



HANSEATIC

DIE ZEITSCHRIFT



HANSEATIC

Geschäftsführertreffen in Anklam

Hinter den Kulissen (Teil 2)

GESUNDHEITSLEXIKON

Diabetes mellitus

Reisen mit
Diabetes
S. 15

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.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 gezeichnet sind,
stellen die Meinung des Autors, nicht un-
bedingt auch die der Redaktion dar. Die
Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Wa-
renbezeichnungen und Handelsnamen in
dieser Zeitschrift berechtigt nicht zu der
Annahme, dass solche Namen ohne wei-
teres von jedermann benutzt werden dür-
fen. Vielmehr handelt es sich häufig um
geschützte Warenzeichen.

Grafische Gestaltung:
Charlene Groß;
c.gross@pflegemarkt.com

Druck:
Griebsch & Rochol Druck GmbH & Co. KG
Gabelsbergerstraße 1
59069 Hamm

Fotos:
Titelfoto © HANSEATIC Pflegedienst
GmbH
S.4, 18-19 © HANSEATIC Pflegedienst
GmbH

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

Ausgabe: 02/2018

Auflösung Heft Ausgabe 01/2018:
NEBENWIRKUNGEN



APOTHEKE MARMSTORF

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

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

Einmalig

und einzigartig ist jedes Kind. Und jedes Kind
braucht eine ganz individuelle Unterstützung.
Helfen Sie mit einer Spende. **Danke!**



SOS
KINDERDÖRFER
WELTWEIT

Tel.: 0800/50 30 300 (gebührenfrei)
IBAN DE22 4306 0967 2222 2000 00
BIC GENO DE M1 GLS

www.sos-kinderdoerfer.de

2016/1

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

das Hauptthema der Ausgabe ist diesmal Diabetes. Diabetes ist eine der Haupterkrankungen in unserer zivilisierten Gesellschaft. Dabei ist zwischen Diabetes Typ 1 und Typ 2 zu unterscheiden. Die Ursachen von diesen zwei Formen der Diabetes sind unterschiedlich und für den Typ 1 bisher nur teilweise bekannt. Bei beiden Typen geht es jedoch um die nachlassende Insulinproduktion. Viele unserer Kunden sind leider davon betroffen und vielleicht erhalten sie noch einige Neuigkeiten oder Tipps.

Auch gibt es in dieser Ausgabe eine Fortsetzung unserer kleinen Serie „Hinter den Kulissen“ unseres Pflegedienstes. Diesmal geht es um die Position der Pflegedienstleitung. Weiterhin berichten wir über unsere regelmäßigen Geschäftsführer-Treffen des ERFA-Kreises, diesmal beim ASD (Ambulantes Soziales Dienstleistungszentrum) in Anklam.

Viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe wünscht Ihnen

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



Inhalt

04	HANSEATIC	14	TIPPS
	Geschäftsführertreffen in Anklam		Kontrolltermine wahrnehmen!
			Reisen mit Diabetes
05	GESUNDHEITSLEXIKON	16	RÄTSEL
	Diabetes mellitus — Zuckerkrankheit		Schwedenrätsel
08	GUT AUFGEKLÄRT	18	HANSEATIC
	Notfallsituation — Unter- und Überzuckerung		Hinter den Kulissen (Teil 2)
	Blutzuckermessung		
	Blutzuckermessung richtig durchführen		

Geschäftsführertreffen in Ankum

Diskussionen über „heiße“ Themen aus dem Pflegealltag

Bei schönstem Frühlingswetter fand unser ERFA-Treffen vom 3. bis 6. Mai 2018 in Ankum statt. Der sogenannte ERFA-Kreis (ERFA steht für Erfahrungsaustausch) findet nunmehr seit neun Jahren zwei Mal jährlich statt. Hier treffen sich, neben neun Geschäftsführern von Pflegeeinrichtungen, auch ein Steuerberater und der Chefredakteur der Fachzeitschrift „Häusliche Pflege“.



Das schöne Wetter konnte zwar nur teilweise genossen werden, dafür ging es aber um „heiße“ Themen, die unseren Pflegealltag beschäftigen. Diesmal war für die Organisation der ASD (Ambulantes Soziales Dienstleistungszentrum) in Ankum verantwortlich.

Jeder Teilnehmer hatte diesmal ein Kurzreferat zu bestimmten Themen vorbereitet, über die dann intensiv diskutiert wurde.

Unter anderem ging es um folgende Themen:

Wie begegnen wir den Fachkräftemangel, Personalentwicklung, Marktentwicklung, Gehaltsentwicklung/Tarifverträge in der Pflege.

Da gab es reichlich Stoff für Diskussionen und Erfahrungsaustausch. Und wir alle konnten voneinander profitieren und einige Ideen mit in unsere Pflegedienste nehmen. Es ist immer wieder sehr inspirierend sich so offen und konstruktiv auszutauschen – indessen kennen wir uns ja alle auch schon viele Jahre.

Ein halber Tag wurde dazu genutzt, die verschiedenen Einrichtungen des ASD zu besichtigen und auch mal hinter die Kulissen anderer Pflegeeinrichtungen zu schauen. Es war für uns sehr interessant.

Das nächste Treffen findet bei einem Pflegedienst auf der Insel Föhr im November statt – dann sicher nicht bei so schönen Temperaturen. Aber schließlich fahren wir ja hauptsächlich zum Arbeiten auf die Insel.



