

GESUNDHEIT UND PFLEGE

SENIOREN - FAMILIE - PFLEGE - ABSICHERUNG - GESUNDHEIT



Der Umgang mit Demenz

Aktivitäten fördern, Umgebung anpassen und Bedürfnisse berücksichtigen

Mama hat Demenz, wie können wir sie als Familie am besten unterstützen? Mit dem richtigen Umgang mit der Erkrankung kann man ihr Fortschreiten sogar herauszögern, wie es vom Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) heißt. Doch was genau sollten Angehörige am besten tun? Das ZQP gibt diese Tipps:

AKTIVITÄTEN FÖRDERN:

Ein Fotoalbum gestalten, ein Gesellschaftsspiel spielen, weiterhin zur Gymnastik gehen oder auch bloß das Geschirr spülen: Regelmäßige Aktivitäten helfen Menschen mit Demenz dabei, Selbstständigkeit zu erhalten. Und sie fördern auch die kognitiven Fähigkeiten, trainieren also das Gehirn.

Das Zentrum für Qualität in der Pflege rät Angehörigen daher: Erkrankte motivieren und unterstützen, im Alltag aktiv zu bleiben. Konkret kann das heißen: gemeinsam einen Wochenplan mit Aufgaben und Terminen zu erstellen oder etwas zu unternehmen, zum Beispiel einen kleinen Ausflug.

UMGEBUNG ANPASSEN

Eine Umgebung, die man kennt, schenkt Sicherheit und Orientierung: Das gilt für Menschen mit einer Demenz umso mehr. Angehörige sollten daher darauf verzichten, Möbel in der Wohnung des oder der Erkrankten umzustellen. Wichtige Gegenstände wie Brille, Telefon oder Geldbeutel sollten einen festen Platz haben, so ein Tipp des ZQP.

Damit sich Erkrankte in ihren vier Wänden nicht verirren oder verletzen, kann eine gute Beleuchtung helfen. Und: Gefährliche Gegenstände wie Putzmittel, Feuerzeuge oder scharfe Messer gehören an einen sicheren Ort, in einen abschließbaren Schrank etwa.

BEDÜRFNISSE BERÜCKSICHTIGEN

Starke Unruhe, Aggressivität, ständiges Rufen: Menschen mit einer Demenz zeigen manchmal Verhaltensweisen, die Angehörige herausfordern. Das ZQP rät, den



Regelmäßige Aktivitäten wie Gesellschaftsspiele fördern die kognitiven Fähigkeiten und unterstützen Menschen mit Demenz dabei, ihre Selbstständigkeit zu bewahren.

Foto: Sven Hoppe/dpa/dpa-mag

Ursachen für dieses Verhalten nachzugehen, also auf die Bedürfnisse dahinter zu blicken.

Denn manchmal gibt es dafür relativ einfache Erklärungen: zum Beispiel ein starker Bewegungsdrang, Langeweile oder auch

Angst vor Dunkelheit – Schrauben, an denen sich drehen lässt.

Dafür ist wichtig, sich über die Erkrankung und ihre Symptome zu informieren. „Dies kann zu einer besseren Akzeptanz von krankheitsbedingten Veränderungen

beitragen“, so Daniela Sulmann, ZQP-Pflegeexpertin. Rat bekommen Angehörige zum Beispiel im Zuge einer Pflegeberatung, bei Pflegefachkräften oder bei Fachärztinnen und -ärzten.

DPA

Auffrischung der Corona-Impfung

Auch für gesunde Menschen reduziert sich das Infektionsrisiko

Die Herbstzeit bringt nicht nur bunte Blätter, sondern auch mehr Atemwegsinfektionen – darunter auch Covid-19. Was ist in diesem Jahr anders als in den Jahren zuvor? Und: Wer sollte sich durch einen weiteren Piks schützen? Christoph Spinner, Infektiologe am Klinikum rechts der Isar der Technischen Universität München (TUM) ordnet die Lage ein.

ben. Dazu gehören alle Personen ab 60 Jahren, Bewohnerinnen und Bewohner von Pflegeeinrichtungen und alle ab sechs Monaten, die bestimmte Grunderkrankungen haben.

Die Impfung sollte am besten im Herbst mit variantenangepassten Impfstoffen erfolgen. So haben Risikopersonen den bestmöglichen Schutz, auch wenn die Zahl

Personen, die durch ihren Beruf ein erhöhtes Risiko haben, sich mit Corona zu infizieren. Also zum Beispiel Beschäftigte in medizinischen oder Pflegeeinrichtungen, die in direktem Kontakt mit Patienten und Bewohnern stehen.

