

PFLEGGERUNDSCHAU



Ambulantes
PflegeZentrum

Ausgabe 04/2015

★ TAGESPFLEGE

Kann Heimaufenthalt verhindern

★ INTERVIEW MIT HERRN MALY

Dem Fachmann bei Fragen zum Sozialamt

★ LECKERES REZEPT

Berliner Brot - Weihnachtsgebäck



www.apz-sa.de

Teuchern: 03 44 43 - 25 99 71

Ermsleben: 03 47 43 - 53 11 08

Ballenstedt: 03 94 83 - 97 60 01

Osterfeld: 03 44 22 - 61 79 56

GRATIS
ZUM
MITNEHMEN

STANDORTE: TEUCHERN, OSTERFELD, ERMSLEBEN, BALLENSTEDT

Die Pflegerundschau
erscheint viermal jährlich.

Redaktion und Anzeigenplanung:
pm pflegemarkt.com GmbH
Oberbaumbrücke 1
20457 Hamburg
Tel.: +49(0)40 30 38 73 85-5
Internet: www.pflegemarkt.com

Vertretungsberechtigter Geschäftsführer:
Herr Peter Voshage

Herausgeberin & Ansprechpartnerin für Angehörige & Patienten:
APZ Sachsen-Anhalt GmbH
Markt 18
06682 Teuchern
Tel.: +49 (0) 34443 259971
info@apz-sa.de

Autoren dieser Ausgabe :
APZ Sachsen-Anhalt GmbH, Martina Bliefernich, Sergej Riess

Beiträge, die mit vollem Namen oder auch Kurzzeichen des Autors gezeichnet sind, stellen die Meinung des Autors, nicht unbedingt auch die der Redaktion dar. Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Warenbezeichnungen und Handelsnamen in dieser Zeitschrift berechtigt nicht zu der Annahme, dass solche Namen ohne Weiteres von jedermann benutzt werden dürfen. Vielmehr handelt es sich häufig um geschützte Warenzeichen.

Grafische Gestaltung:
Charlene Groß; c.gross@pflegemarkt.com

Druck:
Griebsch & Rochol Druck GmbH & Co. KG
Gabelsbergerstraße 1
59069 Hamm

Fotos:
Titelfoto © Jana Dünnhaupt
Alle weiteren © APZ Sachsen-Anhalt GmbH
Quellenangaben:
Ausführliche Quellenangaben zu allen Texten unter
www.apz-sa.de

Ausgabe: 04/2015

Auflösung Rätsel Heft Ausgabe Nr. 03/2015:
SILVER SURFER

**Ihr kompetenter Partner
für Senioren-, Pflege- und
soziale Einrichtungen.**

CareLine

Pflege erleichtern

CareLine KG

Sperberweg 2
41468 Neuss

Tel.: +49 (0) 2131/40 22 5-0
Fax: +49 (0) 2131/40 22 5-50
info@careline.de

www.careline.de



Ambulantes
PflegeZentrum

www.apz-sa.de



Liebe Leserinnen und Leser,

Plätzchenduft, Kerzenschein und die Abreißkalender werden schlanker – das Jahr neigt sich dem Ende, und die Weihnachtszeit prägt unser Leben.

Und wieder ist zu wünschen, dass die echten und wahren Themen, die sich mit Weihnachten verbinden, unser Handeln und alle Begegnungen mit Freunden, Familienangehörigen, Kollegen und allen Mitmenschen bestimmen.

Abschließend bedanken wir uns bei allen Leserinnen und Lesern und allen direkten und indirekten Unterstützern der Pflegerundschau, für das gemeinsam erlebte Jahr 2015 und ihre Mithilfe bei dem Erstellen.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Lieben ein gesegnetes und fröhliches Weihnachtsfest und die Erfüllung der Träume im Jahr 2016.

Die Redaktion der Pflegerundschau



Inhalt

04	VORSTELLUNG Bittersüße Reise		 <i>APZ Interview</i> Interview mit Herrn Maly
05	GUT AUFGEKLÄRT Alternde Migranten und Pflege	14	GUT AUFGEKLÄRT Baltische Pflegekräfte auf Jobsuche in Deutschland
08	Ausländische Pflegekräfte		
10	GESUND UND LECKER Zimt	16	RÄTSEL
11	Berliner Brot	17	APZ INTERN Tagespflege kann Heimunter- bringung verhindern
12	GESUNDHEITSLEXIKON Schilddrüsenunterfunktion	18	Tagespflege Interview

Bittersüße Reise

Kultursensible Pflege - eine neue Herausforderung
Ein Dokumentarfilm von Nilgün Tasman und Dr. Paul Schwarz

Die Pflege von alten Menschen ist schon seit längerem in der öffentlichen Diskussion. Erst seit jüngster Zeit erfahren auch ältere Migrantinnen und Migranten verstärkt Aufmerksamkeit.

