HANSEATIC

Die Zeitschrift

HANSEATIC

Unsere Teamleiterinnen
und Teamleiter

PANORAMA

Naturheilkundliche Schmerztherapie
Schmerztherapie in der Ergotherapie

UNSERE NEUE AUSZUBILDENDE

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

Vertretungberechtigter
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 unbedingt auch die der Redaktion dar. Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Warenbezeichnungen und Handelsnamen in dieser Zeitschrift berechtigt nicht zu der Annahme, dass solche Namen ohne weiteres von jedermann benutzt werden dürfen. 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. 18-19 © HANSEATIC Pflegedienst
GmbH

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

Ausgabe: 03/2017

Auflösung Heft Ausgabe 02/2017
PFLEGEREFORM

APOTHEKE MARMSTORF

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

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

abapharm
DER INKONTINENZFACHMARKT

✓ Große Packung, kleine Preise
✓ Persönliche Beratung
✓ Keine Versandkosten ab 50€
✓ Diskreter und schneller Versand
✓ 100% Sicherheit (SSL)

Tel.: 05655 - 9237501
info@abapharm.de

Angebote für FRAUEN
und Angebote für MÄNNER

www.abapharm.de

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

nun ist der Sommer leider bereits wieder vorbei und die dunklere Jahreszeit beginnt. Vielleicht mal wieder Zeit für einen schönen Herbstspaziergang oder vielleicht gibt es das eine oder andere Hobby, dem Sie mal wieder nachgehen möchten. Gerne unterstützen wir Sie auch bei der Nutzung von Freizeitangeboten.

Schwerpunktthema dieser Ausgabe ist der „Schmerz“. Viele Menschen leiden unter akuten oder auch unter chronischen Schmerzen. Trotz vieler Therapiemöglichkeiten und intensiver Forschung gibt es für viele Menschen noch keine oder kaum Genesungsmöglichkeiten. Allerdings gibt es einige Angebote in Hamburg, die man als Betroffener gerne nutzen kann, wie zum Beispiel die Schmerznetzwerke.

Auf den Seiten 18 und 19 berichten wir über die Aufgaben unserer vier Teamleiterinnen und Teamleiter sowie auf der Seite 4 über unsere neue Auszubildende als Kauffrau im Gesundheitswesen.

Viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe wünscht Ihnen

Ihr Thomas Seidel und das Team der HANSEATIC Pflegedienst GmbH

Inhalt

04 HANSEATIC
Unsere neue Auszubildende

05 PANORAMA
Naturheilkundliche Schmerztherapie

08 GESUNDHEITSLEXIKON
Schmerz

10 GESUND & LECKER
Quitte

11 RÄTSEL
Schwedenrätsel

12 GUT AUFGEKLÄRT
Palliativpflege

14 PANORAMA
Schmerztherapie in der Ergotherapie

15 FUNDSTÜCKE
Schmerzskalen

17 HANSEATIC
Unsere Teamleiterinnen und Teamleiter

Unsere neue Auszubildende

Herzlich Willkommen, Madlen!

Am 1. August 2017 startete Madlen T. als Kauffrau im Gesundheitswesen ihre Ausbildung bei uns. Madlen besuchte bis zum Sommer dieses Jahres die Höhere Handelsschule (Bereich Wirtschaft) in Harburg. Im März bewarb sie sich dann um einen Ausbildungsplatz beim HANSEATIC Pflegedienst. Madlen überzeugte uns durch ihr freundliches und aufgeschlossenes Wesen sowie ihr Interesse am Gesundheitswesen. Somit gaben wir ihr sehr gerne die Chance eine Ausbildung bei uns zu absolvieren.

Der Beruf Kauffrau/Kaufmann im Gesundheitswesen ist ein noch recht neuer Beruf in Deutschland, der im Jahr 2001 eingeführt wurde. Grund dafür war die zunehmende Spezialisierung der Verwaltung im Gesundheitswesen. Und da das Gesundheitswesen ein stark wachsender Wirtschaftszweig in Deutschland ist, stehen die Chancen für einen interessanten Arbeitsplatz nach der Ausbildung sehr gut. Die Ausbildungszeit beträgt drei Jahre.

Eingesetzt werden die Kaufläute im Gesundheitswesen nach erfolgreicher Ausbildung zum Beispiel in Krankenhäuser, bei Krankenkassen, beim Medizinischen Dienst der Krankenkassen, in ärztlichen Organisationen, in Gesundheitsämtern oder eben auch in ambulanten sowie stationären Pflegeeinrichtungen.

Die Ausbildung erfolgt im sogenannten dualen System, das heißt die oder der Auszubildende lernt sowohl im Ausbildungsbetrieb als auch in der Berufsschule. Madlen wird während ihrer Ausbildung jeweils eineinhalb Tage pro Woche in der Berufsschule sein und die restlichen dreieinhalb Tage im HANSEATIC Pflegedienst.

Während ihrer praktischen Tätigkeit bei uns wird sie alle Bereiche innerhalb der Verwaltung kennenlernen und so ihr theoretisches Wissen aus der Berufsschule anwenden und vertiefen können.

Wir freuen uns, dass wir Madlen in unserem Team begrüßen können und wünschen ihr für die Ausbildung viel Freude uns Erfolg.