Diabetes mellitus

Zuckerkrankheit

Der Diabetes mellitus ist eine chronische Stoffwechselerkrankung, bei der der Körper nicht mehr in der Lage ist, den Blutzuckerspiegel selbstständig im Gleichgewicht zu halten. Es gibt zwei Hauptformen des Diabetes mellitus, die Typ 1 und Typ 2 genannt werden.

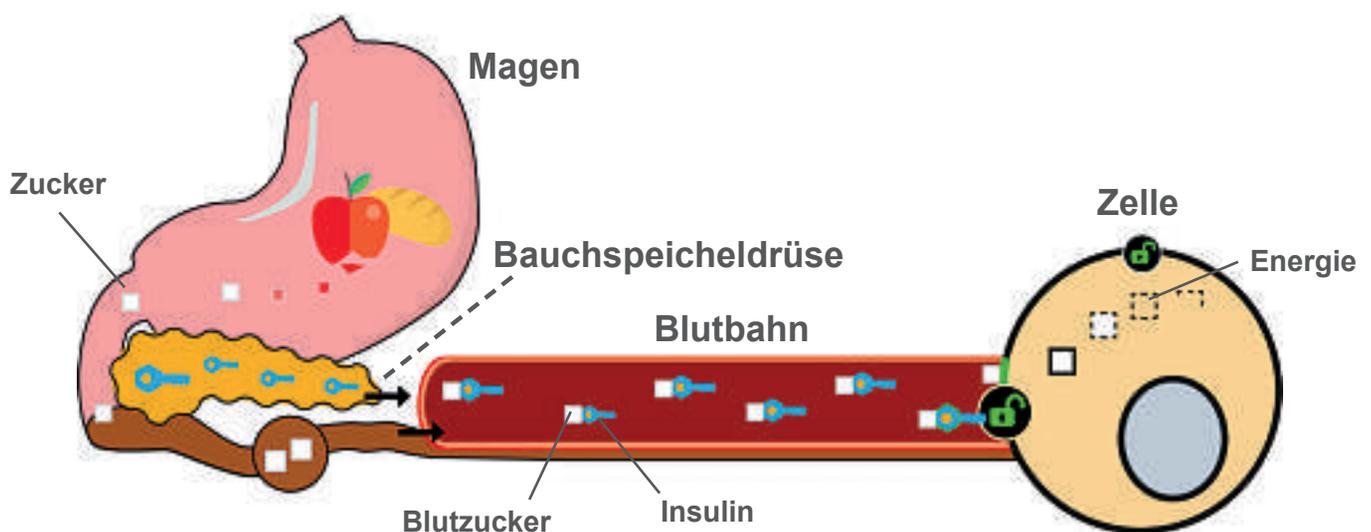
Diabetes Typ 1 ist eine Autoimmunerkrankung, bei der die Insulin produzierenden Zellen der Bauchspeicheldrüse zerstört werden und dadurch dem Körper kein eigenes Insulin mehr zur Verfügung steht. Betroffene müssen ihrem Körper dann künstlich Insulin zuführen, indem sie Insulin spritzen. Diabetes Typ 1 tritt meist im Kindes- oder Jugendalter auf. Er ist die seltenere Form des Diabetes, daher wird im Folgenden nur der sehr viel häufigere Typ 2 behandelt.

Diabetes Typ 2 ist die Form des Diabetes, an der ca. 90 % aller Diabetiker erkrankt sind. Beim Diabetes Typ 2 reagiert der Körper nicht mehr ausreichend auf das von der Bauchspeicheldrüse ausgeschüttete Insulin. Als häufigste Ursache für Diabetes Typ 2 wird Übergewicht und falsche Ernährung angesehen, er wird aber auch auf Vererbung zurückgeführt. Beide Typen des Diabetes mellitus sind zurzeit nicht heilbar. Der Diabetes Typ 2 lässt sich jedoch in vielen Fällen sehr gut mit einer Gewichtsabnahme und der richtigen Ernährung „behandeln“, sodass Betroffene lange Zeit keine Medikamente einnehmen oder Insulin spritzen müssen.

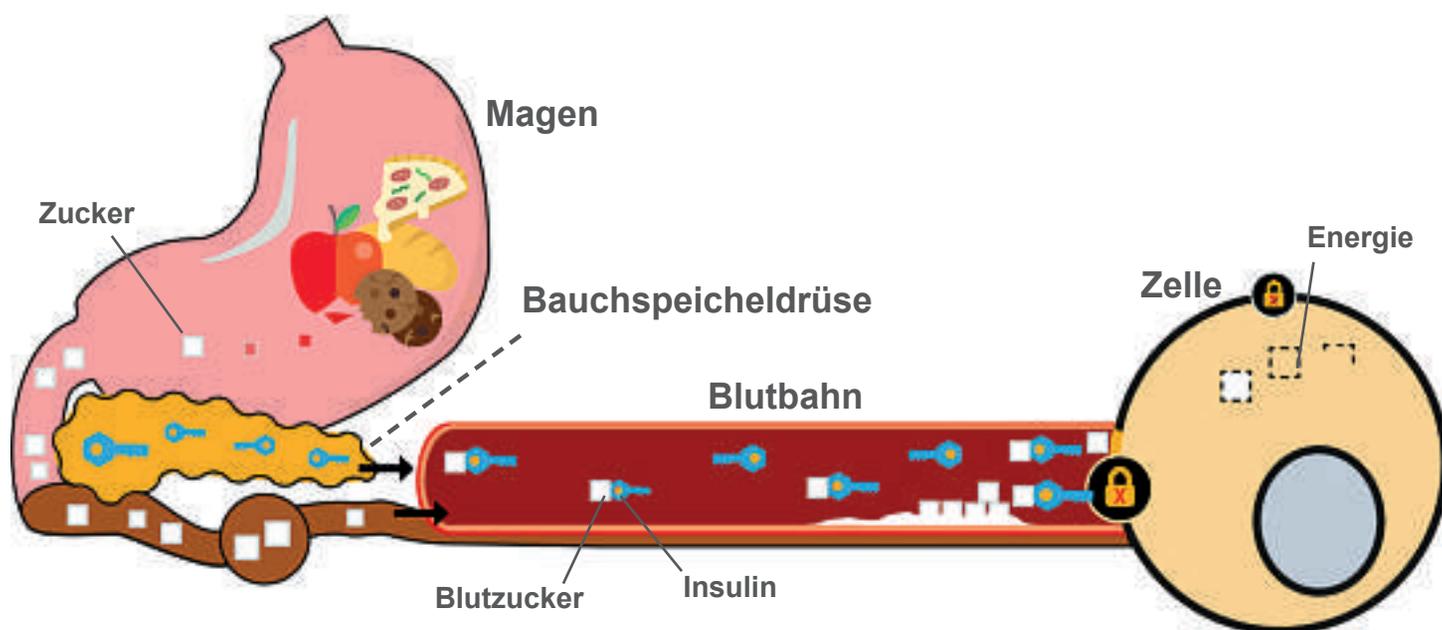
Wie funktioniert der gesunde Zuckerstoffwechsel?

