



Liebe Leserin, lieber Leser!

Seit über 37 Jahren ist Ihr Vertrauen in unsere Arbeit für uns Ansporn, auf die Qualität unserer Leistungen sorgfältig zu achten und sie weiterzuentwickeln. Dafür setzen sich nicht nur unsere Pflege- und Hauswirtschaftsteams in den Pflegehaushalten ein, sondern auch das Verwaltungsteam in den Büros der Sozialstation. Lernen Sie in dieser Ausgabe von GEPFLEGT ZU HAUSE die fünf Frauen kennen, die bei uns „im Hintergrund“ dafür sorgen, dass alles seinen richtigen Gang geht.

Wir freuen uns, seit April eine Angebotslücke schließen zu können: Wir sind in die Fußstapfen des Caritasverbands Breisgau-Hochschwarzwald getreten, indem wir den bisher dort angesiedelten Hausnotruf übernommen haben. Nutzen Sie unser neues Angebot!

Herzliche Grüße

Waltraud Kannen
Geschäftsführerin



VERWALTUNG DER SOZIALSTATION

Teamarbeit im Hintergrund

Verwaltung staubtrocken? Ganz und gar nicht – unser Verwaltungsteam geht frisch und mit Eifer ans Werk. Was zu den Aufgaben der fünf Frauen in der Verwaltung gehört – das lesen Sie hier.

WENN SIE BEI UNS ANRUFEN und freundlich begrüßt werden, ist das kein Zufall: Die Damen in der Verwaltung sind darin geschult, Anrufende und ihre Anliegen ernst zu nehmen – egal, ob es sich um eine einfache Nachfrage handelt oder um ein schwieriges Problem.

DER GRÖSSTE ANTEIL der Verwaltungsarbeit entfällt auf die Abrechnung unserer Pflegeleistungen mit den Kranken- und Pflegekassen. Dazu müssen Daten zuverlässig in der Datenbank eingepflegt und bei Bedarf auch archiviert werden. Der sorgfältige Umgang mit Daten ist hier ebenso selbstverständlich wie im Zahlungsverkehr.

DIE DAMEN IN DER VERWALTUNG sind auch für ihre Kolleginnen und Kollegen zur Stelle, die in der Pflege und Betreuung arbeiten. Benötigte Unterlagen werden schnell bereitgestellt, Pflegeabläufe zusammengefasst, Pflegedokumentationen ausgedruckt und andere Sekretariatsaufgaben gekonnt erledigt. Nur eines ist für sie keine Routine: Das sind die Geburtstagsgrüße an Patienten, die Weihnachtspost und tröstende Worte im Trauerfall. Durch ihre Arbeit und besonders durch die Telefonate, die sie führen, sind den Mitarbeiterinnen in der Verwaltung viele Patienten gut bekannt. Sie freuen sich deshalb, die Grüße für runde Geburtstage vorzubereiten, und sie nehmen Anteil, wenn jemand gestorben ist. Die Verwaltung managt zudem die sichere Aufbewahrung von Schlüsseln und organisiert unseren Fuhrpark: angesichts von 25 Fahrzeugen, die stets blitzblank und voll getankt

einsatzbereit sein müssen, eine kleine Herkulesaufgabe.

Materialbestellungen werden von der Verwaltung kostenbewusst erledigt, die Arbeitszeiten unserer ca. einhundert Mitarbeitenden monatlich für die Personalverwaltung erfasst.



Gut sortiert – schnell gefunden

Die Damen verwalten darüber hinaus auch die so genannte Haushaltskasse für Klienten und erstellen eine Übersicht für Angehörige oder Betreuer und Betreuerinnen.

DIE VERWALTUNG, bei der viele Fäden zusammenlaufen, trägt nicht zuletzt dazu bei, Kurse und Vorträge rund um das Thema „Häusliche Pflege“ bekannt zu machen und unterstützt damit unser Anliegen, die Bedeutung von Pflege in der Gesellschaft, wo immer es geht, in die Öffentlichkeit zu tragen. |