Naturheilkundliche Schmerztherapie

Ergänzung zur Schulmedizin

Die Naturheilkunde bietet neben den schulmedizinischen Verfahren bzw. der medikamentösen Schmerztherapie eine Vielfalt an ergänzenden Anwendungen, um sowohl akute als auch chronische Schmerzen zu lindern.

Ihr Vorteil liegt in der ganzheitlichen Sichtweise und in ihrer Zielsetzung, Schmerz langfristig zu mindern, d.h., nicht symptomatisch, sondern auf seine Ursache hin zu behandeln. Aus naturheilkundlicher Sicht wird Schmerz u.a. durch eine Übersäuerung des Körpergewebes verursacht. Um die Gesundheit langfristig zu erhalten, ist es daher wichtig, den Körper möglichst wenig mit Giftstoffen wie raffiniertem Zucker, Alkohol, Nikotin, Schwermetallen und Umweltgiften zu belasten, die sauer verstoffwechselt werden.

Mit einer gesunden Lebensweise und Ernährung sowie speziellen Entgiftungsverfahren kann die Selbstreinigung des Körpers wieder in Gang gesetzt werden, sodass deutlich weniger Giftstoffe im Körper verbleiben.

Naturheilkundliche Schmerztherapien

- Ausleitungs- und Entgiftungsverfahren (Schröpfen, Ölmassagen)
- Entspannungstechniken (Yoga, progressive Muskelentspannung)
- Akupunktur
- Pflanzenheilkunde (Phytotherapie, Homöopathie)
- manuelle Therapie (Massagen, Dorntherapie, Osteopathie)
- Hydrotherapie (Kneippkur, Wickel, Wechselbäder, Sole)

Zur Unterstützung **der Ausleitung und Entgiftung** dienen z.B. Schröpfkuren und ayurvedische Ölmassagen.

Beim Schröpfen, einem der ältesten Therapieverfahren, werden kleine Gefäße aus Glas (Schröpfköpfe) mittels Unterdruck auf der Haut am Rücken festgesaugt. Durch die angeregte Mehrdurchblutung des Gewebes werden schädliche oder krank machende Stoffe aus dem Körper entfernt sowie schmerzhafte Verspannungen und Blockaden im Rücken gelöst.

Die Ölmassage ernährt, kräftigt und stabilisiert die Gewebe, stimuliert die Verdauung, entgiftet über Schwitzen, entspannt die Muskulatur und fördert den gesamten Blutfluss. All dies führt zu Schmerzlinderung.

Weitere Formen der Schmerzlinderung aus der indischen Heilkunde, dem Ayurveda (Lehre über das lange Leben), sind Yoga und Ölmassagen. **Yoga** ist eine Kombination aus Entspannungs- und Atemtechniken und Bewegung, die nachgewiesene gesundheitsfördernde Effekte erzielt und therapeutisch angewendet wird, um bestimmte Körperfunktionen zu stärken.

Akupunktur als ein Therapieverfahren aus der traditionellen chinesischen Medizin wird insbesondere bei chronischen Schmerzen zusätzlich eingesetzt. Dabei werden dünne Nadeln an bestimmten Stellen der Energieleitungsbahnen im Körper (Meridiane) in die Haut gestochen, um die Fortleitung des Schmerzes zu hemmen und den Körper anzuregen, schmerzstillende Botenstoffe (Endorphine) auszuschütten. Dieses Verfahren hilft besonders bei Kopfschmerz- und Migräneattacken und bei Rücken- und Nackenschmerzen. Auch Akupunktur hilft Arthrosepatienten.

Im Bereich der **Pflanzenheilkunde** kommen schon seit Jahrhunderten unterschiedliche Wirkstoffe und Arzneipflanzen in verschiedenen Darreichungsformen zum Einsatz. Jede Pflanze wird dabei je nach ihrer individuellen Heilwirkung als Tee, als Salbe oder in Tablettenform angewendet.

Neben der schmerzstillenden Wirkung kommen bei vielen Heilkräutern, wie z. B Brennnessel oder Arnika, zusätzlich entzündungshemmende Eigenschaften zum Tragen, die Entzündungen als Schmerzursache beseitigen können.

Rheuma:
Teufelskralletee und -dragees, Weidenrindensud, Brennnessel

Muskel- und Gelenkbeschwerden:
Arnikasalbe, Beinwell

Bauchschmerzen:
Kamille als Tee

Halsschmerzen:
Salbeitee und -dragees, Isländisches Moos

Kopfschmerzen:
Pfefferminzöl (äußerlich angewendet)

Mithilfe der **Dorntherapie**, ein Verfahren der manuellen Therapie, kann durch sanftes Richten und Entblockieren der Rückenwirbel schnell eine Schmerzlinderung erreicht werden. Die Korrektur der Wirbel erfolgt, indem durch rhythmische Bewegung der Muskeln und Gelenke die Wirbelkörper wieder in die ihre richtige Position gerückt werden.

Ein weiteres anerkanntes Verfahren aus der manuellen Therapie ist die **Osteopathie**, die zum Teil auch schon von einigen der gesetzlichen Krankenkassen übernommen wird.

Bei einer osteopathischen Behandlung werden die Strukturen von Kopf bis Fuß und in allen Schichten untersucht. Dabei werden die Lage der Organe, die Spannung der Muskeln, die Stellung der Gelenke und der Rhythmus des Hirnfusses überprüft. Durch sanfte Techniken werden anschließend entsprechende Ungleichgewichte und Verspannungen gelöst und das natürliche Gleichgewicht des Körpers wieder hergestellt.

