Lohmann & Rauscher

PflegeLeicht

Informationen rund um die ambulante Pflege.

01 | 2016

Lecker in den Sommer.
Seite 6 und 7

www.Lohmann-Rauscher.com

Liebe Leserinnen und Leser,

grüne Smoothies – das sind echte Vitamin- und Nährstoffbomben. Und lecker sind sie außerdem. **Wie man Smoothies mixt, was sie bringen und ein leckeres Rezept finden Sie ab Seite 6.**

Ein Thema, das uns am Herzen liegt: Hygiene und Keime. Denn mit beidem hat man ja auch in der ambulanten Pflege immer wieder zu tun. Mehr dazu ab Seite 4.

Dance the night away – das war Ende der 70er ein großer Hit. Dass Tanzen aber nicht nur Spaß macht, sondern auch gegen Demenz helfen kann, ist erstaunlich. **Einen Artikel darüber finden Sie auf der Seite 10 und 11.**

Eine Neuerung in dieser „PflegeLeicht“: Wir haben uns vom Cartoon verabschiedet und bieten Ihnen stattdessen aktuelle Zahlen rund um die Pflege. **Sehen Sie sich das an – auf Seite 16!**

Und natürlich haben Sie auch dieses Mal wieder die Chance, zu gewinnen. Nämlich ein wunderschönes Oilily Beauty Case. **Wie Sie gewinnen können? Das erfahren Sie auf Seite 14.**

Ihr Redaktionsteam von PflegeLeicht

Impressum:
PflegeLeicht – die Pflegeinfo von Lohmann & Rauscher
Herausgeber:
Lohmann & Rauscher GmbH & Co. KG
Westerwaldstraße 4 · D-56579 Rengsdorf
Telefon: 02634 99-0 · www.lohmann-rauscher.de
Redaktion und inhaltliche Verantwortung:
das L&R Redaktionsteam
Konzeption, Text und Gestaltung:
eberle & wollweber COMMUNICATIONS GmbH · www.euw.de
© 2016. Alle Rechte vorbehalten.

Inhaltsverzeichnis

Schneller Leistungsüberblick	3
Suprasorb® P + PHMB – wir haben etwas gegen Keime	4
Mit Powerdrinks fit für den Sommer	6
Kompressionstherapie als Teamwork	8
Tanzen gegen Demenz	10
Pflege geht uns alle an	12
Rätsel und Gewinnspiel	14
Interessante Termine 2016	15
Zahlen, Daten, Fakten – auf einen Blick …	16

Wir gratulieren den Gewinnern unseres letzten Gewinnspiels zu je einem Buch „Hilfe für Helfer“

Ambulanter Pflegedienst
Carmen Jürgensen
36341 Lauterbach

Mediana Mobil GmbH
Hartmut A. Schwab
36043 Fulda

AKF Ambulante Krankenpflege
44805 Bochum

Häusliche Krankenpflege
Regine Schmeiche
02699 Neschwitz

Herzlichen Glückwunsch!

Schneller Leistungsüberblick.

Knapp zwei Millionen Menschen werden hierzulande durch ambulante Pflegekräfte versorgt. Und immer wenn Angehörige oder Pflegebedürftige mit diesem Thema in Kontakt kommen, stellen sich ähnliche Fragen: Was steht uns zu? Wie werden wir unterstützt? Welche Hilfeleistungen gibt es?

Als Pflegeprofi ist man für Angehörige und Patienten ein wichtiger Ansprechpartner. Aber leider fehlt im Alltag immer wieder die Zeit, um Fragen wie die oben genannten eingehend zu beantworten. Hier kommt der „Pflegeleistungs-Helfer“ des Bundesministeriums für Gesundheit ins Spiel. Denn er klärt auf und vermittelt fundierte Informationen.

Schlauer mit nur ein paar Klicks

Zu finden ist der neue „Pflegeleistungs-Helfer“ auf der Website des Bundesministeriums unter dem Punkt Service. Und hat man ihn einmal aufgerufen, ist man fast schon so weit: Ein einfaches Formular bietet viele schnell verständliche Auswahlkriterien. Sie entsprechen der konkreten Pflegesituation und führen zielsicher zu nützlichen Infos. So findet man in maximal zehn Minuten heraus, was wirklich Sache ist. Und welche Leistungen einem zustehen.

Broschüren, Hotline und mehr

Laut dem Bundesministerium ist der „Pflegeleistungs-Helfer“ dafür da, eine erste Orientierung zu geben. Das heißt: Die Berechnung von konkreten Ansprüchen ist auf der Internetseite nur begrenzt möglich. Dafür muss man sich, wie auch bisher, an die Kostenträger wenden. Dennoch vermittelt die Website weiterführende Angebote. Ein Beispiel dafür ist das Bürgertelefon. Ein anderes sind die Broschüren, die man auf der Internetseite herunterladen kann. Sie informieren über die Änderungen in den Pflegestärkungsgesetzen ebenso wie über das Thema „häusliche Pflege“. All das sind Hilfestellungen, die wirklich weiterbringen.