Mitte der 50er Jahre setzte die erste große Zuwanderung ein, als im Zuge des wirtschaftlichen Aufschwungs viele junge Menschen als Gastarbeiter, vor allem aus ländlichen Regionen südeuropäischer Staaten und der Türkei, angeworben wurden.

Bis in die 1970er Jahre kamen etwa vier Millionen „Gastarbeiter“ nach Deutschland. Diese Menschen sind heute Rentnerinnen und Rentner. Ihren Glauben, ihre Werte und ihre Kultur haben die Gastarbeiter versucht, auch in der „Fremde“ über die Jahre zu bewahren. Werden sie nun, wo sie alt sind und auf fremde Hilfe angewiesen sind, auch nach ihren Wünschen und Bedürfnissen kultursensibel gepflegt? Dieser Frage sind Nilgün Tasman und

Dr. Paul Schwarz in ihrem 45 minütigen Dokumentarfilm „bittersüße Reise“ nachgegangen und haben beeindruckende Menschen kennengelernt.

Sie haben die Betroffenen und ihre Angehörigen in ihrem Alltag begleitet. Sie haben sie in Seniorenheimen, in der häuslichen sowie ambulanten Pflege besucht, mit dem Pflegepersonal und Heimleitern gesprochen, die versuchen, dieser neuen Herausforderung gerecht zu werden.



Die beiden Regisseure haben am Unterricht einer Altenpflegeschule teilgenommen, die „kultursensible Pflege“ als Unterrichtsfach eingeführt hat. Der Dokumentarfilm schildert die aktuelle Situation pflegebedürftiger Migrantinnen und Migranten in Deutschland und zeigt ihre alltäglichen Wünsche und Sorgen. Aber auch die Forderungen der Pflegesituation und aller Beteiligten an die Politik.

Bitte bestellen Sie die DVD unter hallo@nilguen.com
Preis: € 15,00 zzgl. 19% MwSt.
www.nilguen.com

Alternde Migranten und Pflege

Die Situation in Deutschland

Der demographische Wandel stellt für die Pflege eine enorme Herausforderung dar. Ein Mangel an Fachkräften steht dem Wachstum einer alternden Bevölkerung, die zunehmend multimorbide und auf pflegerische Unterstützung angewiesen ist, gegenüber. Tatsachen die inzwischen allgemein bekannt sind.

Unbekannt hingegen ist, dass der Anteil der Bevölkerung, der über 65-Jährigen mit Migrationshintergrund, derjenige ist, der am schnellsten wächst. Die „Gastarbeiter“ von damals sind heute Senioren. Sicher hatten viele von ihnen die Vorstellung im Alter wieder in die Heimat zurückzukehren oder glaubten zumindest sie würden in Deutschland traditionell von der eigenen Familie gepflegt werden.

Die Realität sieht allerdings anders aus. Kinder und Enkel leben in Deutschland, weshalb eine Rückkehr in die Heimat schwer fällt. Und das Potenzial, Angehörige in der Familie pflegen zu können, sinkt auf Grund von Berufstätigkeit und Zeitmangel in ausländischen Familien ebenso wie in deutschen.

Die jüngere Migrantengeneration wird zukünftig sicher auch häufiger auf die Hilfe professioneller Leistungserbringer zurückgreifen müssen, um die Versorgung ihrer Eltern sicherzustellen.

Pflegeorganisationen werden sich demnach auf mehr multikulturelles Klientel einstellen müssen.

Einige tun dies. Laut einer Marktanalyse der pflegedatenbank.com sind von den deutschlandweit über 13.000 ambulanten Pflegediensten, bereits 185 als türkisch oder interkulturell einzustufen. Mit 22 Standorten türkischer ambulanter Pflegedienste liegt Hamburg im Ranking ganz vorn. In der Hansestadt wurde auch die deutschlandweit erste Wohngruppe für dementiell erkrankte Senioren türkischer Herkunft erbaut.