Wir stellen uns vor

Andreas Quartier | Leitung Hausnotruf



In der Wohnung gestürzt und weit und breit keiner da, der einem helfen kann, wieder aufzustehen – eine Alpträumvorstellung vor allem für ältere Menschen. Wir empfehlen deshalb, vorzusorgen – mit einem Hausnotrufsystem. Hausnotruf – das ist unsere schnelle Hilfe rund um die Uhr. Man bekommt einen Sender, der je nach Version wie eine Armbanduhr oder Halskette getragen wird und mit dem man jederzeit Hilfe holen kann. Unsere geschulten Mitarbeiter sorgen für den technischen Anschluss in der Wohnung. Die

Kosten für den Hausnotruf übernimmt in vielen Fällen die Pflegeversicherung. **Sprechen Sie mich an, wenn Sie mehr wissen möchten:** Ich bin Gesundheits- und Krankenpfleger und seit 2007 bei der Sozialstation beschäftigt. Sie erreichen mich telefonisch unter 07533 12219 oder per Mail a.quartier@sozialstation-suedlicher-breisgau.de |

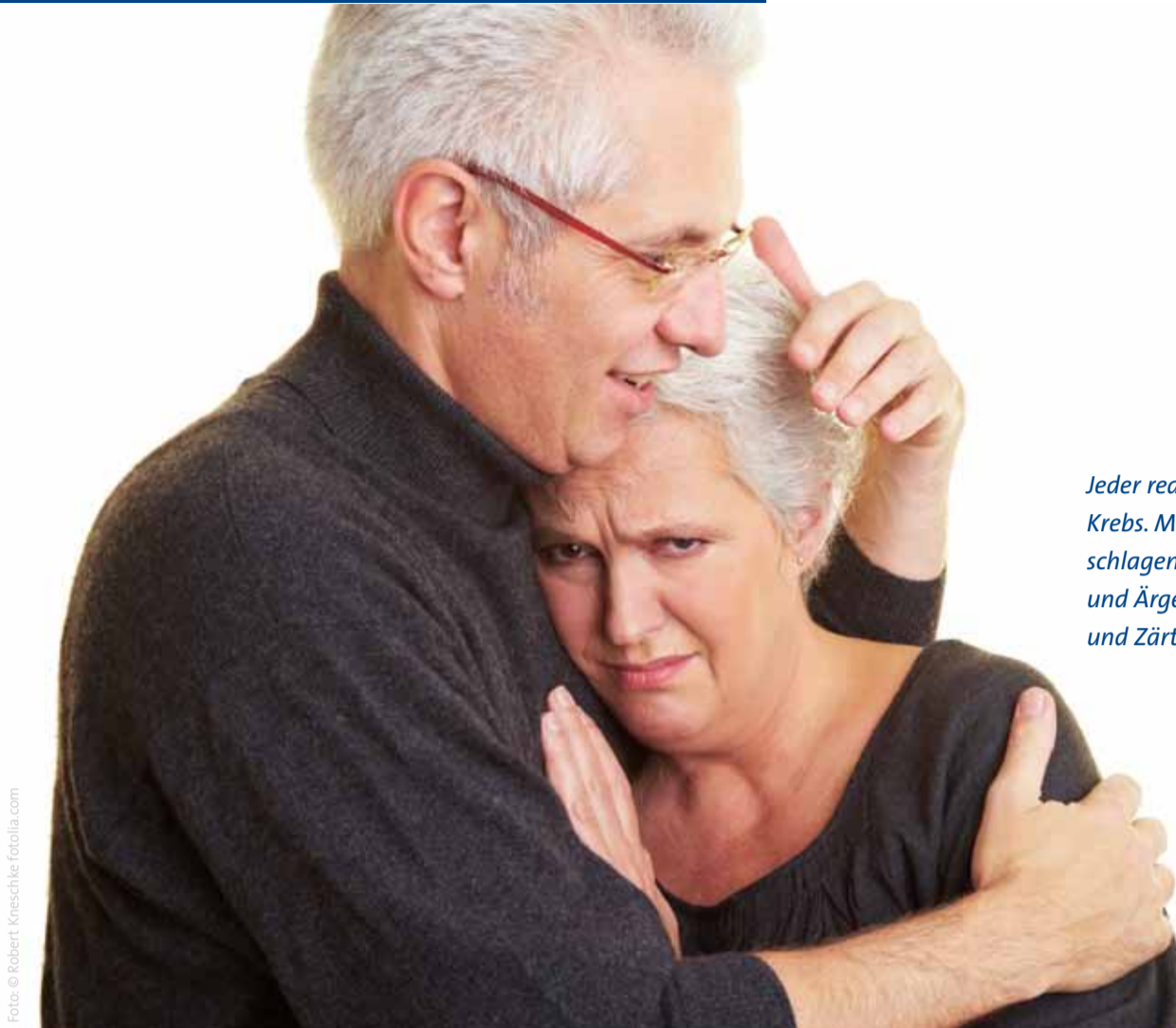


Foto: © Robert Kneschke fotolia.com

Jeder reagiert anders auf die Diagnose Krebs. Manche Menschen sind niedergeschlagen und mutlos, andere zeigen Wut und Ärger. Auch das Bedürfnis nach Nähe und Zärtlichkeit kann extrem schwanken.