Übrigens: Der Onlineauftritt des Bundesministeriums bietet auch viel Wissenswertes für Pflegeprofis. Ein Besuch auf www.bundesgesundheitsministerium.de lohnt sich also auch, wenn Sie sich selbst über Pflegethemen auf dem Laufenden halten wollen. ■

Suprasorb® P + PHMB
Wir haben etwas gegen Keime.

Forscher haben herausgefunden, dass auf unserem Körper und in uns etwa 10.000 verschiedene Keimarten leben. Doch nicht alle Bakterien und Viren sind schädlich für den menschlichen Organismus. Ein Beispiel für nützliche Keime sind Bakterien, die unseren Darm besiedeln und die uns bei der Nahrungsverarbeitung unterstützen. Andere Keime wiederum bergen Gefahren in sich. Allen voran sind hier multiresistente Keime zu nennen. Denn sie führen in Kliniken und in der Pflege immer öfter zu Problemen.

Keime können uns dabei helfen, gesund zu bleiben. Sie schützen uns vor Krankheiten, halten unser Immunsystem fit und mehr. Erst bei einer gesundheitlichen Verschlechterung, die zu einer Störung des Immunsystems führt, können Bakterien zu einem Problem werden.

Neu, hocheffektiv und antimikrobiell wirksam gegen Keime. Suprasorb P + PHMB bekämpft Keime schnell.

Antimikrobiell in einer neuen Dimension

Moderne Wundversorgungsprodukte helfen Ihnen in der Praxis, infizierte oder infektgefährdete Wunden richtig zu versorgen. Auf diesem Gebiet haben sich Wundversorgungsprodukte mit antimikrobiellen Wirkstoffen vielfach bewährt. Ganz aktuell bietet Ihnen L&R mit Suprasorb P + PHMB Schaumverband aber ein neues, noch effektiveres Wundversorgungsprodukt. Denn dieser Verband wirkt nicht nur schnell, sondern auch besonders gründlich gegen Bakterien in Wunden.

Schneller und effektiver

Suprasorb P + PHMB wurde an vielen Bakterienkulturen getestet. Ein Beispiel dafür ist Pseudomonas aeruginosa. Dieses Bakterium ist einer der am häufigsten vorkommenden Krankenhaus-Keime. Er liebt feuchtes Milieu – etwa in Bädern oder Waschbecken, Toiletten, Spülmaschinen und Co. Mit Hygienemaßnahmen kann man ihn zwar bekämpfen. Dennoch besiedelt Pseudomonas aeruginosa immer wieder Wunden und führt, wie auch andere Keime, zu akuten oder chronischen Infektionen. Bei der Behandlung solcher Wunden unterstützt Sie Suprasorb P + PHMB effektiv. Denn dieser Verband wirkt antimikrobiell und reduziert die Keimbelastung um 99,99 Prozent – in nur sechs Stunden! Ein weiterer Vorteil, den Sie mit Suprasorb P + PHMB genießen: Dieses hochwertige Wundversorgungsprodukt schützt vor einer Rekolonialisierung der Wunde durch Keime.

Exsudat im Griff

Wunden frei von Keimen zu halten, ist entscheidend für den Heilungsverlauf. Ein Faktor, der hier eine große Rolle spielt: das Wundheilungsmilieu. Auch hier ist Suprasorb P + PHMB Ihr starker Partner. Denn dieser Verband zeichnet sich durch exzellente Exsudataufnahme und ein bestechend gutes Exsudatmanagement aus. Zudem ist dieser Verband auch unter Kompression einsetzbar.

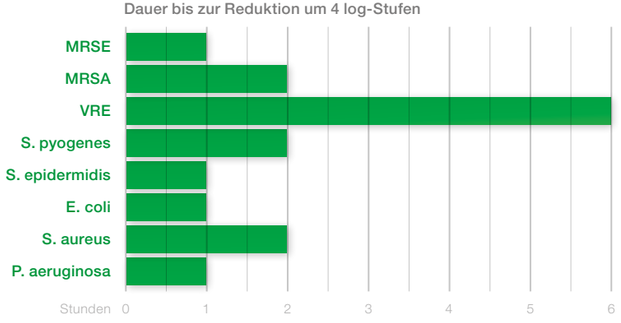
Lange Wechselintervalle möglich

Ein zusätzliches Plus mit Suprasorb P + PHMB: Je nach Wundsituation kann dieser Verband bis zu sieben Tage auf der Wunde verbleiben. Dieses lange Wechselintervall macht Suprasorb P + PHMB zu einem besonders wirtschaftlichen und zeitsparenden Produkt für die Versorgung von infizierten oder infektgefährdeten Wunden. ■

Suprasorb® P + PHMB überzeugt mit breiter, hocheffektiver antimikrobieller Wirksamkeit

- hocheffektiv gegen grampositive und gramnegative Bakterien
- reduziert das Risiko einer Rekolonialisierung

Suprasorb P + PHMB – wirkt auch gegen MRSA und VRE.