In dieser Wohngemeinschaft wird ein Leben ermöglicht, ähnlich wie die Bewohner es von Zuhause kennen: Verständigung in der Muttersprache, landestypisches Essen, vertraute Alltagsgestaltung, Berücksichtigung von Traditionen und Gebräuchen sowie traditionelle Achtung und Respekt älterer Menschen.



Sogar ein Hamam (türkisches Dampfbad) wurde in das Gebäude integriert, um den Bewohnern trotz Pflegedürftigkeit zu ermöglichen, einer ganz typisch türkischen Tradition nachzugehen.

In Köln ist ein ganz ähnliches Wohnprojekt für russisch stämmige und an Demenz erkrankte Mitbürger entstanden. Hier werden die Pflegeleistungen von russisch sprechenden Pflegekräften erbracht und der Tagesablauf nach russischen Gepflogenheiten aufgebaut und gelebt.

„Wer in Deutschland lebt, sollte auch deutsch sprechen“, wird der ein oder andere evtl. denken. Doch gerade Menschen, die an einer Demenz leiden, vergessen im Verlauf der Krankheit vieles, darunter auch die erlernte deutsche Sprache.

An Dinge und Erlerntes aus der fernen Vergangenheit wie die Muttersprache können sie sich hingegen noch erinnern. Sitten und Bräuche aus ihrer Kindheit, aus ihrem Heimatland sind ihnen noch bekannt und geben Sicherheit. Um diese Menschen zu erreichen und adäquat pflegen zu können, ist es gut diese Sitten und Bräuche zu berücksichtigen.

„Kultursensible Pflege“ ist ein Begriff mit dem diese Thematik häufig betitelt wird. Auf dem Fortbildungsmarkt gibt es inzwischen diverse Schulungen, die Pflegekräfte hierin unterrichten.

Doch muss man dem Kind wirklich einen neuen Namen geben? Braucht es eine Schulung um von einer Klientin mit z.B. türkischem Migrationshintergrund zu erfahren, dass man sich beim Betreten ihrer Wohnung die Schuhe auszieht; dass Schweinefleisch auf dem Speiseplan verboten ist oder dass ihr statt einem Waschlappen das fließende Wasser lieber zum Waschen ist?

Richtig ausgeführt ist Pflege so oder so sensibel und braucht kein Kultur-davor. Die Frage nach Wünschen und Gewohnheiten, die bei der Pflege berücksichtigt werden sollen, gehört eigentlich zum Standard bei der Aufnahme eines jeden Klienten ganz gleich ob mit oder ohne Migrationshintergrund.

Schwieriger ist es allerdings Pflegepersonal vorzuhalten, welches der Muttersprache der jeweiligen Klienten mächtig ist. Nach der Studie „Wirkungen des Pflege-Weiterentwicklungsgesetzes“ (2011), waren 62% der befragten ambulanten Pflegedienste nicht in der Lage dazu.

Allerdings gaben auch nur 12% von ihnen an, überhaupt Klienten mit Migrationshintergrund zu betreuen.

Und tatsächlich ist es so, dass hilfe- und pflegebedürftige Menschen mit Migrationshintergrund deutlich seltener professionelle Pflegeleistungen in Anspruch nehmen, als diejenigen ohne Migrationshintergrund.

Vermutlich liegt dies aber nicht zuletzt an Unwissenheit über die zur Verfügung stehenden Leistungen, die sie in Anspruch nehmen könnten und dem Mangel an Vertrauen in die deutsche Pflege.

Genau wie deutsche Pflegebedürftige wollen auch pflegebedürftige mit Migrationshintergrund solange als möglich selbstständig bleiben und bei Bedarf Zuhause versorgt werden.