Wie können Angehörige helfen?

Wenn ein Mensch an Krebs erkrankt, dann ist nicht nur er selbst betroffen – auch für den Partner und die ganze Familie ändert sich das Leben. Was können Angehörige für das kranke Familienmitglied tun? Wie können sie die schwierige Zeit meistern? Und was ist mit ihren eigenen Ängsten und Bedürfnissen?

MIT DER KRANKHEIT KREBS ändert sich das Leben schlagartig. Viele Menschen erleben die Diagnose als einen „Sturz aus der Wirklichkeit“, schreibt die Fachschwester für Intensiv- und Anästhesie-Pflege Corinna Kohröde-Warnken. „Letztlich wird unsere Täuschung, wir seien unsterblich, in diesem Moment zerbrochen.“ Doch nicht nur die Betroffenen selbst, auch die Angehörigen sind extrem belastet und müssen lernen, mit der neuen Situation zurechtzukommen. Zum einen geht es um ganz praktische Veränderungen. Die

Patienten haben oft nicht mehr die Kraft, ihren normalen Alltag zu bewältigen, Aufgaben müssen neu verteilt werden. Noch schwieriger als die Organisation ist häufig der Umgang mit den Gefühlen, vor allem mit der Angst. Krebs zu haben bedeutet oft, sich zwischen Todesangst und Lebensmut hin- und hergerissen zu fühlen.

OFFENHEIT HILFT

Aber jeder Betroffene reagiert anders – manche Menschen sind niedergeschlagen und mutlos, andere zeigen Wut und Ärger. Deshalb gibt es auch kein Patentrezept für Angehörige. Psycho-Onkologen raten jedoch, immer wieder zu fragen, „Was brauchst du?“ und „Was kann ich für dich tun?“. Dabei können Angehörige auch die eigene Unsicherheit offen zeigen. Um die Betroffenen nicht zusätzlich zu belasten, behalten viele ihre Empfindungen für sich. Das kostet Kraft und erschöpft. Der Krebsinformationsdienst empfiehlt deshalb vor allem eine offene Kommunikation. Dabei tun sich natürlich Menschen leichter, die vor der Krankheit schon gelernt haben, über Probleme zu reden. Für andere ist diese Offenheit

neu und muss erst trainiert werden. In vielen Situationen ist es für den Partner beruhigend, wenn er weiß, woran er ist, beispielsweise wenn sich Betroffene zurückziehen oder ihr Bedürfnis nach Nähe und Zärtlichkeit extrem schwankt. Ein offenes Gespräch kann verhindern, dass der Angehörige die Schuld oder den Fehler bei sich sucht, obwohl die Ursache vielleicht ganz woanders liegt. Und schließlich ist die Krankheit ein Wendepunkt im Leben vieler Krebspatienten. Sie entwickeln neue Werte und krempeln ihr Leben

um. Diese Umstellungen können den Angehörigen viel abverlangen und auch hier hilft Offenheit.

NICHT NUR KRANK – RAUM FÜR ANDERES

Ein Mensch, der an Krebs erkrankt ist, ist nicht nur krank. Experten empfehlen, der Krankheit nicht mehr Raum zu geben als nötig. Angehörige können dabei helfen, dass sich der Krebskranke auch seinen gesunden Seiten zuwendet, indem sie beispielsweise über gute Zeiten sprechen: Ferienerleb-

Regionale Adressen

Klinik für Tumorbiologie
Breisacher Straße 117
79106 Freiburg
Telefon 0761 206-01
www.tumorbio.uni-freiburg.de

Tumorzentrum Brückenpflege
Universitätsklinikum Freiburg
Telefon 0761 270-37730
www.tumorzentrum-freiburg.de



Foto: © Robert Kneschke fotolia.com

Die gesunden Seiten stärken – etwas zusammen unternehmen.

nisse, Familienfeste, berufliche Erfolge, Hobbys. Ebenso sollten die alltäglichen Abläufe und Aufgaben nur so weit verändert werden, wie es wirklich notwendig ist. Ein kranker Mensch bekommt so die Chance, weiterhin gebraucht zu werden und in das Alltagsgeschehen eingebunden zu sein. Allerdings ist dabei Flexibilität gefragt, weil die Leistungsfähigkeit eines an Krebs Erkrankten sehr schwankend sein kann.