Bei der Aufnahme von Kohlenhydraten („Zucker“) über den Magen steigt der Blutzuckerspiegel an. Die Bauchspeicheldrüse schüttet daraufhin Insulin aus, das die Zellen wie ein Schlüssel öffnet, sodass sie den Zucker aufnehmen und Energie erzeugen können.

GESUNDER Zuckerstoffwechsel



Zuckerstoffwechsel bei ÜBERGEWICHT



Was passiert bei übergewichtigen Personen mit Diabetes Typ 2?

Es wird viel kohlenhydratreiche Nahrung über den Magen zugeführt, wodurch der Blutzuckerspiegel stark ansteigt. Die Bauchspeicheldrüse schüttet daraufhin Insulin aus. Bedingt durch den Diabetes reagieren aber nicht mehr alle Zellen auf das Insulin. In der Folge lassen sich für die Verarbeitung von Zucker nicht genügend Zellen öffnen. Der Blutzuckerspiegel kann nicht ausreichend gesenkt werden.

In diesem Fall ist eine medikamentöse Behandlung der Betroffenen durch Tabletten oder durch das Spritzen von Insulin nötig.

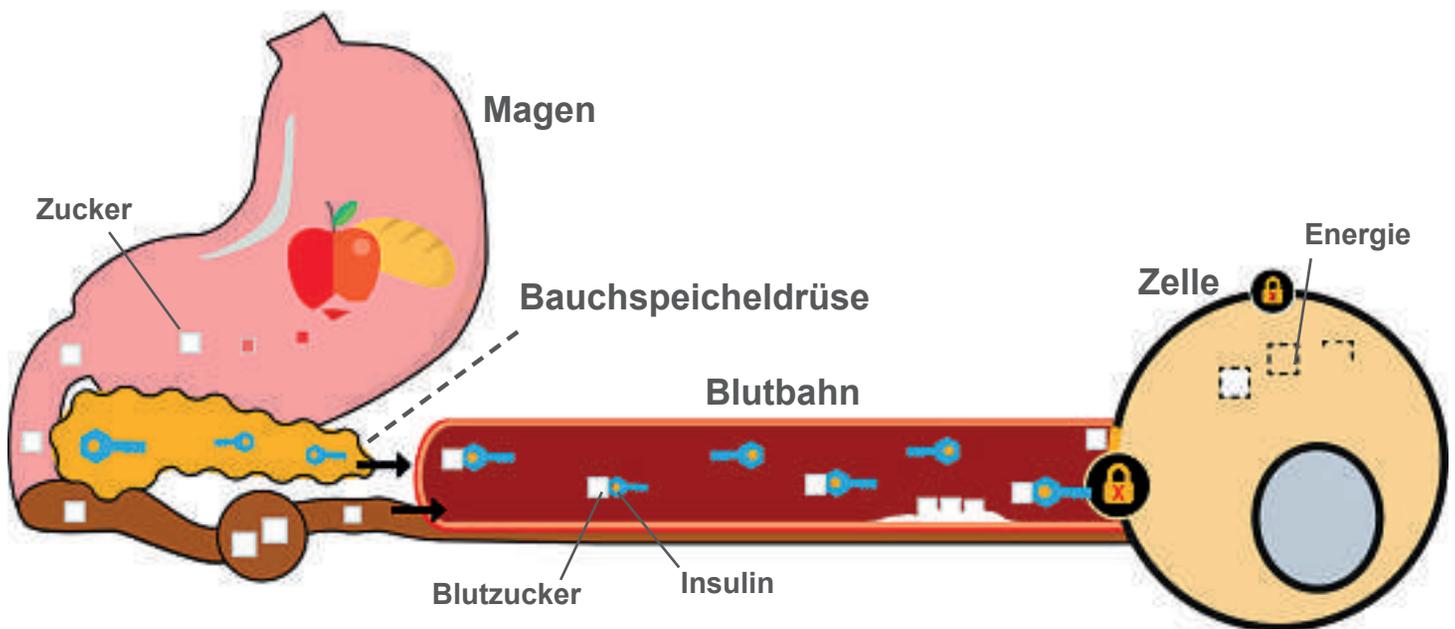
Was passiert, wenn eine Person mit Diabetes Typ 2 abnimmt?