Mit Powerdrinks
fit für den Sommer.

Smoothies sind im wahrsten Sinn des Wortes in aller Munde. Man findet sie in praktisch jedem Kühlregal – und sie erfreuen die Gaumen von Genießern mit verschiedensten Aromen. Der letzte Schrei sind immer noch grüne Smoothies. Sie versprechen Vitamine satt und sind ein Powerdrink für jeden Tag.

Kaufen oder selber machen? Diese Frage stellt sich so gut wie jeder Smoothie-Fan am Anfang seiner „Karriere“. Schon ein guter Pürierstab reicht, um schmackhafte Smoothies selbst zu kreieren. Echte Fans greifen aber lieber auf spezielle Mixer zurück. Der Grund dafür: Diese Smoothie-Makers drehen höher, zerkleinern Zutaten feiner und machen – darauf schwören die Fans dieser Geräte – Vitamine leichter zugänglich. Denn sie brechen die Zellstruktur des Blattgrüns auf und geben Vitamine frei, die wir durch einfaches Kauen nicht erschließen könnten. Ein weiterer Vorteil eines guten Smoothie-Mixers: Durch die feinere Zerkleinerung lässt sich das Blattgrün leichter verdauen.

Zutaten leicht gefunden

Aber was gehört wirklich in einen grünen Smoothie? Ganz einfach: das, was Ihnen schmeckt. Dabei reicht die Palette der grünen Leckereien von Brennnesseln über Lindenblätter, Spinat und Löwenzahn bis hin zu Feldsalat, Mangold und Rucola. Ein Schuss Wasser darf in keinem Smoothie fehlen. Ebenso wie frisches Obst. Denn es verleiht dem Smoothie einen fruchtigen und süßeren Geschmack. Außerdem überdeckt es die gesunden Bitterstoffe der grünen Zutaten. 50 Prozent Obstanteil sind unter Fans der grünen Smoothies durchaus üblich. Und wer es mag, kann den Geschmack mit frischen Gewürzen perfektionieren.

Welche Vitamine?

In frischen Blättern stecken nicht nur Vitamine. Auch Mineralien und Antioxidantien, Spurenelemente und Aminosäuren sind darin enthalten. Eine spezielle Zutat ist das Blattgrün selbst. Dieses Chlorophyll hat den Ruf, die Wundheilung zu fördern, den Darm zu reinigen, Entzündungen entgegenzuwirken und Körpergerüche zu neutralisieren. Welche „Lebensstoffe“ in einem Smoothie sind, hängt von den Zutaten ab. Ein Beispiel: die Brunnenkresse. Sie enthält Vitamin A, B_1, B_2 und B_3, Vitamin C, Calcium, Natrium, Eisen, Phosphor und Kalium. Nicht schlecht für so ein „unscheinbares Gemüse“.

Frisch oder Pulver?

Ganz neu sind Smoothie-Pulver. Sie versprechen das gleiche Geschmackserlebnis sowie eine fast ebenso große Menge an Vitaminen und Nährstoffen wie frische Smoothies. Ob sie eine echte Alternative sind, muss wohl jeder für sich entscheiden. Wer die schnelle und einfache Lösung will, ist damit gut beraten. Doch es ist ja nicht nur der Trinkgenuss, der Smoothies zu etwas Besonderem macht. Auch das Experimentieren mit Zutaten ist etwas, das Smoothie-Fans begeistert. ■

Rezept-Tipp: Avocado King Smoothie

Dieser Smoothie ist in nur sieben Minuten gemacht. Und lecker ist er obendrein. Probieren Sie es aus! Und genießen Sie Vitamine und Co. von ihrer schmackhaftesten Seite!

Das brauchen Sie:
eine Avocado, eine Banane, eine Kiwi, eine Birne, einen grünen Apfel und einen Bund Rucola; dazu eine Gurke und etwa einen halben Liter Wasser.

So wird’s gemacht:
Waschen Sie die Zutaten und entfernen Sie die Schale von Avocado, Banane und Kiwi. Legen Sie die Banane zur Seite und mixen Sie alle anderen Zutaten gut durch. Die Banane kommt am Schluss dazu und wird kurz mitpüriert. Danach können Sie den Smoothie direkt genießen.

Spezialtipp: Mit einem Schuss Zitronensaft verhindern Sie, dass der Saft zu schnell braun wird.