ALS ANGEHÖRIGER AUCH AUF SICH SELBER ACHTEN

Auch Angehörige sollten Hilfe und Trost annehmen, sie müssen nicht alles alleine regeln. Wenn sie immer im Einsatz sind und sich keine Ruhepausen gönnen, kommen sie leicht an die Grenzen ihrer Belastbarkeit. Es ist für Angehörige besonders wichtig, auf ihre Bedürfnisse zu achten und sich auch Zeit für sich zu nehmen. Sei es, dass sie einen Spaziergang machen, den Kontakt zu Freunden und Bekannten pflegen oder ein gutes Buch lesen. Für Angehörige, denen es schwer fällt, auf sich zu achten, bieten sowohl die Kirchlichen Sozialstationen als auch die Krebsberatungsstellen Hilfen an.

WISSEN HILFT GEGEN DIE ANGST

Nach Erfahrungen der Deutschen Krebshilfe beschäftigen sich zwei Drittel der Patienten irgendwann mit so genannten komplementären Behandlungsmethoden – also Therapiemöglichkeiten, die abseits der Schulmedizin in Frage kommen. Neben hilfreichen und wirksamen ergänzenden Methoden gibt es viele alternative Therapien, „die die Ängste und das Suchen nach dem richtigen Weg schamlos ausnutzen“, warnt die Verbraucherzentrale NRW und empfiehlt Patienten und Angehörigen, äußerst kritisch zu sein bei Berichten über Wunderheilungen sowie bei Warnungen vor der Schulmedizin und bei unlauteren Heilversprechen, wie etwa nur diese Methode sei die richtige.

WAS IST PSYCHO-ONKOLOGIE?

Die Psycho-Onkologie oder auch psychosoziale Onkologie* ist ein relativ junges Fachgebiet der Krebstherapie, das seit Anfang der 1980er-Jahre Beachtung findet. Als Pionier gilt der amerikanische Radiologe und Facharzt für Onkologie Dr. Carl Simonton. Er war der erste klassisch-medizinische Krebspezialist, der davon überzeugt



Offenheit hilft – und auch die Frage: „Was brauchst du?“

Infos im Internet

- Die Deutsche Krebshilfe hat einen umfassenden Ratgeber mit dem Titel „Hilfen für Angehörige“ herausgebracht. Sie können den Ratgeber kostenlos im Internet downloaden unter www.krebshilfe.de Dort finden Sie auch viele weitere nützliche Informationen.
- Unter www.krebsinformationsdienst.de finden Sie viele hilfreiche Informationen, unter anderem eine komfortable Suche nach psychosozialen Krebsberatungsstellen in Ihrer Nähe.
- Das Internet-Forum für Angehörige und Freunde von Krebspatienten verzichtet bewusst auf die fachliche Betreuung durch einen Arzt und setzt auf (virtuellen) Erfahrungsaustausch: www.krebsforum-fuer-angehoerige.de

Lesenswert



Ratgeber für die Begleitung von Krebspatienten

Zwischen Todesangst und Lebensmut von Corinna Kohröde-Warnken

Schlütersche Verlagsgesellschaft, 2011, ISBN 978-3-89993-280-5, 24,95 Euro



Plädoyer gegen falsche Wundermittel

Die Broschüre „Wie ernähre ich mich bei Krebs?“ gibt fachlich fundierte, seriöse Informationen und Tipps, welche Ernährungsweise sinnvoll ist, und ist ein Plädoyer gegen falsche Wundermittel und Heilversprechen.

