

GESUNDHEIT, WELLNESS, PFLEGE & BETREUUNG



Jens Brandtstädter
 Ambulante Pflege & Intensivpflege
 Tel.: (0 51 39) 28 04 Fax: (0 51 39) 89 53 09
 info@burgwedel-pflegedienst.de
 www.burgwedel-pflegedienst.de

SENIOREN-TAGESSTÄTTE
Melanie Strate
 Breitenkampstraße 1A · 31311 Uetze-Hänigsen
 Tel. 0 51 47-10 64 · info@senioren-tagesstaette.de
 senioren-tagesstaette.de

WEIL ES ZU HAUSE AM SCHÖNSTEN IST
 ... sorgen wir dafür, dass Sie dort so lange wie möglich bleiben können.
Diakoniestation Burgwedel/Langenhagen
 Wir unterstützen Sie und Ihre Angehörigen einfühlsam und zuverlässig in allen Bereichen der ambulanten Alten- und Krankenpflege. Lassen Sie uns helfen. Die Erstberatung ist kostenfrei und unverbindlich.
 Ehlbeck 2 | 30938 Burgwedel
 Tel. 05139 / 27002 | www.dsth.de
 @diakoniestationenHannover

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

Wir bieten Ihnen
 * Kurzzeitpflege
 * Moderne stationäre Pflege und Betreuung überwiegend in Einzelzimmern
 * einen speziellen Wohnbereich für Menschen mit Demenz
 * **Tagespflege** in unserem Servicehaus in Bolzum
AWO Residenz Sehnde
 Achardstr. 1 • 31319 Sehnde
 ☎ 05138 - 5034 0
 www.aworesidenz-sehnde.de • info@aworesidenz-sehnde.de

Wir helfen, wenn das Leben schwer wird.
Ambulante Pflege JANZ
 Wettmar, Kleinburgwedel, Engensen, Thönse, Oldhorst, Isernhagen NB, HB, FB, KB, Neuwarmbüchen
 Dammstraße 7 • 30938 Burgwedel
 www.pflegedienst-janz.de
 Telefon (05139) 895816

So kommen Ältere und Pflegebedürftige durch heiße Tage

Ältere Menschen nehmen die Hitze oft gar nicht so wahr – gerade das kann gefährlich werden. Dadurch trinken sie womöglich viel zu wenig. Doch gerade im höheren Alter ist das A und O an heißen Tagen, ganz bewusst genug Flüssigkeit zu sich zu nehmen. Die Verbraucherzentrale NRW empfiehlt, jede Viertelstunde ein paar Schlucke oder alle zwei Stunden ein Glas zu trinken. Das können neben Wasser auch Fruchtsaftchorlen oder ungesüßte Früchte- und Kräutertees sein.

Abwechslung macht Appetit: Aromatisieren Sie doch mal ein Glas Leitungswasser mit Kräutern oder Früchten. Alle Getränke dürfen kalt, aber nicht eiskalt sein. Was dagegen tabu sein sollte: Alkohol und stark gezuckerte Getränke. Wichtig außerdem: Liegt eine Herz- oder Nierenerkrankung vor, sollte die Trinkmenge mit dem Arzt besprochen werden.

ÖFTER ETWAS LEICHTES ESSEN

Mehrere kleine, leichte Mahlzeiten sind gut an heißen Tagen. Das kann ein Salat sein, gedünstetes Gemüse und wasserreiche Rohkost wie Tomate, Gurke oder Wassermelone. Auch mageres Fleisch und Fisch sind bekömmlich. Salzgebäck hat gleich zwei positive Effekte: Es regt das Durstgefühl an und unterstützt den Salzhaushalt. Herrscht draußen Hitze, gilt es, sie nach Möglichkeit gar nicht erst ins Zimmer oder in die Wohnung zu lassen. Also am



Feuchte Umschläge auf Armen, Beinen oder im Nacken sorgen an heißen Tagen für etwas Abkühlung.
 Foto: Benjamin Nolte/dpa-mag

besten vor allem dann lüften, solange es draußen noch nicht so heiß ist: frühmorgens, abends oder nachts. Auch tagsüber kann gelüftet werden, zugleich sind die Wohnräume aber bestenfalls abgedunkelt.

MIT FEUCHTEM TUCH ABREIBEN

Das tut gut: Den Körper mit einem kühlen, feuchten Tuch abreiben, mit Wasserspray zu benetzen oder direkt feuchte Umschläge auf Armen, Beinen oder im Nacken zu machen. Kalte Fuß- und Handbäder regen den Kreislauf an. Wer noch spazieren gehen kann, genießt die frische Luft am besten am Morgen oder in den Abendstunden. Bettlägerige Menschen

können der Hitze dagegen nicht entfliehen. Wählen Sie dünne Bettwäsche und leichte Kleidung, die öfter gewechselt wird. Verwenden Sie möglichst keine Inkontinenzhosen, sondern Netzhosen mit Einlagen.