Kompressionstherapie
als Teamwork.

Bei der Behandlung des Ulcus cruris venosum ist neben der sanften Reinigung des Wundbettes und der adäquaten Wundbehandlung auch die Kompressionstherapie ein wichtiger Bestandteil der Versorgung der Patienten. Für all diese Bereiche stellen wir Ihnen eine Vielzahl an Produkten zur Verfügung. Damit fällt Ihnen die Therapie des Ulcus cruris venosum nicht nur leichter, sie ist auch sicherer und geht Ihnen im Alltag schneller von der Hand.

Etwa 1,2 Millionen Menschen sind in Deutschland von Ulcus cruris venosum betroffen. Verursacht wird es meist durch eine chronische venöse Insuffizienz. Diese zu behandeln, ist oft der Schlüssel zur erfolgreichen Therapie des Ulcus cruris. Denn eine fachgerechte und konsequente Kompression führt in ca. 70 Prozent der Fälle innerhalb von drei Monaten zum Ulcus-Verschluss. Für eine schnelle und sichere Kompression bieten wir Ihnen Rosidal TCS – unser Zwei-Komponenten-Kompressionssystem. Dieses leistet schon für sich genommen Außerordentliches, doch im Zusammenspiel mit unseren Wundversorgungs- und Debridementprodukten entsteht noch mehr Wirkung im System.

Schnelles und schmerzfreies Debridement

Das Wundbett sanft zu reinigen, schafft eine wichtige Basis für einen erfolgreichen Heilungsprozess. Debrisoft können Sie mit handelsüblichen Wundreinigungsmitteln einsetzen. Sanfter Druck und abgeschrägte Faserspitzen entfernen Debris, Exsudat, Schuppen und Keratosen sanft, schmerzarm und gründlich. Dabei werden neu eingewachsenes Granulationsgewebe und Epithelzellen geschont.

Der richtige Wundverband

Infiziert, infektgefährdet oder nicht, schwach, mittel oder stark exsudierend, oberflächlich oder tief … jede Wunde ist anders. Daher bietet Ihnen L&R eine Vielzahl an Wundfüllern und Wundabdeckungen. All diese Primär- und Sekundärverbände weisen spezielle, auf Wundart und Wundzustand abgestimmte Eigenschaften auf. Ein Beispiel für einen Wundfüller ist Suprasorb Liquacel. Dieser hydroaktive Faserverband bildet in Kontakt mit dem Wundexsudat ein kohäsives Gel. Dieses füllt das Wundbett aus, ohne mit der Wunde zu verkleben. Es schließt Exsudat, Debris sowie Bakterien ein und leitet sie an den Sekundärverband weiter. So entsteht ein positives Wundheilungsmilieu. Und da Suprasorb Liquacel einfach zu entfernen ist, reduziert sich auch das Risiko von Sekundärtraumata beim Verbandwechsel. Welche Wunde Sie mit welchem L&R Produkt versorgen können, darüber können Sie sich auf der Internetseite www.lohmann-rauscher.de informieren.

Kompression leicht gemacht

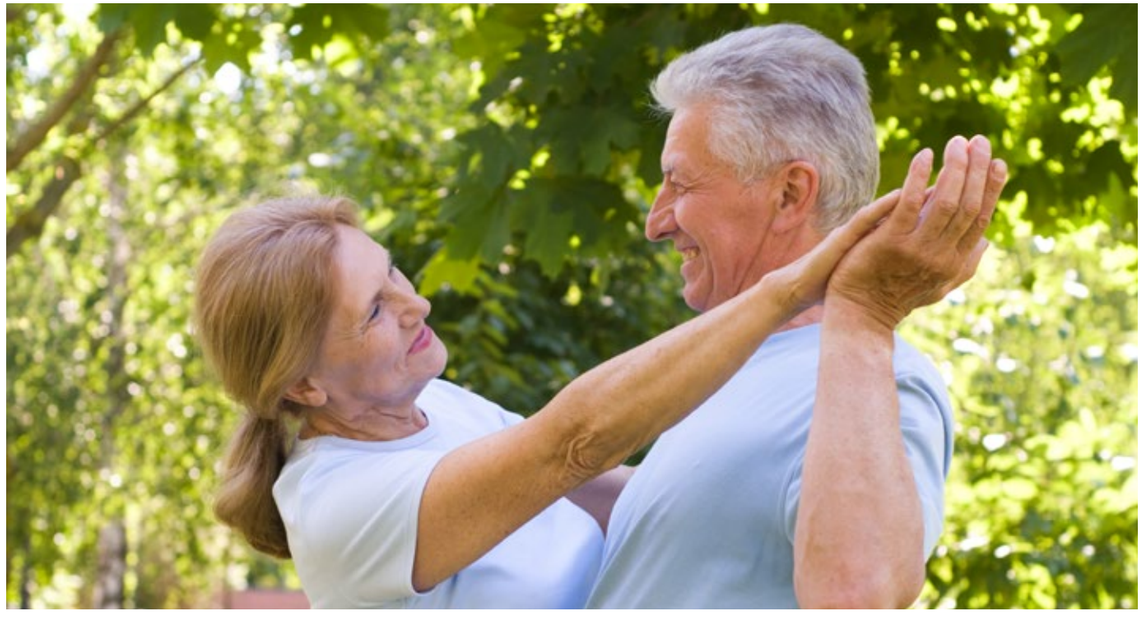
Der richtige Druck entscheidet … Daher bietet Ihnen L&R für die Kompressionstherapie exzellente Produkte, zum Beispiel Rosidal TCS. Dieses Zwei-Komponenten-Kompressionssystem verbindet die Vorteile einer polsternden Kompressionsbinde (Rosidal SC – Soft Compression) mit den Eigenschaften einer kohäsiven Kurzzug-Kompressionsbinde (Rosidal CC – Cohesive Compression). Beide Komponenten sind latexfrei, für Allergiker geeignet und hautschonend. Das Safe-Loc-System ermöglicht bei Rosidal TCS ein schnelles und sicheres Anlegen unter vollem Zug – der therapeutische Arbeitsdruck bleibt über mehrere Tage erhalten (bis zu sieben Tage). Rosidal TCS trägt kaum auf, passt in fast jeden Schuh und reduziert die Rutschneigung des Verbandes. Mehr Details dazu finden Sie auf unserer Internetseite www.lohmann-rauscher.de ■