Ein weiterer Piks ist laut Stiko-Empfehlung zudem sinnvoll für Familienangehörige und enge Kontaktpersonen von Menschen, bei denen eine schützende Immunreaktion durch die Covid-19-Impfung wahrscheinlich nicht erreicht werden kann.

Bei Menschen mit schwachem Immunsystem, bei denen die Impfung möglicherweise nicht ausreichend wirksam ist, können zusätzliche Impfungen in kürzeren Abständen sinnvoll sein. Das ist eine Entscheidung, die der behandelnde Arzt oder die behandelnde Ärztin trifft und dafür gegebenenfalls spezifische Antikörper bestimmt.

gen und auch die Frage der Kostenübernahme zu klären.“

Wie sieht's mit Kindern aus?

Nach Angaben der Stiko sind für gesunde Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren derzeit keine Covid-19-Impfungen erforderlich. Das gilt sowohl für Grund- als auf für Auffrischungsimpfungen. Die Stiko schreibt, dass es nach wie vor keine besonderen Sicherheitsbedenken gegen die Impfung von Kindern und Jugendlichen gebe. Dennoch können auch in dieser Altersgruppe mögliche unerwünschte Wirkungen wie Myokarditis, eine Entzündung des Herzmuskels, nicht mit absoluter Sicherheit ausgeschlossen werden.

Der Nutzen der Covid-19-Impfung für gesunde Kinder und Jugendliche ist laut Stiko jedoch ins-

gesamt gering, da sie in erster Linie schwere Infektionen und Krankenhausaufenthalte verhindern kann.

Die Krankheitsverläufe – einschließlich möglicher Langzeitfolgen – sind bei gesunden Kindern und Jugendlichen bei der Omikron-Variante aber überwiegend mild oder sogar asymptomatisch.

Macht es Sinn, sich in der Infektionszeit wieder mit anderen Maßnahmen zu schützen?

Um das Risiko einer Ansteckung in bestimmten Situationen zu verringern, etwa in großen Menschenmengen oder in öffentlichen Verkehrsmitteln, kann das Tragen einer Maske sinnvoll sein.

„Das Risiko wird dadurch jedoch nicht auf Null reduziert“, so Christoph Spinner. Aber: „In der Regel infiziert man sich in Situationen ohne Maske.“

DPA



Eine Auffrischungsimpfung reduziert das Infektionsrisiko auch bei gesunden Menschen um die Hälfte.

Foto: Benjamin Nolte/dpa-mag

Wie ist die aktuelle Corona-Situation?

„Die Verbreitung des Virus verläuft heute saisonal und endemisch“, erklärt Spinner. Das heißt: Im Herbst und Winter nimmt die Zahl der Menschen, die an Atemwegsinfektionen erkranken, in der Regel zu. So lässt sich auch gegenwärtig ein leichter Anstieg der Ansteckungen verzeichnen. Spinner betont: „Dies ist allerdings nicht beunruhigend und zu dieser Jahreszeit normal.“

Derzeit gibt es keinen relevanten Anstieg der Krankenhauseinweisungen aufgrund schwerer Atemwegsinfektionen. Angesichts der Verfügbarkeit von Covid-19- und des Grippeimpfstoffs ist es nach Einschätzung des Infektiologen jetzt der richtige Zeitpunkt, sich impfen zu lassen – wenn man denn zusätzlichen Schutz für die kommende Infektionssaison braucht.

Für wen gilt gerade eine Impfpflicht?

Die Ständige Impfkommission (Stiko) empfiehlt zusätzlich zur Grundimmunität weitere Auffrischungsimpfungen für Personen, die ein erhöhtes Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf ha-

der Infektionen im Herbst und Winter zunimmt. Der Abstand zur letzten Impfung oder Infektion sollte bei mindestens 12 Monaten liegen.

Ebenfalls weitere Auffrischungsimpfungen empfiehlt die Stiko

Was ist, wenn ich nicht unter die Empfehlung falle?