Gewichtsabnahme und eine richtige Ernährung führen dazu, dass der Blutzuckerspiegel bei der Aufnahme von Kohlenhydraten („Zucker“) weniger stark steigt. Trotz des nicht ausreichend wirkenden Insulins können dann aber immer noch genügend Zellen für die Verarbeitung von Zucker geöffnet werden, sodass der Blutzuckerspiegel sinkt.

In vielen Fällen ist so über lange Zeit keine Behandlung zur Senkung des Blutzuckerspiegels durch Tabletten oder durch das Spritzen von Insulin nötig.

Es lohnt sich daher, auf die richtige Ernährung zu achten und an einer Gewichtsreduktion zu arbeiten.

Zuckerstoffwechsel bei REDUZIERTEM ÜBERGEWICHT



Wie erkenne ich einen Diabetes ?

Diabetes mellitus ist eine der am weitesten verbreiteten Krankheiten der Welt. Rund 350 Millionen Menschen sollen laut Weltgesundheitsorganisation betroffen sein. Die Diagnose ist einfach, jedoch wird ein Diabetes mellitus meist nur zufällig erkannt, etwa bei einer Blutuntersuchung aufgrund anderer Erkrankungen. Ein Diabetes entwickelt sich schleichend und verursacht besonders beim Typ 2 lange keine Beschwerden, weshalb er teilweise erst diagnostiziert wird, wenn bereits Folgeschäden vorliegen.

Das Messen des Blutzuckerwerts kann den Verdacht einer Diabeteserkrankung erhärten. Wenn Ihr Blutzuckerwert nüchtern über 126 mg/dl (Milligramm pro Deziliter) liegt, ist es ratsam, von einem Arzt abklären zu lassen, ob ein Diabetes besteht.

Folgende Symptome treten häufig bei überhöhten Blutzuckerwerten auf und können Anzeichen für eine Diabeteserkrankung sein:

- ständiger Durst
- häufiges Wasserlassen
- Müdigkeit, Antriebsarmut, Kraftlosigkeit
- Sehstörungen, Juckreiz und Entzündungen der Haut
- schlecht verheilende Wunden
- Gewichtsverlust
- Azetongeruch (an Nagellackentferner oder fauliges Obst erinnernd) in der Ausatemluft
- Fußprobleme (Pilzbefall, Nervenstörungen)
- Harnwegsinfekte

Notfallsituation

Über- und Unterzuckerung

Die bedrohlichsten Situationen für Diabetiker sind die Hyperglykämie (Überzuckerung) und die Hypoglykämie (Unterzuckerung). In beiden Fällen liegt ein akuter Notfall vor, der Lebensgefahr bedeutet.

Jeder Diabetiker sowie auch sein Umfeld (z. B. Angehörige und Freunde) sollten daher die Anzeichen von Unter- und Überzuckerungen kennen und wissen, wie sie sich dann verhalten müssen. Leichte Blutzuckerentgleisungen können meist problemlos von den Betroffenen selbst reguliert werden. In schweren Fällen ist jedoch Hilfe durch andere erforderlich.

Anzeichen einer ÜBERZUCKERUNG (Hyperglykämie):

- starker Durst
- ständiger Harndrang
- trockener Mund
- Müdigkeit, Kraftlosigkeit
- gesteigerter Appetit
- Atemprobleme
- Schwindel nach dem Aufstehen
- verminderte Sehschärfe
- Verwirrtheit
- Bewusstlosigkeit bis hin zum Koma

Maßnahmen

Der Blutzuckerwert muss gemessen werden. Liegt der Blutzuckerwert über 250 mg/dl (14 mmol/l), liegt eine Überzuckerung vor. Es ist dann Insulin nach dem verordneten Schema zu geben. Steht kein Insulin zur Verfügung, ist ein Notruf zu tätigen oder ein Krankenhaus aufzusuchen. In der Zwischenzeit ist es wichtig, viel zu trinken (Wasser, ungesüßter Tee oder – besonders gut geeignet – Brühe).

Anzeichen einer UNTERZUCKERUNG (Hypoglykämie):

- Kaltschweißigkeit, Blässe
- Heißhunger
- Herzrasen, Zittern, Nervosität
- Konzentrationsstörungen
- Kopfschmerzen
- Übelkeit, Erbrechen
- Krampfanfall
- Empfindungsstörungen, Lähmungen
- Orientierungsstörungen, Verwirrtheit
- Sprachstörungen
- Sehstörungen
- Bewusstlosigkeit

Maßnahmen

Der Blutzuckerwert muss gemessen werden. Liegt der Blutzuckerwert unter 65 mg/dl (3,64 mmol/l), liegt eine Unterzuckerung vor. Es sind dann schnell wirkende Kohlenhydrate wie Traubenzucker, Gummibärchen, Limonade oder Fruchtsäfte zu geben.

Bezüglich der Mengen gilt: Zu viel zu geben, ist weniger problematisch, als zu wenig zu geben, da gegen eine zu hohe Zuckeraufnahme schnell Insulin gespritzt werden kann.

TIPP:

Für Diabetiker sind in der Apotheke spezielle Zuckertlösungen für den Notfall erhältlich, die sehr schnell bei Aufnahme über den Mund wirken.

Achtung!