TRIED & TESTED SAFE-LOC SYSTEM

Dank des Safe-Loc-Systems lässt sich Rosidal TCS einfach unter vollem Zug anlegen.

Tanzen
gegen Demenz.

Indirekt betrifft Demenz uns alle. Schon deshalb, weil der Altersdurchschnitt unserer Gesellschaft steigt. Damit vergrößert sich auch die Zahl der Menschen mit Demenz. Es ist also kein Wunder, dass vielerorts an neuen Therapieformen geforscht wird. Neue Medikamente werden entwickelt. Aber auch alternative Therapieformen finden immer mehr Beachtung.



Auf den ersten Blick könnte man meinen, dass Demenz eine reine „Kopfsache“ sei. Schließlich sind es ja neurologische Probleme, die sie verursachen. Mit Demenz gehen in vielen Fällen aber auch motorische Störungen einher. Zum Beispiel kann sich der Gang von Patienten verändern.

Besonders augenfällig sind diese Probleme bei Parkinson. Hier sind kognitive Bereiche ebenso betroffen wie die Motorik. Mit Fortschreiten der Krankheit können Patienten ihre Bewegungsimpulse nicht mehr richtig steuern. Das führt zu den bekannten äußerlichen Symptomen von Parkinson.

Klassische Therapie

Manche traditionelle Therapien konzentrieren sich darauf, die neurologischen Probleme der Demenz in den Griff zu bekommen. Immer wieder stoßen wir auf Berichte über Medikamente, die Pharmafirmen entwickeln. Zum Beispiel auf Impfungen gegen Parkinson, die es in Zukunft geben soll. Andere Pharmaka wollen neurologische Defizite direkt im Hirn behandeln. Solche Ansätze sind vielversprechend und wichtig. Ergänzend dazu freut sich aber auch die Bewegungstherapie über regen Zulauf. Denn gezieltes Bewegungstraining oder Tanz können helfen, den Auswirkungen von Demenz entgegenzuwirken.

Spaß und Gemeinschaft

Tanzen ist gut für die Seele. Mit anderen Worten: Es macht Spaß, verbessert die Stimmung und macht glücklich. Um das zu beweisen, braucht man gar keine Forschung. Es ist eine Tatsache, die wir alle wohl schon oft erlebt haben. Im Fall der Tanztherapie ist diese Prise Lebensfreude positiv zu sehen. Tanzen kann aber noch mehr: Es trainiert zum Beispiel das Herz-Kreislauf-System. Und es fördert die Kommunikation. Denn in der Regel tanzt man ja nicht alleine, sondern in Gesellschaft. Man erlebt sich gemeinsam mit anderen und hat Freude an der Gesellschaft und am eigenen Leben.