Die **Hydrotherapie** (Wasserheilkunde) nutzt Anwendungen mit warmem und kaltem Wasser. Kneipp entdeckte die Heilkraft des Wassers wieder und beobachtete, wie die Temperaturreize unterschiedlicher Kalt- und Warmwasseranwendungen im Körper positive Reaktionen auslösen. Die zeitweise Verengung der Blutgefäße mit anschließender Gefäßerweiterung fördert die Durchblutung im ganzen Körper. Dies stärkt die Abwehrkräfte, regt den Kreislauf, das Nervensystem und den Stoffwechsel an und kann in der Folge z.B. Gelenk-, Muskel- und Kopfschmerzen verringern.

Eine besondere Form der Kneipptherapie für die Eigenanwendung sind Kneipp-Wickel gegen Gelenkbeschwerden. Hierfür wird Heilerde mit Wasser zu einer streichfähigen Paste vermischt und dick auf die schmerzenden Stellen aufgetragen.

Das Gelenk wird mit einem feuchten Tuch umwickelt, über das ein Baumwolltuch und noch ein Wolltuch gewunden werden. Der Wickel bleibt ein bis zwei Stunden auf der Haut. In dieser Zeit können sich die lindernden Wirkstoffe entfalten. Bei chronischen Schmerzen können Wickel mit Senfmehl (in der Apotheke erhältlich), das in 60 Grad heißem Wasser verrührt wurde, angewendet werden. Wegen seiner scharfen Inhaltsstoffe wird das Senfmehl noch mit einer zweiten, dünnen Tuchschicht von der Haut getrennt. Auch bei Hexenschuss, Nerven- und Kopfschmerzen, Ischias und Rheuma hat sich diese Methode bewährt.

Der **Fachverband Deutscher Heilpraktiker e.V.** stellt auf seiner Webseite www.heilpraktiker-direktsuche.de ein bundesweites Verzeichnis über alle niedergelassenen Heilpraktiker sowie Therapie- und Diagnoseverfahren zur Verfügung. Je nach individuellem Bedürfnis und Interesse können so Therapeuten in der eigenen Region zum jeweiligen Therapieverfahren gefunden werden.

Thema Schmerz

- „hat viele Gesichter“

Schmerz als komplexe Sinnesempfindung wird von den Rezeptoren des sogenannten peripheren Nervensystems an Gehirn und Rückenmark weitergeleitet, dort verarbeitet und interpretiert. Er entsteht durch thermische (Hitze), mechanische (Verletzung) oder chemische Reize (Entzündung), die auf das Körpergewebe einwirken.

Schmerz kann als Symptom auftreten, aber auch selbst Krankheitscharakter besitzen, z. B. bei chronischem Schmerz.

Bei **akutem Schmerz** sendet der Körper ein Warnsignal, sodass die Schmerzursache ausfindig gemacht und beseitigt werden kann. Akuter Schmerz deutet in der Regel auf innere oder äußere Verletzungen hin und ist gezielt behandelbar.

Chronischer Schmerz hält dagegen mindestens sechs Monate an oder kehrt in regelmäßigen Abständen wieder. Dies kann bei Nichtbehandlung dazu führen, dass der Körper ein sogenanntes Schmerzgedächtnis entwickelt und der Schmerz im Laufe der Zeit intensiver wahrgenommen wird. Typische chronische Schmerzen sind Kopf- und Rückenschmerzen.

Eine weitere Form ist der **neuropathische Schmerz** (Nervenschmerz), der auf Schädigungen des Nervensystems zurückgeht. Beispiele sind die Mangeldurchblutung bei Diabetes und Autoimmunerkrankungen.

Schmerz kann auch **nicht körperliche Ursachen** haben. So kommt es während psychischer Erkrankungen wie einer Depression zu Schmerzempfindungen, die nicht auf eine organische Ursache zurückgeführt werden können.

Phantomschmerz, der nach Amputationen auftreten kann, ist eine Schmerzempfindung in amputierten Gliedmaßen.

Ist die Schmerzursache durch eine körperliche Untersuchung des Patienten lokalisiert, stellt sich die Frage nach Qualität und Intensität des Schmerzes. Schmerz wird in der Regel mit Ausdrücken für Gefühlsempfindungen wie „quälend“, „lähmend“, „heftig“, „schrecklich“ oder für Sinneswahrnehmungen wie „stechend“, „drückend“, „brennend“ beschrieben. Solche Beschreibungen der Qualität des Schmerzes geben dem Untersucher in der Regel Aufschluss über Art und Ursache.

Die Intensität von Schmerz ist dagegen nur begrenzt messbar. Der Betroffene wird hier gebeten, die Stärke des Schmerzes auf einer Skala von 1 bis 10 einzuordnen.

Bei chronischem Schmerz kann in einem Schmerztagebuch festgehalten werden, wann, wo und wie oft der Schmerz auftritt. Dies hilft, weitere Zusammenhänge zu erkennen.

Oft werden auch Faktoren wie das soziale Umfeld, die psychische Gesundheit, der Stresslevel oder Vorerkrankungen herangezogen, um Ursachen weiter einzugrenzen.

