

# Ihre Pflegezeitung



## Themen

- **Begrüßung**
- **Unsere Info:**  
Jahrespraktikant/in gesucht  
„Wer nicht mehr singt und nicht mehr lacht...“
- **Sommergedanken**
- **Aus unseren Einrichtungen:**  
„Birke, birke Mai“  
„Als Vögel verkleidet“
- **Beratung und Pflege:**  
Wenn der Druck zu groß wird -  
Dekubitusprophylaxe

## Sehr geehrte Damen und Herren,

die Fußball WM ist in vollem Gange und lässt die Herzen der Fußball Fans je nach Spielausfall mal höher schlagen oder gar ins Stolpern bringen.

Im Spiel sind ein gutes Timing und vor allem ein gutes Zusammenwirken der Mannschaft erforderlich: sich auskennen, Leistung erbringen, den Überblick behalten, den anderen in seinen Fähigkeiten anerkennen, nicht allein spielen, Grenzen und Spannungen gemeinsam aushalten, den richtigen Zeitpunkt nutzen, sich freuen, wenn das gemeinsame Spiel gelingt und trotzdem zusammenhalten, wenn es mal nicht läuft, aufeinander zugehen bzw. laufen.

Genau diese Fähigkeiten sind auch in der Pflege wesentlich, ob für Professionelle oder Laien. Insbesondere sind für die Versorgung eines Pflegebedürftigen das Zusammenspiel und Zusammenarbeiten von mehreren Beteiligten wichtig: von Pflegebedürftigen und Ihren Angehörigen, von Teammitgliedern des ambulanten Pflegedienstes und der Tagespflege, von weiteren an der Pflege beteiligten Berufsgruppen, von Kooperationspartnern. Ohne die Zusammenarbeit und ein gemeinsames Aushandeln und Kooperieren geht es nicht!

Mit unserer Pflegezeitung geben wir Ihnen wieder Einblicke in unsere tägliche Arbeit. Wir laden junge Menschen ein, durch ein Praktikum die Arbeit in der Pflege und Betreuung unserer Tagespflege näher kennenzulernen und so vielleicht Interesse für den Pflegeberuf zu wecken.

Des Weiteren berichten wir über aktuelle Geschehnisse und informieren Sie in gewohnter Weise rund um das Thema Pflege.

Es ist uns ein Anliegen mit Ihnen auf einem gemeinsamen Weg zu sein. Wir wünschen Ihnen und Ihren Angehörigen alles Gute, einen wunderschönen Sommer mit erholsamen Zeiten und viel Freude beim Lesen.



Volker Munker



Roland Nöh

### Unsere Info

#### Jahrespraktikum in der Tagespflege

Du möchtest Dich sozial engagieren und strebst eine Ausbildung in der Altenpflege an? Dann bist Du bei uns richtig!

Wir, das Team der Pflege aus einer Hand gGmbH, suchen engagierte Jahrespraktikanten m/w für unser Tagespflegezentrum Freudenberg, die Interesse am täglichen Umgang mit älteren und hilfebedürftigen Menschen haben. Deine Aufgabe ist die Mithilfe in der Betreuung und Pflege unserer Gäste, zum Beispiel Anreicherung von Essen und Getränken, Durchführung von Spielangeboten etc. Wir bieten Dir anschließend die Möglichkeit, Deine Ausbildung in der Altenpflege bei uns zu absolvieren.

#### Bitte vormerken:

„Wer nicht mehr singt und nicht mehr lacht...“

Rund um den Weltzheimer Tag werden im September wieder verschiedene Veranstaltungen im Kreisgebiet angeboten. Wir laden Sie am Donnerstag den 25.09.2014 um 14.30 bis 16.00 Uhr zum offenen Singen, Klönen und Tanzen in den Räumlichkeiten unseres Tagespflegezentrums ein.