Motorik trainieren

Dass beim Tanzen das Training der Motorik nicht zu kurz kommt, liegt auf der Hand. Dabei geht es nicht darum, komplexe Schrittfolgen zu lernen. Auch Fitness im herkömmlichen Sinn steht nicht an erster Stelle. Vielmehr ist Bewegung das Ziel. In Tanz-Therapiegruppen macht jeder nur mit, wie lange er kann. Wer müde wird, setzt sich einfach hin – und tanzt, wenn er will, im Sitzen weiter. Das klingt vielleicht albern. Ist es aber nicht. Denn es gibt sogar spezielle Therapiegruppen, die im Sitzen tanzen. Auch hier entstehen positive Effekte. Schließlich hilft jede noch so kleine Bewegung, die Koordination zu fördern und motorische Fähigkeiten zu erhalten oder sie wieder zu erweitern.

Der Kopf profitiert

Besonders beachtlich ist, dass Tanzen auch die kognitiven Möglichkeiten von Menschen mit Demenz fördert. So haben Forscher festgestellt, dass die Gedächtnisleistung von Patienten nach dem Tanzen besser ist. Das ist übrigens eine Erkenntnis, die nicht nur in der Demenzforschung eine Rolle spielt. Auch Lerntherapeuten greifen gerne auf diesen „Trick“ zurück. Tanz oder Bewegung sind etwa in der Kombinationstherapie von ADHS ein wichtiger Bestandteil. Auch hier hat sich herausgestellt, dass sich die meist jungen Patienten nach einer Bewegungsphase besser konzentrieren können. Das hilft beim Lernen und Arbeiten enorm.

Prävention durch Bewegung

Tanz dient übrigens nicht nur der Therapie. Er wirkt, so legen neue Erkenntnisse nahe, auch präventiv gegen Demenz. Hier gilt wohl das alte Sprichwort: Wer rastet, der rostet. Und was könnte schöner sein als Prävention, die so viel Freude macht wie Tanzen? ■

Pflege
geht uns alle an!

„Ich bin ein Leistungsfaktor und kein Kostenfaktor“, „Ich sorge für Würde im Alter“, „Ich setze mein Wissen ein, aber nicht zum Dumpinglohn“ – mit Botschaften wie diesen machte der Deutsche Berufsverband für Pflegekräfte, kurz DBfK, im vergangenen Jahr auf die Situation in der Pflege aufmerksam. Diese Aktion nannte sich „Manifest der Pflegeberufe“. Sie sollte den Handlungsbedarf in der Pflege aufzeigen sowie die Leistungen der Pflegekräfte würdigen. Etwas Ähnliches leistet auch die aktuelle Aktion „Mein Recht auf Frei“ des DBfK.

Die Zahl der ausgebildeten Pflegekräfte in Deutschland ist enorm: Es sind beinahe 900.000 – wenn man nur die zählt, die eine mindestens dreijährige pflegerische Ausbildung absolviert haben. Hinzu kommen viele Tausend Freiwillige und Hilfskräfte, die in der Pflege mit anpacken. Jeder Einzelne von ihnen setzt sich ein, er bringt sein Wissen ein und auch seine Menschlichkeit. Und alle gemeinsam sorgen dafür, dass Menschen zu Hause oder in Heimen in Würde altern können, dass sie sich in der Rehabilitation gut erholen oder auf Kinderstationen gut ins Leben starten. Diese Leistungen müssen, so die Aktion „Manifest der Pflegeberufe“, gewürdigt werden. Ja mehr noch: Es geht um gerechte Entlohnung, faire Arbeitszeiten und die Attraktivität des Pflegeberufes.

Zukunft der Pflege

Wirft man einen Blick in die Zukunft, wird deutlich: Auf die Pflege kommen echte Herausforderungen zu. Der Altersdurchschnitt in Deutschland steigt. Damit erhöht sich natürlich auch der Pflegebedarf. Bis 2020 rechnet man mit einer Zunahme um 13 Prozent, bis 2050 sogar um 72 Prozent. Das besagt eine Studie des Bundesministeriums für Gesundheit und des BKK Bundesverbands aus dem April 2013. Vor diesem Hintergrund ist klar, dass wir in Zukunft noch mehr Pflegeprofis brauchen werden.

Pflege attraktiv machen

Ein Schritt, der dazu führen soll, dass sich Menschen in der Pflege verwirklichen wollen: Die Attraktivität des Pflegeberufes soll steigen. Das beginnt damit, dass man das Ansehen der Pflegekräfte verbessern will. Und genau hier stzte die Aktion des DBfK an. Sie machte Pflegende zu Helden des Alltags – zu Leistungsträgern und Menschen, die wirklich etwas bewegen. Solche Aktionen alleine reichen aber nicht aus. Daher hat das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend mit Partnern aus dem Bund, Ländern und Pflegeverbänden auch die „Ausbildungs- und Qualifikationsoffensive Altenpflege“ gestartet. Ihr Ziel ist es, die Ausbildung zu verbessern und Menschen die Pflege als „Jobmotor“ und Zukunftschance näherzubringen.