Ist die betroffene Person bewusstlos, dürfen in keinem Fall Nahrung oder Getränke über den Mund gegeben werden, da Erstickungsgefahr besteht. Es ist dann sofort ein Notruf zu tätigen und die Person in die stabile Seitenlage zu bringen. Einige Diabetiker besitzen auch ein Glukagon-Notfall-Set mit einer Spritze, die in den Muskel oder das Unterhautfettgewebe gespritzt werden muss.

Ursachen einer Unterzuckerung

Zu viel zugeführtes Insulin kann den Blutzuckerspiegel ebenso ungewollt senken wie eine ausgelassene Mahlzeit nach dem Spritzen von Insulin. Auch Sport bzw. ungewohnt viel Bewegung oder Schwitzen durch starke Temperaturunterschiede können Auslöser einer Unterzuckerung sein. Infekte, Durchfall und Erbrechen können den Blutzuckerspiegel ebenfalls erheblich absinken lassen.

Vorsicht ist auch beim Genuss von Alkohol geboten!

Alkohol hemmt die Freisetzung von Zucker in der Leber, wodurch die Gefahr einer Unterzuckerung zunimmt. Zudem werden die Warnzeichen für eine Unterzuckerung in alkoholisiertem Zustand nicht erkannt.

Besonders gefährlich ist das Trinken alkoholischer Getränke am Abend, da die Unterzuckerung gegebenenfalls erst im Schlaf eintritt.



Blutzuckermessung

So machen Sie es richtig

Die Blutzuckerkontrolle ist die wichtigste Maßnahme in der Diabetesbehandlung. Obwohl die Messung relativ leicht durchzuführen ist, gibt es etliche Fehlerquellen.

Es empfiehlt sich daher, an einer Diabetes-Schulung teilzunehmen, in der u. a. die richtige Blutzuckermessung erläutert wird. Diese Schulungen werden vom behandelnden Arzt verschrieben und in der Regel von den Krankenkassen getragen.

Aber auch dieser Artikel soll Ihnen mögliche Messfehler aufzeigen und hilfreiche Tipps sowie eine Anleitung für die Durchführung der Blutzuckermessung geben.

Die Anleitung beschreibt eine Durchführung der Blutzuckermessung durch die betroffene Person selbst. Sie gilt nicht für die Blutzuckermessung durch eine Pflegefachkraft. Diese unterliegt gesetzlichen Regelungen, die bestimmte Hygienemaßnahmen wie Hände- und Hautdesinfektion vorschreiben, die bei der Eigenmessung nicht praktikabel und nicht notwendig sind und daher nicht beschrieben werden.



Die Häufigkeit der Blutzuckermessung ist abhängig von der Art der Diabetestherapie und den Schwankungen in den Werten. In der Regel wird stets vor den Mahlzeiten gemessen. Für die Erstellung eines Tagesprofils wird ebenfalls 1,5 bis 2 Stunden danach gemessen. Außerdem sollte grundsätzlich bei Anzeichen einer Unter- oder Überzuckerung eine Blutzuckerkontrolle erfolgen.

Ursachen falscher Messwerte

1. Die Hände wurden vor der Blutabnahme nicht gewaschen: Essensreste am Finger können zu erhöhten Messwerten führen.
2. Die Hände wurden nicht richtig getrocknet: Feuchtigkeit am Finger verdünnt den Blutropfen und kann zu niedrigeren Messwerten führen.
3. Der Finger bzw. das Ohrläppchen wurde bei der Blutabnahme gedrückt: Austretendes Gewebewasser verdünnt den Blutropfen und kann zu niedrigeren Messwerten führen.
4. Der Blutropfen war für das Blutzuckermessgerät zu klein: Es kann kein Messwert ermittelt werden.
5. Teststreifen bzw. Sensoren wurden feucht gelagert oder waren verschmutzt: Die Messwerte können verfälscht werden.

6. Das Verfallsdatum der Teststreifen bzw. Sensoren wurde überschritten: Es sind keine zuverlässigen Messungen möglich.
7. Es wurden bestimmte Medikamente (z. B. hoch dosierte Schmerzmittel) eingenommen: Die Messwerte können verfälscht werden.
8. Es wurde eine falsche Codenummer eingegeben: Da ältere Blutzuckermessgeräte bei jeder neuen Teststreifenpackung codiert werden müssen, können die Messwerte falsch sein.



Tipps

1. Waschen Sie Ihre Hände mit warmem Wasser: Kalte Finger sind schlecht durchblutet und geben nur schwer Blut ab.
2. Nutzen Sie Stechhilfen: Sie erleichtern das Stechen und die Stichtiefe ist individuell wählbar.
3. Benutzen Sie Lanzetten nur einmal: Mehrmaliger Gebrauch erhöht die Infektionsgefahr und die Lanzetten werden stumpf, sodass sie zusätzlich Verletzungen verursachen.
4. Stechen Sie die Finger seitlich an: In der Mitte sind sie schmerzempfindlicher.
5. Sparen Sie Daumen und Zeigefinger aus: Diese Finger werden im Alltag am meisten gebraucht.
6. Wechseln Sie die Einstichstellen: Wiederholtes Stechen derselben Stelle ist schmerzhafter und führt zu Vernarbungen.
7. Entsorgen Sie Lanzetten immer sofort in einen Abwurfbehälter (erhältlich in der Apotheke): So schützen Sie sich und andere vor Stichverletzungen.
8. Pflegen Sie Ihre Hände: Durch das Stechen ist die Haut gereizt. Cremes mit Milchsäure oder Harnstoff tun der Haut besonders gut.