### Sommergedicht

#### Sonne

*Es wär, als hätt die Sonne  
ihre Seele aufgemacht,  
dass sie im Glitzern und im Glimmern  
in unseren Herzen lacht.*

*Wie wenn der Himmel Licht berührte  
und sich mit ihr vermählte,  
wie wenn ein Herz zum andern führte  
und ihm von Liebe erzählte.*

*Monika Minder*



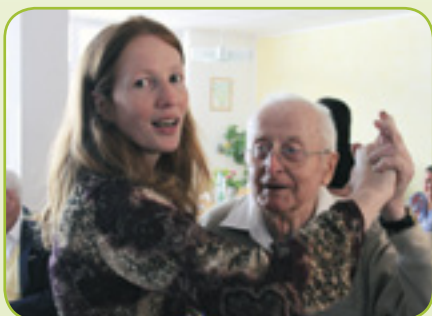
## Aus unseren Einrichtungen ...

### „Birke, birke Mai“ – Maifeststimmung in der Tagespflege

„Soviel Freude und Unterhaltung hatten wir schon lange nicht mehr!“ Begeistert zeigten sich die Gäste und Angehörige des Tagespflegezentrums Freudenberg bei der diesjährigen Maifeier, die am letzten Sonntag im Mai stattfand. Bereits zum siebten Mal lud das Team der Tagespflege zur alljährlichen Maifeier auf dem Gelände des Tagespflegezentrums Freudenberg ein. Am späten Vormittag wurde von Karin Grosse, Pflegedienstleitung, die Maifeier offiziell eröffnet. Schnell verwandelte sie sich in ein „traditionelles Maimädchen“ und gab zusammen mit dem Angehörigen Dieter Loos Maitraditionen und Sejerländer Geschichten zum Besten.



Zur Stärkung gab es um die Mittagszeit wieder Leckeres vom Grill und herzhaften Kartoffel- und Krautsalat. Anwesend war auch Roland Nöh, Geschäftsführer der Pflege aus einer Hand gGmbH. Erfreut von der guten Stimmung bemerkte: „Ohne das Engagement unserer Mitarbeiter wäre dies nicht möglich, denn ein solches Fest bedeutet auch viel Vorbereitung.“



Unter der Leitung von Pflege- und Betreuungsfachkraft Petra Rustige und

in Begleitung des Klavierspielers Klaus Schneider sang man nachmittags fröhliche Frühlingslieder, tanzte, klatschte und schunkelte zur Musik. Zwischendurch gab es immer wieder Zeit zum Klönen und in Erinnerungen zu schwelgen.

Die Besucher und Mitarbeiter erlebten einen geselligen Tag mit strahlendem Sonnenschein und fröhlichem Miteinander. Auch die Jahrespraktikantinnen zeigten sich begeistert von der heiteren Stimmung und waren erfreut die Gäste einmal mit Angehörigen zu erleben.



Die reich gedeckte Kaffee- und Kuchentafel mit selbstgebackenem Kuchen und Torten von Mitarbeitern und Angehörigen, bildete den süßen und köstlichen Abschluss für eine lange und unvergessliche Maifeier.

### „Als Vögel verkleidet“ – Begegnung von Kindern und Senioren an fröhlichem Nachmittag

Vogelhochzeitsstimmung lag in der Luft, als sich jetzt wieder Kinder der AWO-Kita Freudenberg, Gäste des Tagespflegezentrums Freudenberg und Senioren des AWO-Ortsvereins Freudenberg in der Begegnungsstätte trafen. Die Begrüßung der „Hochzeitsgäste“ erfolgte durch den „Raben“ Bettina Schomers von der AWO-Kita. Nachdem die Drossel als Bräutigam, die Amsel als Braut, sowie die ganze Hochzeitsgesellschaft vorgestellt waren, sangen die als Vögel verkleideten Kinder mit den Senioren das Lied „Ein Vogel wollte Hochzeit machen“. Im Anschluss daran wurde von den Kindern das Lied „Dumdidä“ vorgetragen. Gemeinsam mit den Senioren wurde das Lied „Es klappt die Mühle am rauschenden Bach“ gesungen.