WARNSIGNALE IM BLICK HABEN

Alte Menschen sind schnell von Überhitzung oder Austrocknung bedroht. Auf diese Warnsignale kann man achten: Plötzlicher Schwindel oder Schwäche, ein schneller Puls, Kopfschmerzen, Unruhe oder Verwirrtheit. Versorgen Sie die Person mit einem Getränk und bringen Sie sie ins Kühle. Rufen Sie im Notfall die 112 an.

Mit aggressivem Verhalten bei Alzheimer umgehen

Ganz wichtig zu wissen: Werden an Alzheimer Erkrankte aggressiv, ist das niemals persönlich gemeint. Sondern es ist allein durch die Krankheit bedingt, erklärt die Alzheimer Forschung Initiative (AFI). Die Auslöser können ganz simpel sein: Laute Geräusche etwa oder zu viel Licht. Die Betroffenen leben immer mehr in ihrer eigenen Realität, das heißt, gewohnte Abläufe sind ihnen auf einmal fremd, sie verstehen das Verhalten anderer nicht mehr. Das verunsichert, macht wütend oder eben auch aggressiv.

VOR DER TÜR TIEF

DURCHATMEN

Bei allem grundsätzlichen Verständnis können Angehörige allerdings in einer konkreten Situation einfach nur noch überfordert sein. Dann ist es gut, das Zimmer kurz zu verlassen, um tief durchzuatmen und sich wieder zu sammeln. Was nichts bringt: Erkrankte zurechtzuweisen oder Dinge richtigzustellen. Das schürt den Ärger nur noch. Hilfreicher ist eine wertschätzende und einfühlende Haltung. Diese bremsen Aggressionen aus. Versuchen Sie, sich auf die Gedankenwelt des Alzheimer-Patienten einzulassen. Sprechen sie langsam, deutlich und in kurzen Sätzen mit

ihm oder ihr und nutzen Sie Gesten und Körpersprache. Fragen sollten mit Ja oder Nein beantwortet werden können.

AUSLÖSER VORAUS-SCHAUEND VERMEIDEN

Vielleicht können Sie herausfinden, was die Aggression ausgelöst hat und es abstellen. Und generell darauf achten, dass der Alltag des kranken Angehörigen so einfach wie möglich aussieht. Also bestimmte Abläufe beibehalten, in der Wohnung nichts umstellen, Termine früh genug ankündigen und Aggressionsauslöser wie grelles Licht oder zu viel Lärm reduzieren.

Ambulante Pflege Burgwedel
 Ihr Pflegedienst mit Herz und Kompetenz.
24 Stunden kompetent versorgt
 Vor dem Hagen 2 · 30938 Burgwedel-Fuhrberg
 Telefon (05135) 14 75 · 24 Stunden erreichbar
 www.ambulante-pflege-burgwedel.de

Seniorengerechter Duschumbau:
 bis zu 4000€
Pflegekassenzuschuss pro Person
Strauß
 Duschen aus Glas
 MEISTERBEREITER
 Ausstellung: Termine nach Absprache.
 Pechriede 4 · 30900 Wedemark
 E-Mail: info@duschenausglas.com
 www.straussduschen.de
 ☎ 05130-95 32 11

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

TAGESPFLEGE
 Sabine Schmidtke
 Montag bis Freitag 08:30 – 16:30 Uhr
 Wir schenken Ihnen einen Gutschein im Wert von 80 €.
 Vom Frühstück bis zum Kaffeetrinken einen abwechslungsreichen Tag in familiärer Atmosphäre mit Gleichgesinnten erleben.
 Vereinbaren Sie gleich einen Termin!
 Wir freuen uns auf Sie!
 Wächterstieg 9 31303 Burgdorf 05136/ 804 64 99
 Auf dem Amtshof 3 30938 Burgwedel 05139/ 951 92 78
 www.tagespflege-schmidtke.de | info@tagespflege-schmidtke.de
 Gemeinsamkeit statt Einsamkeit

EichenStube
 Wertvolle Zeit im Alter.
Tagespflege im Herzen Burgwedels
 Von-Alten-Str. 18 · 30938 Burgwedel · Tel. 05139 986590
 eichenstube@eichenhof-burgwedel.de
 www.eichenhof-burgwedel.de
 Die Tagespflege des EichenHof Burgwedel
 Eine Schwester des WohnPark Großburgwedel

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 80 0
 Fax: (0 51 30) 975 80 66
 www.fachpflegedienst.de
 Tagespflege Piepers Garten
 Wedemarkstraße 57
 30900 Wedemark
 Tel.: (0 51 30) 975 80 50
 Fax: (0 51 30) 975 80 59
 www.piepers-garten.de