Blutzucker richtig messen

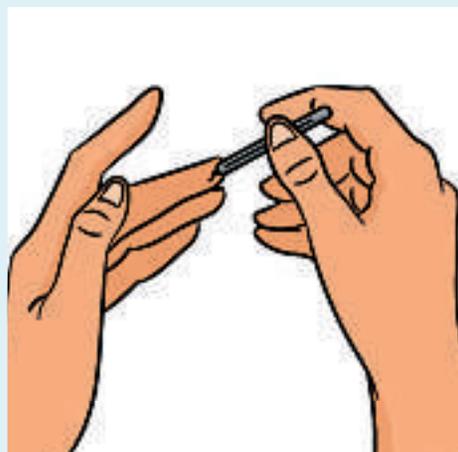
Schritt-für-Schritt-Anleitung

1



Die Hände möglichst mit warmem Wasser waschen und gut trocknen.

3



Den Finger seitlich anstechen.

2



Teststreifen in das Messgerät einstecken.

4



Den Blutropfen auf den Sensor geben.

5



Das Messergebnis ablesen.

Wird die Blutzuckermessung von Angehörigen durchgeführt, kann statt des Fingers das weniger empfindliche Ohrläppchen als Einstichstelle gewählt werden.

Vor der Blutzuckermessung Folgendes beachten:

1



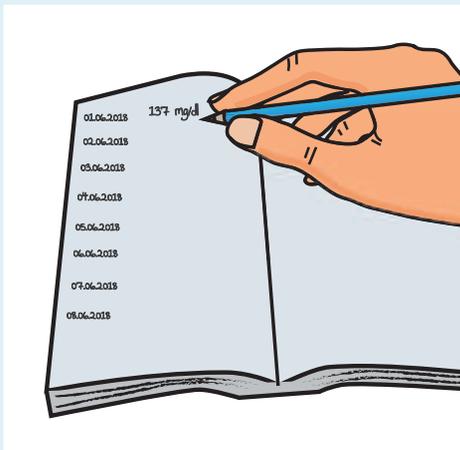
Die Hände waschen, trocknen und desinfizieren.

2



Handschuhe anziehen.

6



Das Messergebnis im Blutzuckertagebuch dokumentieren.

TIPP:

Wenn Sie einen Pflegegrad haben, stehen Ihnen monatlich 40 € für Pflegehilfsmittel zu. Hierfür können Sie sich u. a. Handschuhe und Desinfektionsmittel nach Hause liefern lassen.

Kontrolltermine wahrnehmen!

Diabetes verursacht Folgeschäden

Diabetes mellitus ist zwar eine Stoffwechselerkrankung, jedoch kann sie zu Folgeschäden führen, die primär gar nicht den Stoffwechsel betreffen. Die wohl häufigsten Spätfolgen von Diabetes sind Gefäßkrankungen.

Diese treten insbesondere dann auf, wenn der Blutzuckerwert schlecht eingestellt ist und es häufig zu überhöhten Blutzuckerwerten kommt.

Die hohe Konzentration des Blutzuckers schädigt die Gefäßwände, an denen es zu Ablagerungen kommt. Aufgrund dieser Ablagerungen entstehen Verengungen oder Verschlüsse, die nicht selten zu Durchblutungsstörungen führen. Dieses Krankheitsbild ist unter der Arteriosklerose bekannt. Je nachdem, wo die Durchblutungsstörung auftritt, können Extremitäten oder auch Organe im Körper betroffen sein und Schäden davontragen. Am häufigsten sind jedoch die sehr kleinen Blutgefäße betroffen, die in Augen, Nieren und Füßen zu finden sind.

Dies kann an den Füßen z. B. zu dem sogenannten diabetischen Fußsyndrom führen. Hierbei reichen kleinste Verletzungen oder Druckstellen durch zu enges Schuhwerk aus, um daraus große chronische Wunden werden zu lassen, die oftmals Teilamputationen des Fußes erfordern.

Um solche Schädigungen möglichst früh zu erkennen, sollten regelmäßig die folgenden – von den Krankenkassen auch geförderten – Untersuchungen durchgeführt werden:

- **Augenspiegelung**
(Untersuchung mit einer Speziallampe)
- **Nierencheck**
(Urin- und Bluttest)
- **Fußinspektion**
(Abtasten der Füße zur Prüfung, ob Nerven oder Durchblutung beeinträchtigt sind)
- **Blutdruckmessung**
(einmalig oder in einer 24-Stunden-Messung)
- **Kontrolle des Blutzuckerlangzeitwerts**
HbA1c (Bluttest)

Zusätzlich sollte eine regelmäßige Zahnkontrolle durchgeführt werden, da Menschen, die an Diabetes erkrankt sind, häufiger an einer Parodontitis (Entzündung des Zahnbetts) leiden.

Außerdem sollten ein Herz- und Schlagadercheck sowie eine Cholesterinmessung erfolgen, da schlechte Cholesterinwerte eine Arterienverkalkung zusätzlich fördern.

Reisen mit Diabetes

Das Wichtigste auf einem Blick

Reisen als Diabetiker ist heute kein Problem mehr. Das A und O für einen stressfreien Urlaub ist dabei die rechtzeitige und gute Vorbereitung. Vor der Abreise kann mit einer Packliste geprüft werden, ob alles Benötigte im Koffer ist. Bei Medikamenten ist anzuraten, etwas mehr als die doppelte Menge des eigentlichen Bedarfs mitzunehmen. Es ist zudem wichtig zu wissen, unter welchem Namen die Medikamente am Reiseziel bei Bedarf zu erhalten sind.