Musikalisch begleitet wurden alle Lieder von Friedhelm Bäumer mit seinem Akkordeon. Anschließend wurde bei Kaffee, Kakao und Kuchen gemeinsam geplaudert. Berührungsgängste vor älteren Menschen hatten die Drei- bis Sechsjährigen dabei nicht, denn einer der Schwerpunkte des Kindergartens liegt in der Mehrgenerationenarbeit. „Durch die guten Kontakte zum Tagespflegezentrum gehen die Kinder offen mit älteren Menschen um“, berichtete Uschi Schmidt von der AWO-Kita als Leiterin des Projektes.

„Aufgrund unserer Kooperation mit dem Kindergarten finden gegenseitige Besuche statt. Unsere Tagespflegegäste freuen sich auf die Kinder, weil die eigenen Enkelkinder häufig weit weg wohnen“, erklärt Petra Rustige, die die Tagespflegegäste zu dem Generationennachmittag begleitet hat. Horst Uebach, Vorsitzender der AWO Freudenberg, zeigte sich wieder einmal von dem gelungenen Nachmittag begeistert.

Mit Blick auf die Altersspanne der Anwesenden bemerkte er: „Wir haben heute vier Generationen zusammen: Kinder, Eltern, Großeltern, Urgroßeltern.“ Mit gemeinsamen Spielen und einem Schlusslied klangen die Begegnungsstunden aus. Alle waren sich schließlich einig: „Es war ein ganz toller Nachmittag für Jung und Alt.“ Am 7. Oktober wird das Projekt wiederholt.



## Pflege und Beratung Wenn der Druck zu groß wird – Dekubitusprophylaxe

### Was ist ein Dekubitus?

Bei einem Dekubitus handelt es sich zunächst um eine Schädigung der Haut. Der Begriff Dekubitus leitet sich von dem lateinischen Begriff decumbere (= sich niederlegen) ab und meint im übertragenen medizinisch-pflegerischen Sinn: „das Sich durchliegen des Betroffenen bei mangelhafter Gewebsernährung“.

Dekubitalulkus oder Druckgeschwür genannt (Mehrzahl: Dekubiti, Dekubitalulzera), ist eine chronische Wunde, die sehr unterschiedliche Größen erreicht und von den oberflächlichen Hautschichten über die tiefer liegenden Bindegewebsschichten bis hin zum Knochen reichen kann.

Unter dem Begriff der Dekubitusprophylaxe fasst man alle Maßnahmen zur Vorbeugung eines Dekubitus zusammen. Die Dekubitusprophylaxe ist dann erfolgreich, wenn die Entstehung eines Dekubitus verhindert oder auf ein Minimum reduziert wird.

### Warum entsteht ein Dekubitus?

Bei der Entstehung der Wundfläche kommen unterschiedliche Faktoren zusammen: der Zustand der Haut, der Allgemeinzustand und die Mobilität (Beweglichkeit) des Patienten und zusätzlich Reibung, Scherkräfte und Druck, die auf die Haut einwirken.

Reibung bedeutet, dass sich zwei Oberflächen gegeneinander bewegen. Dies kann bei einer schlechten Hebetechnik passieren, zum Beispiel wenn ein komplett gelähmter Patient aus dem Bett gehoben wird.

Scherkräfte entstehen, wenn Druck und Bewegung zusammenwirken, beispielsweise wenn jemand, der sich selber nicht aufrichten kann, im Bett oder Stuhl nach unten gleitet.

Ohne Druck kein Dekubitus! Wenn auf bestimmten Körperstellen über zu lange Zeit

zu viel Gewicht lastet, werden die Haut und das darunter liegende Gewebe „gedrückt“. Dadurch kann das Blut in diesem Bereich nicht mehr ausreichend zirkulieren, das Gewebe wird nur noch unzureichend mit Sauerstoff versorgt und stirbt langsam ab.