Therapeutisch gibt es eine Vielzahl von Ansätzen, Schmerzen zu lindern. Wird eine Ursache gefunden, sollte die Therapie zunächst auf die Beseitigung des Schmerzauslösers zielen. Dies kann in Form von Kühlen und Ruhigstellen oder z. B. bei Muskelverspannung durch Wärme geschehen. Manuelle Therapien in Form von Massage oder Muskeltraining helfen bei bestimmten Erkrankungen, die Ursache des Schmerzes zu beseitigen.

Können jedoch zunächst lediglich die Schmerzsymptome behandelt werden, bekommen die Betroffenen je nach Intensität schmerzstillende Medikamente.

In der medikamentösen Therapie wird unterschieden zwischen Wirkstoffklassen, die Entzündungen hemmen, schmerzhafte Verkrampfungen der Muskulatur aufheben, die betreffende Körperstelle betäuben oder die Schmerzempfindung herabsetzen.

Beispiele für gängige Medikamente sind Acetylsalicylsäure (z. B. Aspirin®) und Ibuprofen sowie Wirkstoffe aus der Gruppe der Opiate (z. B. Morphium), die bei schwersten Schmerzsymptomen helfen.

Weitere Verfahren, auf die Schmerzpatienten als begleitende Therapie oder auch als Langzeittherapie zunehmend vertrauen, sind bestimmte Ausleitungs- und Entgiftungsverfahren, Akupunktur, Yoga, progressive Muskelentspannung, Phytotherapie (Pflanzenheilkunde) sowie manuelle Therapieansätze wie Osteopathie oder Dorntherapie.

Die Psychotherapie, z. B. in Form einer Gesprächstherapie zur Behandlung seelischer Leiden oder körperlicher Schmerzen, die eine psychische Ursache haben, ist ebenfalls ein wichtiger Baustein einer ganzheitlichen Schmerzbehandlung.

Quitte

Ein Gelierwunder

Die Quitte gehört zu den Kernobstgewächsen. Sie ist eng mit Apfel und Birne verwandt. Unterschieden wird zwischen den härteren, etwas herberen Apfelquitten und den weicheren, milderen Birnenquitten. Beide Sorten haben eine gelbe Farbe und eine wollige Haut. Roh sind sie kaum genießbar, erst im gegarten Zustand entwickeln sie einen aromatischen und fruchtigen Geschmack.

Insgesamt sind ca. 200 Quittensorten bekannt, von denen in Deutschland heute lediglich 6 Sorten kultiviert werden. Ursprünglich kommt das Obst aus der Region um den Kaukasus. Quitten sind reich an Gerb- und Ballaststoffen, die für ihre positive Wirkung auf die Verdauung bekannt sind. Der Ballaststoff Pektin senkt den Cholesterinspiegel und hilft, den Körper zu entgiften. Pektin ist aber nicht nur für seine gesundheitsfördernden Wirkungen bekannt, sondern auch für seine Gelierfähigkeit. Deshalb werden Quitten oft als Gelee eingekocht.

Aufgrund ihres hohen Pektingehalts kann auf speziellen Gelierzucker verzichtet werden, es genügt normaler Haushaltszucker. Vor der Verarbeitung muss allerdings der dichte, ölige Flaum von der Haut entfernt werden, am besten durch Abreiben mit einem groben Tuch. Anschließend können die Quitten geschält, entkernt und gekocht werden.

Quittensaison ist von September bis November. Geerntet werden die Früchte kurz vor der Reife. Bei kühler und trockener Aufbewahrung halten sie sich dann bis zu zwei Monaten.

GESUND UND LECKER:
Gebackene Quitte mit Sahne

Zutaten:

4 Quitten
200 g Schlagsahne
1 EL Zucker
1 Päckchen Vanillezucker

ZUBEREITUNG:

Quitten mit einem trockenen Tuch abreiben, um den Flaum zu entfernen. Dann einzeln locker in Alu-Folie wickeln und bei 200 Grad je nach Größe 90 Minuten im Backofen backen.

Anschließend die Quitten aus der Folie nehmen, halbieren und das Kerngehäuse mit einem Löffel ausheben. Die Schlagsahne unter Zugabe von Zucker und Vanillezucker steif schlagen und dann in die ausgehöhlte Quittenhälfte geben.

Guten Appetit!

Gerippe		Hauptstern im Skorpion			feierliches Gedicht	ein US-Geheimdienst	Jogging		Getreideschober	englischer Artikel	aufgebracht	Fremdwortteil: rückwärts
Späher ▶								9				
	7				Planetenbahnenentdecker †		Ausbildungszeit ▶				2	
ärmellose Jacke		unterirdische Grabanlage		mit Zucker haltbar gemacht ▶								
Rohseide ▶						Bergweide ▶				Behörden		
Stiege ▶			12				Hauptstadt der Fidschi-Inseln		englisch: vorüber ▶			
				Augengläser		Thema, Gegenstand ▶						serbische Landschaft
König von Lydien	sowjetische Raumfähre		Arbeitstätigkeit ▶		1				Kosakenführer		deutsche Vorsilbe	
unbeweglich ▶						islamische Herrscher in Indien		Lebenshauch ▶				
			großes Tor		Tennisturnier ▶				5			
ausgest. Riesenlaufvogel		Wortteil: mehrfach ▶					selten ▶				Hauptstadt West-Samoas	
ein Facharzt ▶						3		irischer Missionar in Franken		arabischer Artikel ▶		
			8		schubartige Krankheit		schwere Auseinandersetzung ▶				10	
Rhône-Zufluss in Frankreich	ein Bindewort	Hexe der Theseus-Sage		Vorname von Delon ▶				11		bildhafter Ausdruck		
Marge, Differenz ▶							franz. Schriftsteller † 1951		Geländevertiefung ▶			
		6		Fort am Großen Sklavensee		Habsucht ▶					brutal	
Trinkspruch (Zum ...)			Wärmespender ▶							4		span. Doppelkonsonant
Agavenblattfaser ▶						Initialen von Filmstar Niven ▶			Magnetende ▶			
Auflistung ▶								Backzutat ▶				