Verbraucherzentrale NRW, Versandservice, Aderstraße 78, 40215 Düsseldorf www.vz-ratgeber.de, 9,90 Euro zzgl. Versandkosten



Kosmetische Beratung für Frauen mit Krebs

Das Buch „Mit Veränderungen umgehen“ beantwortet nicht nur einfühlsam die Fragen zur Kosmetik, die sich Frauen angesichts von Narben, Hautveränderungen, Verlust von Haaren, Wimpern und Augenbrauen stellen, sondern zeigt mit vielen Fotos auch die Wirkung von Farben und erklärt die Anwendungsschritte.

Klarigo Verlag, 2011, ISBN 978-3-98 13066-2-0, 9,80 Euro

war, dass Psychotherapie krebserkrankten Menschen hilft – nicht nur beim Bewältigen der emotionalen Folgen, sondern auch bei der Behandlung der Krankheit selbst. Eine Reihe von empirischen Untersuchungen bestätigen heute seine Grundannahmen. Psycho-Onkologen unterstützen bei-

Regel miteinbezogen. Die Angebote reichen von unterstützenden Einzel-, Paar- und Gruppengesprächen über Krisenintervention und kreative Angebote bis hin zur sozialrechtlichen Beratung. Die psycho-onkologischen Angebote in Krebsberatungsstellen, Akut- und Reha-Kliniken sind in der Regel



Das hebt die Stimmung: an gute Zeiten erinnern und über gemeinsame Erlebnisse sprechen.

spielsweise bei der Linderung krankheitsbedingter Symptome, bei der Bewältigung des emotionalen Stresses, bei Problemen mit einem (zerstörten) Körperbild und der Sexualität, beim Umgang mit bedrohlichen Themen wie Rezidiv und Sterben. Dabei werden Partner und Angehörige in der

für Patienten und Angehörige kostenfrei oder mit den allgemeinen Behandlungskosten bereits abgedeckt. |

* Onkologie ist die Wissenschaft, die sich mit Krebs befasst.

Text: Sabine Anne Lück, Bad Honnef

Redaktion: GRIESHABER Redaktion + Medien, Bonn

HÄUSLICHE PFLEGE ZWISCHEN FÜRSORGE UND FIXIERUNG



Wer zu Hause einen Angehörigen betreut, der an Demenz erkrankt ist, kennt die Angst vor dem, was passieren kann und vielleicht auch schon einmal passiert ist: Der Kranke verlässt unbemerkt die Wohnung, verirrt sich im Straßengewirr und gefährdet sich und andere im Straßenverkehr. Oder er verletzt sich bei dem Versuch, aus dem erhöhten Pflegebett aufzustehen. Wie lässt sich hier vorbeugen?

Foto: © Flickr/fotolia.com

Für Sicherheit sorgen, ohne zu schaden

Aktuelle Ergebnisse aus einem Freiburger Forschungsprojekt

MENSCHEN MIT DEMENZ können sich zeitlich und räumlich häufig nicht mehr orientieren und werden im Verlauf der Krankheit oft auch körperlich gebrechlich. Stürze, Weglaufen, Verirren können die Folge sein. Viele pflegende Angehörige fühlen sich deshalb zum einen völlig hilflos, zum anderen aber auch voll verantwortlich. Sie greifen darum nicht selten zu drastischen Mitteln, um die Gefahren zu bannen: Bettgitter werden hochgezogen, beruhigende Medikamente verabreicht, Haus- und Wohnungstüren verriegelt. Was auf den ersten Blick vielleicht verständlich wirkt, ist jedoch äußerst risikoreich: Wer ein geschlossenes Bettgitter übersteigt oder bei abgeschlossener Wohnungs- oder Haustür die Wohnung dann eben durch ein Fenster oder über den Balkon verlässt, verletzt sich meist umso schwerer. Und – was oft gar nicht bekannt ist: Sol-

che so genannten „freiheitsentziehenden Maßnahmen“ sind auch rechtlich bedenklich.

NACH ANGABEN VON PRAKTIKERN sind bis zu sechs Prozent aller Pflegebedürftigen von freiheitsentziehenden Maßnahmen betroffen. Das geht aus der Studie **ReduFix ambulant** hervor, die von der Evangelischen Hochschule Freiburg von 2009 bis 2012 im Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald unter Beteiligung der Kirchlichen Sozialstationen durchgeführt wurde. Gutachter des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen schätzen sogar, dass knapp zehn Prozent aller Pflegebedürftigen in der häuslichen Pflege mindestens einmal betroffen sind – die meisten von ihnen demenziell erkrankt. Die gute

Nachricht: So genannte körpernahe Fixierungen mit Bändern und Gurten kommen in der häuslichen Pflege eher selten vor. Zum Glück: Es ist nämlich besonders gefährlich, wenn pflegebedürftige oder demenziell verwirrte Personen mit Gürteln, Mullbinden oder Ähnlichem an Stühlen oder im Bett festgebunden sind.