Empfohlene Mindestausstattung auf Reisen:

- Blutzuckermessgerät
- Ersatzblutzuckermessgerät
- Ersatzbatterien für das Messgerät
- Insulinpatronen
- Teststreifen
- Tabletten
- Insulin-Pen, ggf. einen Ersatz-Pen
- Einmalspritzen
- Stechhilfe
- Blutzuckertagebuch

Bei Flugreisen ist für alle mitgeführten Medikamente ein vom Arzt bestätigtes Attest zu beschaffen, um es bei Kontrollen am Flughafen vorlegen zu können. Am besten wird je eine Hälfte der Medikamente und Hilfsmittel getrennt im Handgepäck und im übrigen Gepäck transportiert, damit bei Verlust eines Gepäckstücks immer noch genügend Ausstattung im Handgepäck zur Verfügung steht. Für den Notfall sollten Traubenzucker und als Zwischenmahlzeit z. B. Vollkornkekse oder Obst im Handgepäck verfügbar sein.

Es ist außerdem ratsam, einen internationalen Diabetikerausweis auf Englisch oder in der Landessprache des Reiseziels mitzuführen.

Während der Reise sind die Medikamente kühl zu lagern. Insulin darf nicht zu stark abgekühlt werden, da es sonst unwirksam wird. Wichtig ist, den Blutzucker regelmäßig zu messen und zu dokumentieren. Zeitverschiebungen müssen bei der Insulingabe berücksichtigt werden. Je Zeitzone nach Osten kann die Insulinmenge um ein 24stel reduziert werden, je Zeitzone nach Westen kann sie um ein 24stel erhöht werden. Patienten, die Tabletten einnehmen, klären mit dem Diabetologen, wie in diesen Fällen zu verfahren ist. Mit dem Diabetologen ist ebenfalls zu besprechen, wie die Diabetesbehandlung bei einer eventuell auftretenden Magen-Darm-Erkrankung anzupassen ist.

Am Urlaubsziel ist zu empfehlen, den Blutzuckerwert in den ersten Tagen oft zu kontrollieren, da sich Veränderungen in der Ernährung und ein verändertes Klima auf den Stoffwechsel auswirken können. Gegenüber dem normalen Alltag gesteigerte oder verminderte körperliche Aktivitäten sind hier gleichfalls zu berücksichtigen. Auch in der Unterkunft sind das Insulin und die Teststreifen nach Möglichkeit kühl zu lagern, idealerweise in einem Kühlschranks bei 4 bis 8 °C. Es ist darüber hinaus sinnvoll, eine Auslandskrankenversicherung abzuschließen, damit die Kosten für einen gegebenenfalls erforderlichen Arztbesuch oder einen Krankenrücktransport erstattet werden.

Käsesorte	Bogenmaß (math.)	Kult-handlungen	ital. Rechtsgelehrter † 1220	germanisches Schriftzeichen	österr.: Liebschaft	Saitenaufgabe der Gitarre	niederträchtig	persönliches Fürwort (3. Fall)
					stumpfsinnig			
			nicht diese, sondern ...		ein Vorname von Rubens			Ruhegeldempfängerin
drei Musizierende		förmliche Männerkleidung		7		US-Regisseur (Robert)		ital. Dramatiker (Nobelpreis)
	4				informieren	Klettertier, Primat		
Buße		südschwedische Insel		kleinste siebenstellige Zahl			5	
allerorts	unrund laufen	Trostlosigkeit			englische ‚GmbH‘			schottisches Adelsgeschlecht
						nichts davon	chem. Zeichen für Zinn	
				Kinderbaustein	äußere Begrenzung			
Milieuzeichner † 1929		Teil eines Pull-overs	flach positionieren				Ersatz	
Schultasche			2		auffrischen	Meeresbucht		
englischer Männername			Treuebruch		ein Schiff erobern			
Verladebühne	Gerichtsschreiber	Privileg						brit. Mathematiker † 1954
				kurz für: an das		3	vollständiges Bienenvolk	Zeitalter (Mz.)
irische Grafenschaft					Spielklasse beim Sport	eine Farbe		
		Wenduruf beim Segeln		der Teufel			1	
privater TV-Sender (Abk.)	China-gras				6	en vogue	japanisches Längenmaß	
französischer Schriftsteller †				vergnügt lautlos lachen				
französisch: Straße			poetisch: Nadelwald			dicht zusammen		

raetselstunde.com

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Schmeckt wie selbst gekocht!

Die Gerichte der Landhausküche bieten ein pures Geschmackserlebnis

Immer mehr Menschen genießen den Komfort, sich ein leckeres Mittagsgericht 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 © apetito)

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



Täglich
für Sie heiß
gebracht!

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**

Hinter den Kulissen (Teil 2)

Die Pflegedienstleitungen

In der letzten Ausgabe unserer HANSEATIC-Zeitschrift haben wir Ihnen die Tätigkeitsschwerpunkte unserer Einsatzleitungen vorgestellt. Im zweiten Teil unserer Serie „Hinter den Kulissen“ zeigen wir Ihnen, was unsere Pflegedienstleitungen (kurz PDL genannt) so tun.

In erster Linie sind unsere PDL's Ansprechpartnerinnen für alle Mitarbeiter/innen, Kunden und deren Angehörige sowie für alle Kooperationspartner, wie Ärzte/ Arztpraxen, Krankenhäuser, Lieferanten usw.