raetselstunde.com

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Palliativpflege

Pflege am Lebensende

Das Wort „palliativ“ geht auf das lateinische „pallium“ („Mantel“) zurück. Palliativpflege ist also eine Pflege, die den Patienten im übertragenen Sinn wie ein Mantel schützt. Es handelt sich um eine an den Bedürfnissen orientierte Betreuung und Begleitung schwer kranker Menschen, die an einer fortschreitenden oder weit fortgeschrittenen nicht heilbaren Krankheit leiden.

Da eine Heilung der Patienten nicht mehr möglich ist, geht es bei der Palliativpflege vor allem um das Lindern oder Erträglichmachen ihres Leidens. Hierzu gehört in den meisten Fällen auch die Behandlung starker Schmerzen.

Ziel ist, die Lebensqualität bis zum Tod im Rahmen des Möglichen zu verbessern oder zu erhalten und dabei eine größtmögliche Selbstbestimmung zu gewährleisten. Neben dem Lindern physischer Symptome stehen bei der Palliativpflege ebenso psychische Beschwerden und soziale wie spirituelle Belange der Patienten im Fokus der Betreuung.

Das ganzheitliche Versorgungskonzept schließt die Betreuung und Begleitung der Angehörigen des Patienten ein, für die der bevorstehende Tod einer geliebten Person eine emotional belastende Ausnahmesituation darstellt.

Die Palliativpflege umfasst auch eine Ruf-, Notfall- und Kriseninterventionsbereitschaft rund um die Uhr.

Um eine solche individuelle und einfühlsame Pflege und Betreuung professionell leisten zu können, arbeiten in der Palliativpflege Palliativmediziner, Palliativpflegekräfte, Seelsorger, Psychologen, Sozialarbeiter und Ehrenamtliche aus Hospizdiensten Hand in Hand.

ANBIETER

Palliativpflege wird im ambulanten und im stationären Bereich angeboten. Da sich viele Patienten wünschen, in ihrer gewohnten Umgebung zu sterben, wird eine ambulante Palliativpflege im eigenen Zuhause angeboten. Dies leisten Palliative-Care-Teams. Sie erbringen die sogenannte spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV). Sie umfasst pflegerische und ärztliche Leistungen sowie die Zusammenarbeit mit Seelsorgern, Hospizdiensten und Sozialarbeitern. Ambulante Pflegedienste bieten ebenfalls immer mehr Palliativpflege an. Die examinierten Pflegekräfte sind durch die Zusatzausbildung „Palliative Care“ in der Lage, ambulante Palliativpflege zu leisten und die Menschen in der belastenden Situation zu begleiten.

Ambulante Hospizdienste hingegen übernehmen keine medizinische oder pflegerische Versorgung. Sie unterstützen die Palliativpatienten vielmehr psychisch und sozial.

Ist eine Versorgung in der Häuslichkeit nicht möglich, kann die Palliativversorgung in einer stationären Einrichtung erfolgen. In einigen Krankenhäusern bestehen Palliativstationen, auf denen wie in der ambulanten Palliativpflege spezialisierte Berufsgruppen gemeinsam die erforderliche besondere Versorgung gewährleisten.

Pflegeheime verfügen entweder selbst über Palliativpflegekonzepte und Palliativpflegekräfte für sterbende Bewohner oder werden von ambulanten Palliativteams versorgt, die regelmäßig oder bei Bedarf in die Einrichtung kommen.

Hospize sind eine weitere Einrichtung für sterbende Menschen, in der sie begleitet werden. Hier übernehmen interdisziplinäre Teams die medizinischen und pflegerischen Aufgaben. Atmosphärisch wird in Hospizen versucht, eine Umgebung wie zu Hause zu schaffen und jeden Eindruck einer klinischen Einrichtung zu vermeiden.

KOSTEN UND FINANZIERUNG

Nach § 37 b SGB V haben Patienten mit einer fortschreitenden oder weit fortgeschrittenen nicht heilbaren Erkrankung und begrenzter Lebenserwartung, die eine besonders aufwendige Versorgung benötigen, seit 2007 Anspruch auf eine spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV).

Die SAPV-Versorgung wird von der gesetzlichen Krankenversicherung getragen, wenn sie von einem Arzt verordnet und von der Krankenkasse genehmigt wurde.

Ambulante Hospizdienste finanzieren ihre Arbeit durch Zuschüsse der Krankenkassen, Spenden und ehrenamtliches Engagement, sodass Angebote wie Beratung, Unterstützung und ehrenamtliche Begleitung kostenfrei sind.

Die Kosten für den Aufenthalt in einem Pflegeheim, die von der Kasse übernommen werden, entsprechen den Leistungen, die auch für die ambulante Palliativversorgung erstattet werden.