Infektiologe Spinner rät, sich mit dieser Frage an den Arzt oder die Ärztin zu wenden. „Für Personen, für die es derzeit keine Stiko-Empfehlung gibt, ist eine individuelle Beratung durch einen Arzt notwendig, um Nutzen und Risiken einer Impfung genau abzuwä-

Massage/-therapie Burgdorf

Ausgebildeter Masseur und med. Bademeister
Selbstständig seit August 2021

Massage zur Therapie- bei Rückenbeschwerden/
Verspannungen, Migräne/regelmäßigen Kopfschmerzen,
Fehlhaltung durch Job oder Privat und zur Unterstützung
für Sportler in verschiedenen Sportarten.
Jetzt bei Simon Seifert eine Massage buchen
und selber spüren.
Im Behandlungsraum oder bequem bei Dir zu Hause.

Tel. 0170/9119508
www.SimSeMobilemassage.com

Tagespflege

LEHRTE
EINE EINRICHTUNG DER SOZIALSTATION

Unser Motto
„Individuell betreut werden -
Gemeinsamkeit erleben -
vorhandene Fähigkeiten fördern -
Hilfe zur Selbsthilfe sicherstellen“

Gut aufgehoben, betreut und das über den Tag.

Sie haben Fragen zur Tagespflege, rufen Sie uns an - wir helfen Ihnen gerne!
Tel. 0 51 32 / 9 29 84 28

Eigener Fahrdienst Kostenloser Kennenlerntag

TAGESPFLEGE

Sabine Schmidtke

Wächterstieg 9 31303 Burgdorf Tel. 05136 - 8 04 64 99 Fax 05136 - 8 04 64 98	Auf dem Amtshof 3 30938 Burgwedel Tel. 05139 - 9 51 92 78 Fax 05139 - 9 51 92 79
---	---

info@tagespflege-schmidtke.de | www.tagespflege-schmidtke.de

Gemeinsamkeit statt Einsamkeit

Ambulante Pflege Burgdorf

Kolleg*in gesucht!

- Grundpflege
- medizinische Versorgung
- hauswirtschaftliche Unterstützung
- Pflegeberatung
- palliative Begleitung

für ein selbstbestimmtes Leben!

info@pflegedienst-burgdorf.com
Tel: 05136 / 3161

20 Jahre

Praxis Bewegt.

Osteopathie und Physiotherapie
Gritta Zimmerling

VIELN DANK...

...an mein tolles Team.
Ihr seid Spitze!

... an unsere Patient:innen und Kund:innen.
Ihre Gesundheit ist uns wichtig!

...an alle Ärzte:innen und Ihre Teams
Für die gute Zusammenarbeit.

...an alle mit denen wir verbunden sind und die sich der Praxis und uns verbunden fühlen.

Vor den Höfen 18 | 31303 Burgdorf
Tel. 05136-9701270 | hallo@praxis-bewegt.de

Pflegedienst Brandstädter
Ambulante Pflege & Intensivpflege

Tel.: (0 51 39) 28 04 Fax: (0 51 39) 89 53 09
info@burgwedel-pflegedienst.de
www.burgwedel-pflegedienst.de

Wir helfen, wenn das Leben schwer wird.

Ambulante Pflege JANZ

Dammstraße 7 • 30938 Burgwedel
www.pflegedienst-janz.de
Telefon (05139) 895816

CASPAR & DASE
GESUNDHEITSDIENSTLEISTUNGEN

Pflege ist ein Stück Vertrauen.

- PFLEGEBERATUNG
- AMBULANTE PFLEGE
- PSYCHIATRISCHE VERSORGUNG
- TAGESPFLEGE
- SENIORENWOHNEN
- AMBULANT BETREUTES WOHNEN

Caspar & Dase GmbH Industriestraße 40 30900 Wedemark Tel.: (0 51 30) 975 800 Fax: (0 51 30) 975 80 66	Tagespflege Piepers Garten Wedemarkstraße 57 30900 Wedemark Tel.: (0 51 30) 975 80 50 Fax: (0 51 30) 975 80 59
---	--

www.fachpflegedienst.de www.piepers-garten.de

EichenHof Burgwedel
Wertvolle Zeit im Alter.

Der ambulante Pflegedienst im Herzen Burgwedels

Individuelle Pflege und Unterstützung, kompetente Beratung und Schulung.

EichenHof Burgwedel GmbH
Von-Alten-Str. 18/20
30938 Burgwedel

05139 986 580
info@eichenhof-burgwedel.de
eichenhof-burgwedel.de

Ein Schwesterunternehmen des WohnParks Großburgwedel