Ihnen obliegt außerdem die Fachaufsicht für den gesamten medizinischen, pflegerischen, hauswirtschaftlichen Bereich sowie für den Betreuungs- und Entlastungsbereich. Das heißt, sie sind mitverantwortlich für die Wirtschaftlichkeit des gesamten Unternehmens und unterstützen die einzelnen Abteilungs- und Teamleitungen bei ihren Aufgaben.

Die PDL's führen die Beratungs- und Aufnahmegespräche unserer Neukunden durch. Ein Schwerpunkt dabei ist, eine bedarfsgerechte, individuelle Pflege und Versorgung zu planen. Dies geschieht immer unter Berücksichtigung der verschiedenen Finanzierungsmöglichkeiten und Ressourcen.

Sie sind auch behilflich, bei den verschiedenen Kostenträgern, wie z.B. Pflegekassen, Krankenkassen oder Sozialhilfeträger, Anträge bezüglich der Pflege zu stellen oder wenn medizinisch notwendige

und vom Arzt verordnete Leistungen abgelehnt werden, Widersprüche zu formulieren.

Unsere PDL's sorgen dafür, dass alle von den Ärzten ausgestellten Verordnungen für die häusliche Krankenpflege (z.B. Medikamentengabe, Kompressionstherapie, Verbandwechsel, Injektionen) rechtzeitig bestellt, aus den Praxen abgeholt, ausgefüllt und von den Kunden unterschrieben an die Krankenkassen gesendet werden. Dieses ist besonders zum Quartalswechsel ein hoher logistischer Aufwand, denn dann gehen schon mal weit über 100 Verordnungen innerhalb weniger Tage über ihren Tisch.

Auch an der monatlichen Abrechnung mit den Kostenträgern sind unsere Pflegedienstleitungen beteiligt. Alle Leistungsnachweise werden dabei auf Vollständigkeit und Richtigkeit überprüft.

Sie führen regelmäßig Pflegevisiten bei den Kunden durch. Hierbei werden die aktuelle Pflegesituation, die Pflegequalität und die Kundenzufriedenheit überprüft. Im Anschluss erfolgt immer eine Kontrolle der Pflegedokumentation und u.U. Arbeitsaufträge an die Bezugspflegekräfte.

Michaela Nottorf ist auch die Hygienebeauftragte im Unternehmen. In dieser Funktion ist sie verantwortlich für die Aktualität des Hygienehandbuches, die Einhaltung aller Standards und gesetzlichen Vorgaben

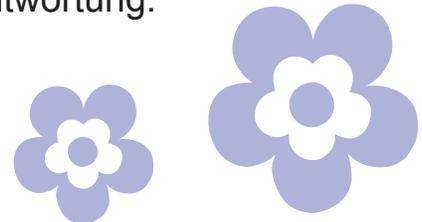
und die Schulung der Mitarbeiter. Auch das gesamte Bestellwesen der Hygieneartikel, Rezepte und Hilfsmittel liegt in ihrer Hand.

Maike Schulz ist als Qualitätsbeauftragte verantwortlich für das gesamte Qualitätsmanagement. Hierzu gehört die kontinuierliche Aktualisierung des Qualitätshandbuchs und dafür zu sorgen, dass die beschriebenen Prozesse, Verfahrensanweisungen, Verfahrens- und Pflegestandards von allen Mitarbeitern/innen im Unternehmen eingehalten, umgesetzt und dokumentiert werden. Darunter fällt auch die Organisation und teilweise die Durchführung der Mitarbeiterschulung und Fortbildung. Ebenso die Vorbereitung und Begleitung der Prüfung durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK), die einmal jährlich in allen am-

bulanten und stationären Einrichtungen durchgeführt wird.

Ein Großteil der PDL-Arbeit ist auch Kommunikation – hier gehören das Moderieren von Teamleitersitzungen, Dienstbesprechungen, Fallbesprechungen ebenso dazu wie die Mitarbeitergespräche und Mitarbeiterbeurteilungen.

Natürlich gehören weitaus mehr Aufgaben zum Tätigkeitsbereich der Pflegedienstleitungen. Wie man sieht, es ist eine sehr abwechslungsreiche Tätigkeit mit vielfältigen Aufgaben und jeder Tag bietet neue Herausforderungen, aber auch einer sehr großen Verantwortung.



Ein herzliches DANKESCHÖN an unsere Pflegedienstleitungen Maike Schulz und Michaela Nottorf für ihren unermüdlichen Einsatz.

Arbeiten im Süden

von Hamburg

Wettergarantie können wir Ihnen zwar nicht bieten, dafür aber „Wohlfühlatmosphäre“ in einem gut strukturierten und auf die Zukunft ausgerichteten Unternehmen als:

→ **Examierte
Pflegekraft (m/w)**

Weitere Informationen finden Sie auf:
www.hanseatic-pflegedienst.de

 HANSEATIC Pflegedienst GmbH
Meckelfelder Weg 2a · 21079 Hamburg
Telefon: 040-226 37 110
E-Mail: seidel@hanseatic-pflegedienst.de

Die Johanniter: Alles aus einer Hand!



Erste-Hilfe-Kurse • Hausnotruf • Fahrdienst • Menüservice • Sanitätsdienst
Tagespflege • Kurzzeitpflege • Pflegeberatung

Weitere Informationen unter:

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Regionalverband Harburg
Am Saal 2 | 21217 Seevetal - Meckelfeld
Tel. 040 7686662 | Fax 040 7681124
harburg@johanniter.de | www.johanniter.de/harburg

**DIE
JOHANNITER**
Aus Liebe zum Leben