Die Kosten für einen Aufenthalt in einer Palliativstation im Krankenhaus übernimmt ebenfalls die Krankenkasse.

Ergotherapeutische Schmerztherapie

als medizinische (Reha-)maßnahme

Seien es Schmerzen nach operativen Eingriffen, Rückenschmerzen, Schmerzsyndrome der Extremitäten oder rheumatisch bedingte Schmerzsyndrome – insbesondere bei chronischen Schmerzen suchen Patienten immer gezielter nach kompetenten Ansprechpartnern. Neben der ärztlichen Schmerztherapie sieht sich daher auch die Ergotherapie immer häufiger mit chronischen Schmerzpatienten konfrontiert.

Die Problematik bei Patienten mit chronischen Schmerzen liegt oft in einem langen, unübersichtlichen Krankheitsverlauf. Neben den körperlichen Symptomen leiden sie zudem auch unter psychischen und sozialen Auswirkungen ihrer Beeinträchtigung durch die Schmerzen.

In der Ergotherapie gibt es spezielle Weiterbildungen zum Fachergotherapeuten für Schmerztherapie. Praxen mit dieser Spezialisierung sind in der Lage, die Komplexität der Schmerztherapie zu bewältigen. Es bestehen bisher allerdings nur wenige entsprechende Praxen; sie können z.B. unter www.akh.partners.de gefunden werden.

Ein Schmerz in der Schulter kann als Ursache eine Knieverletzung haben und sich über das Fasziensystem als Schulterschmerz äußern. Auch Störungen im Magen können z.B. einen Schmerz am Ellenbogen hervorrufen oder umgekehrt.

Darin zeigt sich ebenfalls der über Bindegewebszonen hergestellte Zusammenhang zwischen Organen und Schmerzsituationen an anderen Stellen des Körpers.

Ein verstauchter Fuß z.B. kann sich so auf den gesamten Körper auswirken und Schmerz an anderer Stelle hervorrufen. Hier gilt es dann, die Ursache-Folge-Kette herauszufinden und gezielt die Ursache als Auslöser des Schmerzes zu behandeln und nicht nur den entstandenen Schmerz als Symptom. Um diese Zusammenhänge zu ermitteln und die Behandlung gezielt anzusetzen, bedarf es einer gründlichen Befundung durch einen geschulten Therapeuten.

Ziele der Schmerztherapie sind Schmerzlinderung, Beseitigung der Ursache-Folge-Ketten, Verbesserung der Haltung, Muskelentspannung, Durchblutungsförderung und Dämpfung des vegetativen Nervensystems. Hierfür werden in der Fachergotherapiepraxis u.a. Behandlungsverfahren der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) wie z.B. Akupressur, Verfahren der manuellen Therapie (Cyriax), spezielle Yogaübungen in Anlehnung an die Cranio-Sacral-Therapie und Übungen der medizinischen Trainingstherapie (Koordination, Kraftausdauer und Kraft) genutzt.

Ergotherapie wird vom Arzt verordnet, kann aber auch von einem Heilpraktiker verschrieben werden.

Theresa Fuchs,
Ergotherapeutin Praxis Fuchs

Schmerzskalen

zur Erfassung der Schmerzintensität

Schmerz ist individuell, da Menschen Schmerz sehr unterschiedlich wahrnehmen. Für Ärzte, Pflegekräfte und Angehörige, die einen Schmerzpatienten betreuen, ist eine Analyse des Schmerzes daher unerlässlich, um die richtige Schmerztherapie bzw. geeignete Maßnahmen zur Linderung des Schmerzes auswählen zu können.

Die Selbsteinschätzung der Schmerzintensität durch die betroffene Person ist dabei besonders wichtig. Hierfür sind Schmerzskalen ein geeignetes, in der Praxis der Schmerztherapie erprobtes Hilfsmittel. Mithilfe von Schmerzskalen wird Schmerz von Patienten eingeschätzt. An ihnen kann dann auch gemessen werden, wie erfolgreich die Therapie ist.

Je nach den kognitiven Fähigkeiten und den Möglichkeiten, sich verbal auszudrücken, kommen unterschiedliche Schmerzskalen zum Einsatz, auf denen der Schmerzpatient ankreuzt bzw. nach denen er angibt, in welcher Intensität er den Schmerz verspürt.

- In einer **numerischen Ratingskala (NRS)** wird die Schmerzintensität durch Zahlen dargestellt. Diese Schmerzskala wird verwendet, wenn Patienten noch eine Beziehung zwischen der Schmerzintensität und der Größe von Zahlen herstellen können.
- Aus einer **verbalen Ratingskala (VRS)** wählt der Patient unter mehreren Ausdrücken den Ausdruck aus, der seinen Schmerz am besten beschreibt, wie z. B. „starker Schmerz“.
- In einer **symbolischen Schmerzskala (SAS)** dienen Symbole oder Smileys zur Darstellung der Stufen des Schmerzempfindens. Diese Schmerzskala wird oft bei Kindern und Demenzerkrankten eingesetzt.
- In einer **visuellen Analogskala (VAS)** wird das Schmerzempfinden auf einer Linie mit dem Anfangspunkt „kein Schmerz“ und dem Endpunkt „stärkster vorstellbarer Schmerz“ angegeben.

Zusätzlich kann eine Körperumrisskarte (Bodychart) helfen, den Ort und die Ausbreitung des Schmerzes darzustellen.