Arbeitsbedingungen verbessern

Jeder Pflegeprofi weiß: Wochenendarbeit und Arbeit an Feiertagen sind in diesem Beruf oft selbstverständlich. Nachtschichten gehören im stationären Bereich dazu, ebenso wie die Schichtarbeit. Das sind Faktoren, die auf Dauer anstrengen. Genau wie die körperlichen und psychischen Anforderungen, die man schultern muss. Kein Wunder also, dass Pflegekräfte in Deutschland meist nicht sehr lange in diesem Beruf tätig sind. In der Altenpflege arbeiten Menschen im Schnitt 8,4 Jahre, in der Krankenpflege sogar nur 7,5 Jahre. Auch das ist ein Thema, dem sich der DBfK annimmt. Nämlich mit der Aktion für 2016: „Mein Recht auf Frei“.

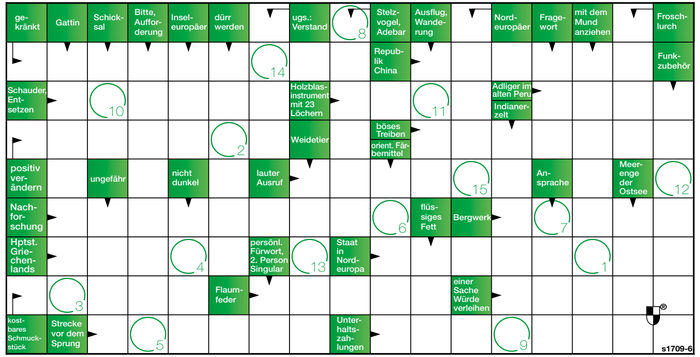
Erholungsräume schaffen

Mit der aktuellen Aktion „Mein Recht auf Frei“ widmet sich der DBfK den Themen Dienstplansicherheit und Pausen. Denn, so der Berufsverband: Aus geplanten Erholungsphasen werden in der Pflege immer wieder Stressphasen. Etwa wenn man im Urlaub doch für einen kranken Kollegen einspringen muss. – Das ist, so der Berufsverband, nicht nur anstrengend. Es ist auch schlecht für den Pflegeberuf. Denn der Mangel an Erholung macht diesen Job auf Dauer unattraktiv. Und bringt immer mehr Menschen dazu, sich gegen ihn zu entscheiden. ■

Mehr erfahren

Weitere Informationen zur aktuellen Aktion „Mein Recht auf Frei“ erhalten Sie auf der Internetseite des DBfK unter www.dbfk.de

Gute Unterhaltung
Rätseln und entspannen.



Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7		8	9	10	11	12	13	14	15

Nutzen Sie Ihre Gewinnchance!

Es ist blumig wie der Sommer und schön wie kaum ein anderes Accessoire: das Oilily Beauty Case. Und eines davon zu gewinnen, ist ganz einfach: Senden Sie uns das Fax auf der Rückseite oder eine E-Mail mit Kennwort BEAUTY an: gewinn@de.LRmed.com

Einsendeschluss: 30.06.2016

* Zur Teilnahme am Gewinnspiel senden Sie uns einfach die Faxantwort auf der Rückseite. Oder Sie senden uns eine E-Mail an: gewinn@de.LRmed.com Einsendeschluss ist der 30.06.2016. Eine Teilnahme am Gewinnspiel ist unabhängig von einer Anforderung von Informationsmaterial. Eine gleichzeitige Anforderung von Informationsmaterial hat keinen Einfluss auf die Gewinnchance. Die Gewinner werden per Los ermittelt und schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg sowie eine Barauszahlung sind ausgeschlossen. Mitarbeiter von Lohmann & Rauscher und ihre Angehörigen sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

Interessante
Termine 2016.

Jedes Jahr finden sich Mediziner und Pflegefachkräfte aus ganz Deutschland und aus den angrenzenden Nachbarstaaten zu Veranstaltungen und Kongressen zusammen. Dabei geht es um viel Wissenswertes rund um die Versorgung von Patienten. Und natürlich immer wieder auch um Themen, die für die Pflege relevant sind. Bei solchen Zusammenkünften werden Neuigkeiten vorgestellt und – vielleicht ebenso wichtig: Man kann sich unter Kollegen austauschen. Zwei solche Termine haben wir für Sie herausgesucht.

Das Motto des Kongresses ist „PATIENTEN • WUNDEN • RECHTE". Mit Sicherheit sind da viele spannende Vorträge, Themen und Workshops dabei. Mehr Informationen und das Programm im Detail finden Sie auf der Internetseite www.ewma2016.org

Palliativmedizin in Leipzig

Vom 7. bis 10. September findet in Leipzig der 11. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin statt. Ziel des Kongresses ist es, die berufsübergreifende Zusammenarbeit in der Palliativmedizin zu fördern. Um das zu erreichen, werden in Leipzig Vorträge gehalten und interessante Workshops angeboten. Eine Reise dorthin lohnt also. Nicht zuletzt wegen der vielen Sehenswürdigkeiten, die das „Kleine Paris" seinen Besuchern bietet. Hintergrundinformationen sind auf der Website des Kongresses unter www.palliativkongress.de einsehbar.