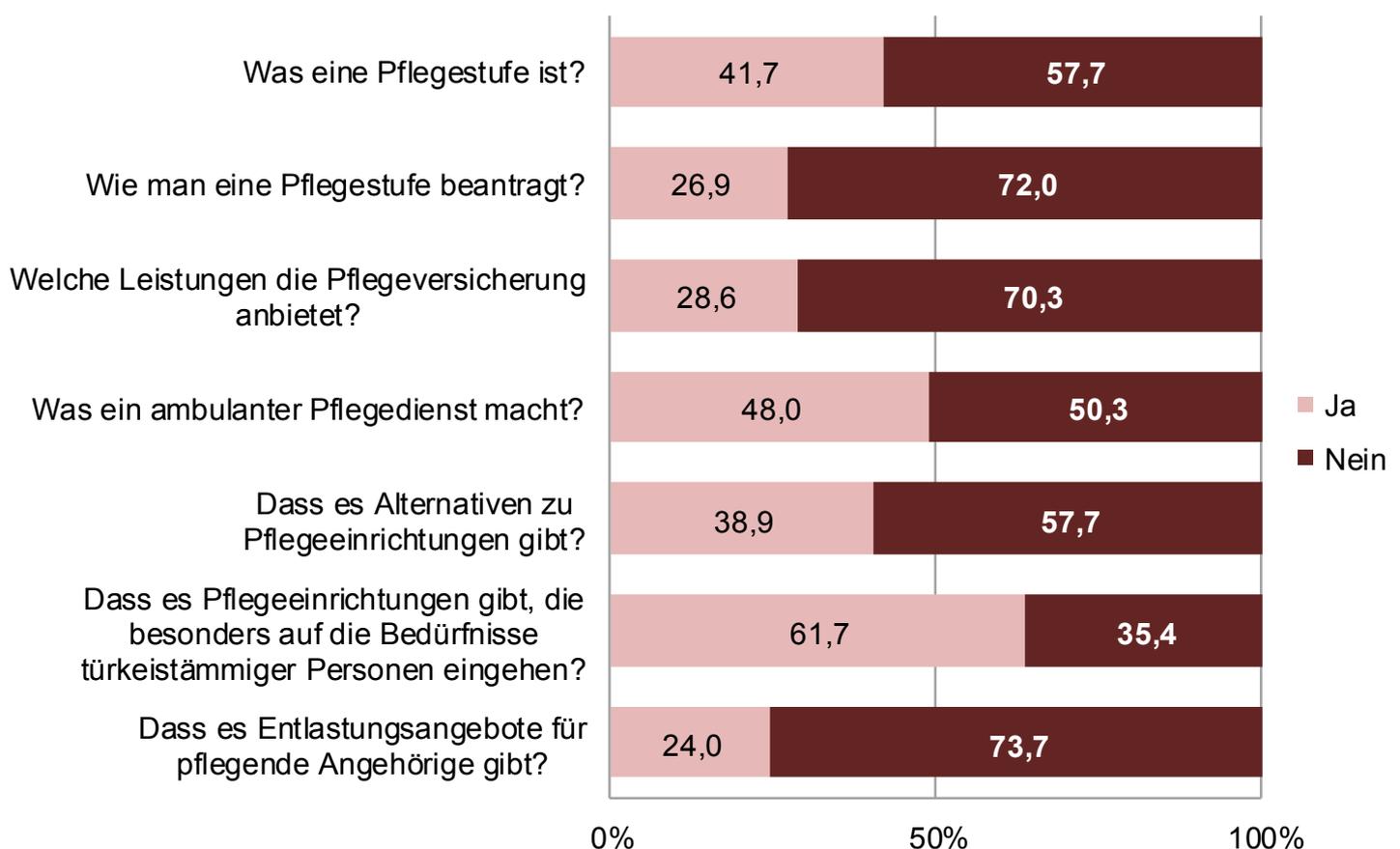
Vorstellungen von Pflegeheimen basieren zumeist noch auf Erinnerungen an Heime in der Heimat zu Zeiten als sie diese verließen.

Mit großer Sicherheit weichen diese Vorstellungen weit ab von dem, was deutsche Pflegeheime heute zu bieten haben.

Leider sind Informationsbroschüren und Marketingmaßnahmen von Pflegeeinrichtungen selten an das Klientel mit Migrationshintergrund adressiert, geschweige denn mehrsprachig verfasst.

Wissensstand Türkischstämmiger zum Pflegesystem

Basis: "Wissen Sie, ... " (n= 175)



Quelle: Studie - Zentrum für Qualität in der Pflege

Ausländische Pflegekräfte

Die Lösung für den deutschen Fachkräftemangel in der Pflege?

Pflegefachkräftenotstand ist ein allgegenwärtiges Thema. Laut einer Bertelsmann Studie haben 61% aller Pflegebetriebe bei der Besetzung von Stellen Vakanz (Durchschnittlich sind 4,3 Stellen unbesetzt). Nicht viel anders sieht es bei der Besetzung von Ausbildungsstellen aus - auch hier warten tausende offene Stellen vergeblich auf motivierten Nachwuchs, was nicht zuletzt an der schlechten Reputation des Berufs liegt.

Vermutlich wird für dieses Problem in nächster Zukunft keine inländische Lösung gefunden werden. Werden ausländische Pflegekräfte zukünftig unsere Pflegebedürftigen pflegen?

