Mutter in München kümmert.

Eine vermittelte Tauschpatenschaft kann regelmäßige Besuche, Hilfe bei Amtsgelegenheiten oder gemeinsame Unternehmungen umfassen wie

- in den Park gehen,
- ein Konzert besuchen
- oder einen Tag im Museum verbringen.

Sie können selber in Absprache mit Ihrem Tauschgehörigen entscheiden, was und wie viel Sie tun wollen.

Was Sie nicht tun werden: den Angehörigen pflegen, sich um seine Geldgeschäfte kümmern und den Haushalt führen.

Ebenso können Sie frei entscheiden, wie lang die Tauschbeziehung gehen soll. Da es immer dazu kommen kann, dass die eigenen Kinder herangezogen oder verstorben sind. So kann es aber auch sein, dass Sie weniger Zeit finden, weil Sie beruflich stark eingeschränkt sind. Sie können entscheiden, ob Sie in die Tauschbeziehung zu einem späteren Zeitpunkt wieder eintreten wollen.

Alle Vorgaben erfolgen streng nach den Datenschutzrichtlinien und werden sehr ernst genommen und eingehalten, um den Angehörigen ein sicheres Umfeld für ihre Tauschpartnerschaft zu bieten. Damit allen Beteiligten eine hohe Sicherheit gewährleistet werden kann, wird das Hinterlegen eines polizeilichen Führungszeugnisses nach dem persönlichen Kontakt und dem Aufbau eines Vertrauensverhältnisses empfohlen.

Durch das Projekt bleibt man im ständigen Kontakt miteinander, ist über aktuelle Entwicklungen bei Angehörigen informiert und hat einen verlässlichen Ansprechpartner vor Ort. Es ist auch möglich, sich zu engagieren, wenn man gerade selber nicht in Verantwortung für einen Familienangehörigen steht.

Auf der Webseite www.anita-familie.de kann sich jeder für die Tauschbörse anmelden.

ein Apostel		Vorname des Autors Andric	brasil. Formel I-Pilot † 1994			Stil, Weise		Wind-bluse mit Kapuze		kaufen	Fallen des Meeres-spiegels	Wissens-durst
Strom durch Nigeria			7			Wind-richtung						
	10					Tier-füße		Spinnen-faden				
Vorweih-nachts-zeit			roter Mineral-farb-stoff		Fremd-wortteil: vor					Zorn		
Wasser-brot-wurzel		eine Fahr-bahn				2						
				Zugma-schine (Kw.)				Zu-gewinn			Kranken-bahre	
					Or-a-torium von Händel		Mitter-nachts-messe					
engli-sche Graf-schaft	Aus-legung, Deutung	ein Ori-en-tale		optisch wahr-nehmen					11	Visite		
sehr gern haben							ugs.: unsicher gehen			Teil der Wohnung		
	4			griechi-sche Ruinen-stätte		faul, schwer-fällig					5	
Druck-schrift-grad			Fremd-wortteil: Million		6			germa-nische Gottheit				gestufte Pflanzen-anbau-fläche
ge-hörntes Steppen-tier							1		Verlust aller Rechte im MA.		Fakten-mensch	
weite Fahrt						Haupt-stadt von Ruanda		engli-sches Flächen-maß				
			Metall-schutz			kleines Fang-netz						
Gestalt der Edda	zeitliche Verschie-bungen (engl.)	Nachlass-emp-fängerin		8				erster König Israels		Flächen-maß		
Haupt-stadt Perus					arab. Räuber-kara-wane		altröm. Frauen-ober-gewand					
Acker-bau		ägypti-scher Sonnen-gott		US-Sängerin, Lady ...				9	musika-lischer Halbton			
										Abk.: Sante, Santi		
Dauer-wurst-sorten							3	mehrere Men-schen				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

Wir sind auch Ansprechpartner für

- Entlastungsleistungen (bis zu 1.500 EURO pro Jahr),
- Verhinderungspflege (bis zu 2.418 EURO pro Jahr),
- Pflegeberatungsbesuche nach § 37(3),
- Hauswirtschaftliche Hilfen.

Kontaktieren Sie uns gerne, wir beraten Sie unverbindlich und professionell.

HANSEATIC Pflegedienst GmbH
Meckelfelder Weg 2, 21079 Hamburg
www.hanseatic-pflegedienst.de
Telefon: 040 – 226 37 110
E-Mail: info@hanseatic-pflegedienst.de

**Jetzt 4 Wochen kostenlos testen!
Der Johanniter-Hausnotruf.**



Exklusives Angebot für Hanseatic-Kunden bis zum 31. Mai 2019



Sichern Sie sich unser Aktionsangebot und wir schenken Ihnen die Anschlussgebühren!

Weitere Informationen
erhalten Sie unter 040 7686662
www.johanniter.de/hausnotruf

**DIE
JOHANNITER**
Aus Liebe zum Leben