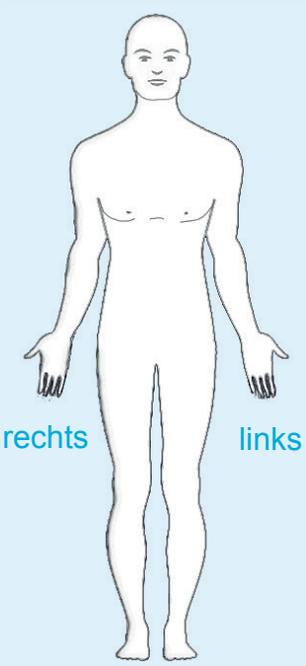
Bei kleinen Kindern, nicht orientierten Menschen und Personen, die sich nicht selbstständig äußern können, werden anstelle von Schmerzskalen Fremdeinschätzungen herangezogen. Dies sind Fragebogen, auf denen eine Pflegekraft oder ein Angehöriger die Schmerzen des Patienten dokumentiert. Hierfür werden typische Schmerzanzeichen in Atmung, Gesichtsausdruck, Körpersprache und Verhalten beobachtet und analysiert.

Schneiden Sie die Schmerzskalen aus um Sie zur Erfassung von Schmerzen zu nutzen.

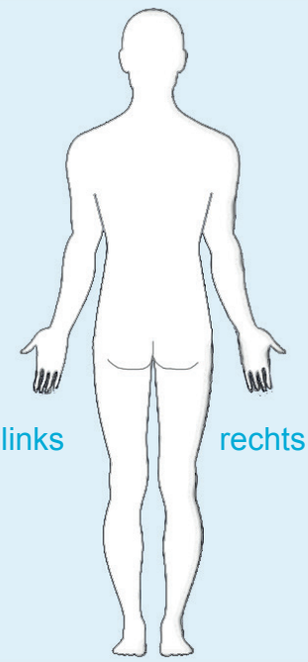
NRS	VRS	SAS	VRS	
0	schmerzfrei		Ich habe keine Schmerzen.	KEIN SCHMERZ
1	leichter Schmerz		Der Schmerz ist kaum spürbar.	GERINGER SCHMERZ
2	unangenehmer Schmerz		Ich spüre den Schmerz nur, wenn ich mich darauf konzentriere.	
3	störender Schmerz		Der Schmerz ist deutlich wahrnehmbar, aber ich kann ihn noch ignorieren.	
4	mäßiger Schmerz		Der Schmerz ist ständig spürbar, aber im Alltag bin ich noch handlungsfähig.	MÄSSIGER SCHMERZ
5	beunruhigender Schmerz		Ich muss fast immer an den Schmerz denken und kann manche Tätigkeiten nicht mehr ausführen.	
6	intensiver Schmerz		Ich muss immer an den Schmerz denken und bin daher unfähig, viele Tätigkeiten auszuführen.	
7	sehr intensiver Schmerz		Ich habe durchgehend Schmerzen und kann kaum noch etwas tun.	SCHWERER SCHMERZ
8	starker Schmerz		Der Schmerz ist so stark, dass ich mich nicht mehr konzentrieren kann. Ein Gespräch zu führen, ist schwer möglich.	
9	quälender Schmerz		Der Schmerz ist so stark, dass es mir schwerfällt, mich noch zu bewegen oder zu sprechen.	
10	unerträglicher Schmerz		Ich kann nicht mehr, es muss mir bitte sofort jemand helfen.	

Zeichnen Sie mithilfe eines **Kreises** den Hauptschmerzpunkt ein und mit einem **Pfeil,** wohin der Schmerz gegebenenfalls ausstrahlt. Mit den Zahlen können Sie die Qualität des Schmerzes angeben.

VON VORNE



VON HINTEN



Hauptschmerz ○

ausstrahlender Schmerz ↘

dumpf (1)

pochend (2)

pulsierend (3)

stechend (4)

brennend (5)

schießend (6)

_____

_____

ANMERKUNGEN:

_____

_____

_____

Genuss und Lebensfreude im Fokus

Landhausküche liefert Mittagsgerichte für Menschen, denen das Kauen und Schlucken schwerfällt

Die Landhausküche bietet auch herzhafte Mittagsgerichte für Menschen mit Kau- und Schluckbeschwerden. (Bild © apetito)

Eine leckere und ausgewogene Mahlzeit ist ein wichtiger Aspekt für das eigene Wohlbefinden – auch oder gerade für Menschen, denen das Kauen und Schlucken schwerfällt. Die Landhauküche bietet mit der Produktreihe winVitalis köstliche Gerichte für Menschen mit besonderen Ernährungsanforderungen. Dazu gehören unter anderem fein pürierte Gerichte, die geformt und in der Optik den natürlichen Speisen nachempfunden sind. Diese gibt es in zwei Portionsgrößen – für den normalen oder den kleinen Appetit. Um auch bei einer kleinen Portion ausreichend mit Nährstoffen und Energie versorgt zu sein, haben die kleinen Pürierten natur plus eine Extraportion Energie.