DER GESETZGEBER SIEHT – anders als im Heim – keine Genehmigungspflicht bei freiheitsentziehenden Maßnahmen in der häuslichen Pflege vor. Allerdings verlangen immer mehr Betreuungsgerichte diese Genehmigung, wenn ein Pflegedienst in Anspruch genommen wird. Dann sollten sich Angehörige als rechtliche Betreuer bestellen lassen. Letztlich lässt sich nicht jedes Risiko ausschließen – trotz des meist immensen Einsatzes, den pflegende Angehörige aufbringen. Dies rechtfertigt jedoch nicht die Einschränkung der Bewegungsfreiheit. Auch wenn die Entwicklung hier noch am Anfang steht, gibt es erprobte Alternativen.

schön und sind beim Aufstehen gleich am Fuß.

- Eine Sensormatte vor dem Bett meldet mit einem akustischen Signal, wenn der Kranke aufsteht. Angehörige können dann in Ruhe nachsehen, was los ist.
- Ein Niedrig-Pflegebett ggf. verbunden mit einer Sturz-/Sensormatte vermeidet Verletzungen wie bei einem Sturz aus größerer Höhe.
- Beleuchtete Handläufe geben Orientierung in der Nacht.
- Ein einfaches Klingelspiel verhindert, dass die Wohnung unbemerkt verlassen werden kann.
- GPS-Ortungsgerät: Wenn sich ein Kranker noch sicher im Straßenverkehr zurechtfindet, hilft GPS, dass er sich frei bewegen und trotzdem geortet werden kann.

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Kirchliche Sozialstation Nördlicher Breisgau e.V., Bötzingen/Gundelfingen • Telefon 07663/4077
 Kirchliche Sozialstation Kaiserstuhl-Tuniberg e.V., Breisach • Telefon 07667/905880
 Kirchliche Sozialstation Elz/Glotter e.V., Denzlingen • Telefon 07666/7311
 Kirchliche Sozialstation Stephanus e.V., Teningen • Telefon 07641/1484
 Sozialstation Mittlerer Breisgau e.V., Ehrenkirchen • Telefon 07633/95330
 Sozialstation St. Franziskus Unterer Breisgau e.V., Herbolzheim • Telefon 07643/913080
 Sozialstation Südlicher Breisgau e.V., Bad Krozingen • Telefon 07633/12219
 Auflage 8.800 Exemplare

Konzept, Redaktion, Produktionsmanagement:

GRIESHABER Redaktion + Medien, Bonn
 Grafik: ImageDesign, Köln

HEITER BLEIBEN, WENN ES ERNST WIRD



© www.cartoon-concept.de sowie aus dem Buch *Wellness* erschienen bei Mosaik/Goldmann.

DAS HILFT – TECHNISCHE HILFEN

- Stoppersocken können verhindern, dass ein gangunsicherer Mensch stürzt, wenn er zum Beispiel unbemerkt das Bett verlässt. Bereits im Bett getragen wärmen die Socken

DAS HILFT – ANGEHÖRIGE UNTERSTÜTZEN UND ENTLASTEN

- Die Studie **ReduFix ambulant** hat gezeigt, dass pflegende Angehörige häufig nicht alle Leistungen der Pflegeversicherung ausschöpfen. Deshalb die Angebote der Kirchlichen Sozialstationen in Anspruch nehmen: Betreuungsangebote, Verhinderungspflege und Beratung. Um sich zu entlasten und die Bewegungsfreiheit des Kranken zu erhalten, sollten Angehörige sich nicht scheuen, auch Vereinskollegen, Freunde, Bekannte, Nachbarn und andere Familienmitglieder um Unterstützung zu bitten: Wer kann mit dem Erkrankten regelmäßig spazieren gehen, wer mit ihm Rad fahren – vielleicht sogar mit einem Tandem? |

Thomas Klie, Birgit Schuhmacher,
 AGP Alter, Gesellschaft, Partizipation,
www.agp-freiburg.de