Laut einer Berechnung der Bundesagentur für Arbeit, die der „Welt am Sonntag“ vorliegt, stieg 2013 die Zahl der sozialversicherungspflichtigen Altenpfleger aus dem EU-Ausland um 19,8 Prozent. 13,5 Prozent Zuwachs verzeichnet diese Gruppe, aus Drittstaaten und nur 5,1% Zuwachs gab es bei den Altenpflegern mit deutschem Pass.

Die Initiative nach Deutschland zu kommen geht hierbei meistens noch von den Arbeitssuchenden aus und nicht von den Arbeitgebern, die Personal nach Deutschland rekrutieren. Unzählige Vermittlungsagenturen gründen ihre Existenz auf der Tatsache, dass Pflegekräfte, besonders aus Osteuropa ihre Hilfe in Anspruch nehmen, um in Deutschland beruflich Fuß zu fassen.

Deutsche Pflegeunternehmen hingegen halten sich eher bedeckt mit der Rekrutierung im Ausland. Das Zentrum für Europäische Wirtschaftsforschung (ZEW) befragte für eine repräsentative Studie knapp 600 Arbeitgeber in Pflegebetrieben, von denen erst ein Sechstel Fachkräfte im Ausland gesucht hat. Das Abwerben von Personal aus Konkurrenzunternehmen oder die Senkung des Krankenstandes seien hierbei vorgezogene Maßnahmen. Hohe rechtliche Hürden, Kosten und Aufwände, werden als Gründe genannt.

Tatsächlich berichten 83% der befragten Unternehmen mit Anwerbeerfahrung von bürokratischen Hürden.



Die Anerkennung der Qualifikation sowie die Einwanderungserlaubnis seien weitere problembehaftete Aspekte. Insgesamt zeigt die Studie, dass kleine und mittelständische Unternehmen es schwer haben bei der Rekrutierung von Mitarbeitern im Ausland. Große Unternehmen mit professioneller Personalabteilung neigen eher dazu die Mitarbeitersuche auf das Ausland auszuweiten.

Allerdings ist der Pflegenotstand ja kein deutsches Phänomen. Auch Länder wie die Schweiz, England und Österreich oder auch Skandinavien buhlen um die Gunst der Ost- und Südeuropäischen Pflegekräfte und können mit attraktiveren Bezahlungen und vor allem besseren Arbeitsbedingungen punkten.

Die deutsche Personalsuche weitet sich inzwischen auf den fernen Osten aus und versucht, Chinesen, Philippinen und Vietnamesen zu rekrutieren. Diverse Pilotprojekte werden bereits durchgeführt. Die notwendige Behördenaufsicht, inländische Ausbildung und intensive Sprachkurse sind hierfür allerdings sehr aufwendig.

„Wir riefen Arbeitskräfte und es kamen Menschen“ (Max Frisch).

Das im Hinterkopf, sollte uns bewusst machen, dass wir auch nicht nur die Arbeitskraft aus dem Ausland rekrutieren können, denn zu ihr gehört auch eine Kultur, eine Persönlichkeit und nicht zu vergessen, Bedürfnisse.

Als positives Ergebnis gibt die Bertelsmann Stiftung bekannt, dass die Mehrheit der Pflegeeinrichtungen (60%), die Pflegekräfte aus dem Ausland rekrutieren konnten, zufrieden oder sehr zufrieden mit den neuen Kollegen ist.

Positiv bewertet wird vor allem die Einsatzbereitschaft der ausländischen Fachkräfte, die höher als die der deutschen sein soll.

Die Rekrutierung von qualifiziertem Personal aus dem Ausland kann allerdings nur ein Baustein sein im Kampf gegen den Fachkräftemangel in der Pflege. Bessere Bezahlung, geringere Arbeitsbelastung und allgemein eine Aufbesserung des Images sollte in jedem Fall auch auf der Agenda stehen.

Zimt

Gesundes Weihnachtsgewürz

Weihnachten steht vor der Tür und die Regale der Supermärkte füllen sich mit Leckereien. Nelken, Ingwer, Kardamom und Zimt haben Hochkonjunktur in vielen Rezepten.

Zimt wollen wir uns heute einmal genauer anschauen:

Zimt ist ein Gewürz aus der Rinde des Zimtbaums und wird ebenfalls als Aromastoff und Heilmittel verwendet. Ob als Stange, Pulver oder Öl, warum wir Zimt nicht nur um die Weihnachtszeit genießen sollten, sondern das ganze Jahr, ist schnell erklärt. Zimt ist nicht nur lecker sondern auch sehr gesund.