„Lebensfreude und natürlicher Genuss sollten beim Essen im Fokus stehen – unabhängig davon, in welcher Lebenssituation ein Mensch sich befindet“, weiß auch Dr. Doris Becker, Leiterin der Ernährungswissenschaft und -beratung bei apetito. Mit den winVitalis-Gerichten bietet die Landhausküche genussvolle, tiefkühlfrische Gerichte für besondere Ernährungssituationen:

- wenn das Kauen und Schlucken schwerfällt
- bei geringem Appetit
- für eine hochkalorische Ernährung
- für mehr Lebensfreude

Neben den pürierten Gerichten befinden sich auch hochkalorische Cremesuppen sowie salzreduzierte Mahlzeiten im winVitalis Speisenangebot. Alle winVitalis Produkte bringen die Kuriere der Landhausküche tiefkühlfrisch direkt ins Haus. Die Zubereitung gelingt einfach und schnell im Ofen oder in der Mikrowelle.

Auch für diejenigen, die nicht auf eine spezielle Ernährung achten müssen, bringt die Landhausküche appetitliche Mittagsgerichte direkt ins Haus – auf Wunsch an 365 Tagen im Jahr. Das Speisenangebot ist vielfältig: Von herzhafter Hausmannskost über leichte mediterrane Küche bis hin zu beliebten sowie saisonalen Spezialitäten ist in der Speisenkarte der Landhausküche alles zu finden.

Mehr Informationen erhalten Sie telefonisch: Montag bis Freitag von 8.00 bis 18.00 Uhr unter der Telefon-Nummer

0 40 - 89 20 00

Unsere Teamleiterinnen und Teamleiter

Struktur und Organisation bei Hanseatic

Ohne Strukturen und einer guten Organisation kann ein Unternehmen nicht funktionieren. Aus diesem Grund hat jede Verwaltungskraft – angefangen bei der Geschäftsführung bis zur Auszubildenden als Kauffrau im Gesundheitswesen – bei uns ihren festen Verantwortungs- und Aufgabenbereich.

Und auch unsere Pflegeteams sind so aufgestellt, dass jedes Team eine Teamleiterin bzw. einen Teamleiter hat.

HANSEATIC hat zurzeit vier Teams, die wir Ihnen kurz vorstellen möchten:

Das **Team 1** ist unser größtes Team und besteht ausschließlich aus examinierten Pflegefachkräften. Deshalb gibt es hier auch gleich zwei Teamleiterinnen:

Maren C. und Heidi G.

Das **Team 3** ist unser sogenanntes „Mütterteam“. Hier arbeiten überwiegend Arzthelferinnen in Teilzeit. Bei der Dienstplangestaltung wird darauf geachtet, dass Familie und Beruf im Einklang sind und die Arbeitszeiten passen. Teamleiterin ist hier

Leyla Ö.

Das **Team 4** ist ein gemischtes Team in zweierlei Hinsicht. Hier gibt es weibliche und männliche Mitarbeiter sowie examinierte Pflegefachkräfte und Pflegekräfte mit einem sogenannten „kleinen“ Examen.

Der Teamleiter ist
Peter S.

Das **Team 5** hat keine Teamleitung sondern wird von unserer Abteilungsleiterin Frau Neumann geleitet, die wir ja bereits in der letzten HANSEATIC-Ausgabe vorgestellt haben.

Das **Team 2** fehlt eigentlich noch … dies haben wir jedoch zurzeit nicht aktiviert.

Aber warum gibt es bei uns Teamleitungen und welche Aufgaben haben diese?

Die Teamleitungen haben folgende zusätzliche Aufgaben und Verantwortungsbereiche:

- Jeden Monat findet eine Teamleitersitzung mit der Geschäftsführung und Pflegedienstleitung statt. Hier werden die Teamleitungen über Neuerungen, Veränderungen sowie eventuelle Vorhaben informiert. Außerdem werden Probleme diskutiert und Lösungen gemeinsam erarbeitet.

- In den darauffolgenden Tagen finden dann wiederum Teamsitzungen eines jeden Teams statt. Diese bereiten die Teamleitungen selbständig vor und geben dort alle wichtigen Informationen weiter, führen Fallbesprechungen durch, besprechen anstehende Probleme und finden dafür möglichst auch Lösungen.

- Die Teamleitungen sind verantwortlich für die Bezugspflegen bei unseren Kunden und für die Pflegedokumentation.
- Weiterhin sind die Teamleitungen Ansprechpartner, wenn ein Teammitglied Hilfe und Unterstützung benötigt oder auch mal ganz persönliche Probleme los werden möchte.

Die Teamleitungen sind somit ein wichtiges Bindeglied zwischen Geschäftsführung/Pflegedienstleitungen und den Teammitgliedern sowie erster Ansprechpartner, wenn es um die Belange im Team geht. Außerdem vertreten sie die Interessen ihrer Teammitglieder gegenüber der Geschäftsführung/Pflegedienstleitung.

Mit diesem gemeinsamen und konstruktivem Austausch haben wir überaus gute Erfahrungen gemacht und auch hier gilt:

Es geht nur miteinander.

HANSEATIC
DER PFLEGEDIENST

Ihr Ansprechpartner auch für

- Pflegeberatungsbesuche nach § 37(3),
- Entlastungsleistungen,
- Hauswirtschaftliche Hilfen,
- Verhinderungspflege.

Kontaktieren Sie uns gerne, wir beraten Sie unverbindlich!

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

www.hanseatic-pflegedienst.de

Jetzt 4 Wochen kostenlos testen! Der Johanniter-Hausnotruf.

Exklusives Angebot für Hanseatic-Kunden bis zum 31. Oktober 2017

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