Merken Sie sich vor allem das Frühzeichen: bleibende Rötung, die auch nach Druckentlastung nicht verschwindet! Obwohl es oft keine oder nur wenig Beschwerden macht, kann sich daraus eine tiefe Wunde entwickeln.

### Risikofaktoren

- Wenn die Haut durch **langes Liegen**, Gipsverbände oder andere medizinische Hilfsmittel großem Druck ausgesetzt ist, sollte sie auf jeden Fall täglich begutachtet werden. Nur so können die ersten Anzeichen eines Dekubitus frühzeitig erkannt und eine tiefere Wunde verhindert werden.
- **Durchblutung**  
Besonders durch einen Dekubitus gefährdet sind alte und immobile Menschen. Wenn Patienten an örtlichen oder allgemeinen Durchblutungsstörungen leiden (gemeint sind zum Beispiel Herzschwäche, Durchblutungsstörungen der Beine, zu niedriger Blutdruck u.a.), vergrößert ihr persönliches Risiko..
- **Feuchte Haut** durch Inkontinenz, starkes Schwitzen, mangelnde Körperhygiene begünstigt die Entstehung eines Dekubitus.
- Auch Patienten, die bereits einen **Dekubitus haben oder hatten**, unterliegen einem höheren Risiko für weitere Druckgeschwüre.
- **Lebensalter**  
Das Lebensalter spielt eine bedeutende Rolle. Untersuchungen haben gezeigt, dass Menschen, die über 65 Jahre alt sind oder kleine Kinder unter 5 Jahren schneller einen Dekubitus entwickeln.

### Welche Körperstellen sind besonders gefährdet?

Generell sind besonders die Körperstellen gefährdet, an denen die Haut direkt über dem Kochen liegt. Besonders sorgfältig und regelmäßig sollten folgende Stellen begutachtet werden:

- sehr häufig: Gesäß, Fersen, Wirbelsäule, Beckenknochen, Ellenbogen
- seltener: Hinterkopf, Ohr, Schulterblätter, Fußknöchel

Auch an Körperstellen, die bei Alltagsaktivitäten besonders belastet werden - zum Beispiel die Hände eines Rollstuhlfahrers - können sich manchmal Druckgeschwüre entwickeln (meistens entstehen aber eher Blasen).

### Maßnahmen die helfen

- Bewegung ist die beste Prophylaxe!
- Hautpflege
- Ausreichende Trinkmenge (mindestens 1500 ml pro Tag)
- Eiweiß- und vitaminreiche Nahrung
- Rechtzeitige Toilettengänge bzw. Vorlagenwechsel
- Einsatz technischer Hilfsmittel (z.B. Wechseldruckmatratze)
- regelmäßiger Informativ- und Austausch mit uns

### Ungeeignete Hilfsmittel

- Mit Wasser gefüllte Kissen oder Schläuche
- Synthetische oder echte Schaffelle
- Ringkissen
- Kühlen mit Eis und das Trocknen der Haut mit dem Fön

*Quelle: Landesverband freie ambulante Krankenpflege NRW e.V., Universität Witten Herdecke*

## Wir helfen Ihnen...

Wünschen Sie mehr Informationen über die Themen in dieser Ausgabe oder über dieses Unternehmen? Gerne senden wir Ihnen weiteres Informationsmaterial zu.

## Kontakt

- **Herausgeber**  
**Pflege aus einer Hand gGmbH**  
**Bahnhofstr. 46, 57258 Freudenberg**
- **Telefon: 0 27 34/4 75 00 • Telefax: 0 27 34/4 75 10**
- **info@pflege-aus-einer-hand.de • www.pflege-aus-einer-hand.de**
- **Fotos by: Oliver Mohr (S. 1), Wolfgang Dirscherl (S. 2), pixelio.de**