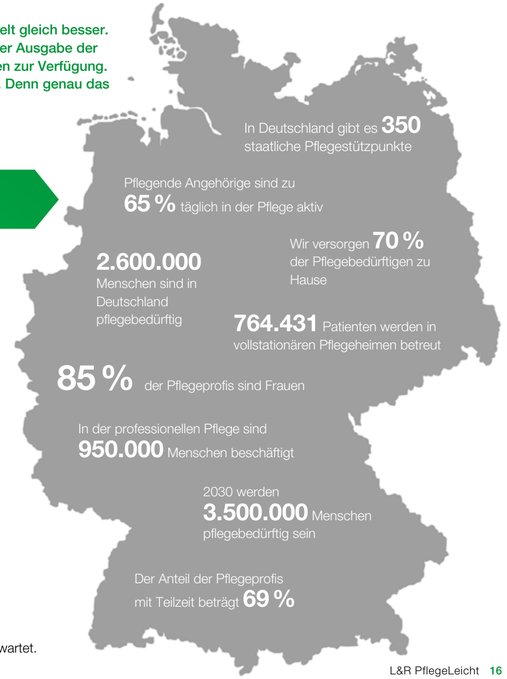
Lymphologie in Hof

Ebenfalls im September veranstaltet die Deutsche Gesellschaft für Lymphologie e. V. ihren 40. Jahreskongress. Im wunderschönen Hof in Bayern treffen sich dabei Fachleute und Menschen aus der Praxis, um dieses Thema von allen Seiten zu beleuchten. Wer sich dafür interessiert, sollte sich den 22. bis 24. September 2016 vormerken. Neben Fachveranstaltungen finden Sie dort auch eine klein, aber feine Fachausstellung – mit neuesten Produkten rund um lymphologische Behandlungen. Mehr Informationen erhalten Sie rechtzeitig unter www.lymphologie-kongress.de ■

Zahlen, Daten, Fakten
Auf einen Blick …

Wer die Fakten kennt, versteht die Welt gleich besser. Also stellen wir Ihnen ab sofort in jeder Ausgabe der PflegeLeicht ein paar markante Zahlen zur Verfügung. Natürlich rund um das Thema Pflege. Denn genau das treibt uns ja gemeinsam an!

Pflegelandschaft Deutschland*



* Zahlen aus der Pflegestatistik 2013, Quelle: www.bmg.bund. Die nächste Pflegestatistik wird im Lauf des Jahres erwartet.

Lohmann & Rauscher

Absender:

Lohmann & Rauscher GmbH & Co. KG
MI-KOM, Frau Petra Klein
Westerwaldstraße 4
56579 Rengsdorf

Faxantwort: 02634 922094

☐ Ja, ich nehme am Gewinnspiel teil:

Vorname/Name Straße/Nr. PLZ/Ort

5 x 1
Oilily Beauty Case
gewinnen!

Oder Teilnahme per E-Mail:
Kennwort BEAUTY an: gewinn@de.LRmed.com

Unter allen Einsendungen verlosen wir 5 x 1 Oilily Beauty Case.
Einsendeschluss ist der 30.06.2016. **Viel Glück!***

☐ Ja, ich möchte „PflegeLeicht“ künftig kostenlos zu Hause lesen:

Vorname/Name Straße/Nr. PLZ/Ort

Ja, ich bestelle die kostenlose Informationsbroschüre:

☐ Suprasorb P + PHMB

☐ Broschüre Lösungsanbieter Kompression

Ihre Daten werden für eigene Zwecke unter Beachtung des Bundesdatenschutzgesetzes (BDSG) gespeichert. Eine Weitergabe an Dritte findet nicht statt.
Mit der Angabe Ihrer Daten erteilen Sie die jederzeit widerrufliche Zustimmung zum Erhalt von Informationen von L&R.

Die neue **Pflege**Leicht ist da.
Viel Spaß beim Lesen!

■ Lohmann & Rauscher GmbH & Co. KG · Postfach 23 43 · D-56513 Neuwied

INFOPOST
Ein Service der Deutschen Post

Lohmann & Rauscher

2001057 0516 d

Suprasorb® P + PHMB NEU

Für infektgefährdete und infizierte Wunden.

- effektive antimikrobielle Wirksamkeit auch gegen multiresistente Keime
- schnelle und anhaltende Wirkung
- zuverlässiges Exsudatmanagement fördert die natürliche Wundheilung

www.Lohmann-Rauscher.com