Zimt macht glücklich, der Zimt kann den Serotoninspiegel im Blut anheben und sorgt dafür, dass wir uns glücklicher und zufriedener fühlen. Ebenfalls zählt Zimt zu den wärmenden Gewürzen und kurbelt nach dem Verzehr den Kreislauf an. Dies hat als positiven Nebeneffekt, dass hierdurch auch die Gewichtsreduktion unterstützt werden kann. Zudem wirkt Zimt antibakteriell und hemmt das Wachstum von Bakterien und Pilzen.

Ebenfalls soll Zimt eine krampflösende Wirkung besitzen. Durch das enthaltene ätherische Öl, wird die Magenschleimhaut gereizt, was zu einer Steigerung der Produktion von Speichel- und Magensaft führt. Indirekt wird dadurch die Darmbewegung angeregt und die Nahrung kann leichter verdaut werden. Zimt regt den Appetit an wirkt gleichzeitig vorbeugend gegen Blähungen und Völlegefühl.

Studien zeigen ebenfalls, dass Zimt einen positiven und senkenden Einfluss auf den Blutzuckerspiegel hat. Durch das Essen von Zimt soll die Freisetzung des Hormones Insulin erhöht werden. Zugleich reagiert das Gewebe empfindlicher auf Insulin und nimmt mehr Glukose auf.

Trotz der vielen gesunden Inhaltsstoffe und Wirkungen von Zimt, sollte dieser nicht als Ersatz für eine medikamentöse Therapie eingesetzt werden. Integrieren Sie Zimt in Ihren Alltag. Zimt schmeckt im Kaffee, im Tee und im Gebäck und das nicht nur an Weihnachten.

INTERVIEW MIT SVEND MALY

der Fachmann bei Fragen zum Sozialamt

Hallo Herr Maly, vielen Dank, dass Sie sich Zeit für das Interview nehmen und unseren Lesern mal erzählen, wo das Sozialamt beim Thema Pflege mit eingebunden werden kann.

Frage: In welchen Bereichen kann das Sozialamt Leistungen genehmigen?

Herr Maly: In erster Linie ist es dann die Grundsicherung, die in Frage kommt. Bei gesundheitlich eingeschränkten Menschen, kommen dann zwei zusätzliche Leistungen in Betracht.

Die sogenannten „Teilhabeleistungen“, die es ermöglichen sollen, dass ein gesundheitlich eingeschränkter Mensch, weiterhin am Leben in der Gemeinschaft teilhaben kann, und die sogenannte „Hilfe zur Pflege“, die helfen soll, die mit der Pflege in Zusammenhang stehenden Kosten zu decken.

Hierzu zählen die Eigenanteile an Rechnungen der ambulanten Pflege und die der Tagespflege, wie die Investitionskosten, Unterkunfts- und Verpflegungskosten.

Frage: Wie wäre der Ablauf, wenn das Sozialamt mit insö Boot geholt werden soll?

Herr Maly: Wie bei jeder begehrten Leistung vom Staat, muss man entsprechende Anträge stellen. Hierbei gibt man Auskunft über sein Vermögen und Einkommen und die gewünschte Leistung. Das Sozialamt prüft dann und teilt das Ergebnis in Form eines Bescheides mit.

Frage: Wer kann Anträge stellen?

Herr Maly: Antragsberechtigt sind alle Bürger, deren Einkommen unterhalb einer gewissen Grenze liegen, diese liegt bei ca. 1.000,- € je Monat pro Person. Genau ist es allerdings nur individuell prüfbar, ob die Voraussetzungen erfüllt sind.

Frage: Gab es jüngst einen Fall, den Sie betreut haben, wo Sie sagen „Da konnten wir was erreichen“?

Herr Maly: Ja, natürlich. Das ist der Grund, warum ich noch immer an diesem Thema arbeite.

Ich weiß einfach, dass das, was ich tue, wichtig ist, z.B. haben wir dieses Jahr einer Familie geholfen, die unter enorm schwierigen Verhältnissen lebte.

Z. B. ein undichtes Dach, fehlende Wasserversorgung, der Mann seit Jahren im Rollstuhl und hat keine Möglichkeit das Haus zu verlassen, die Frau an Krebs erkrankt und am Ende ihrer Kräfte. Schnelle Lösungen waren gefragt.

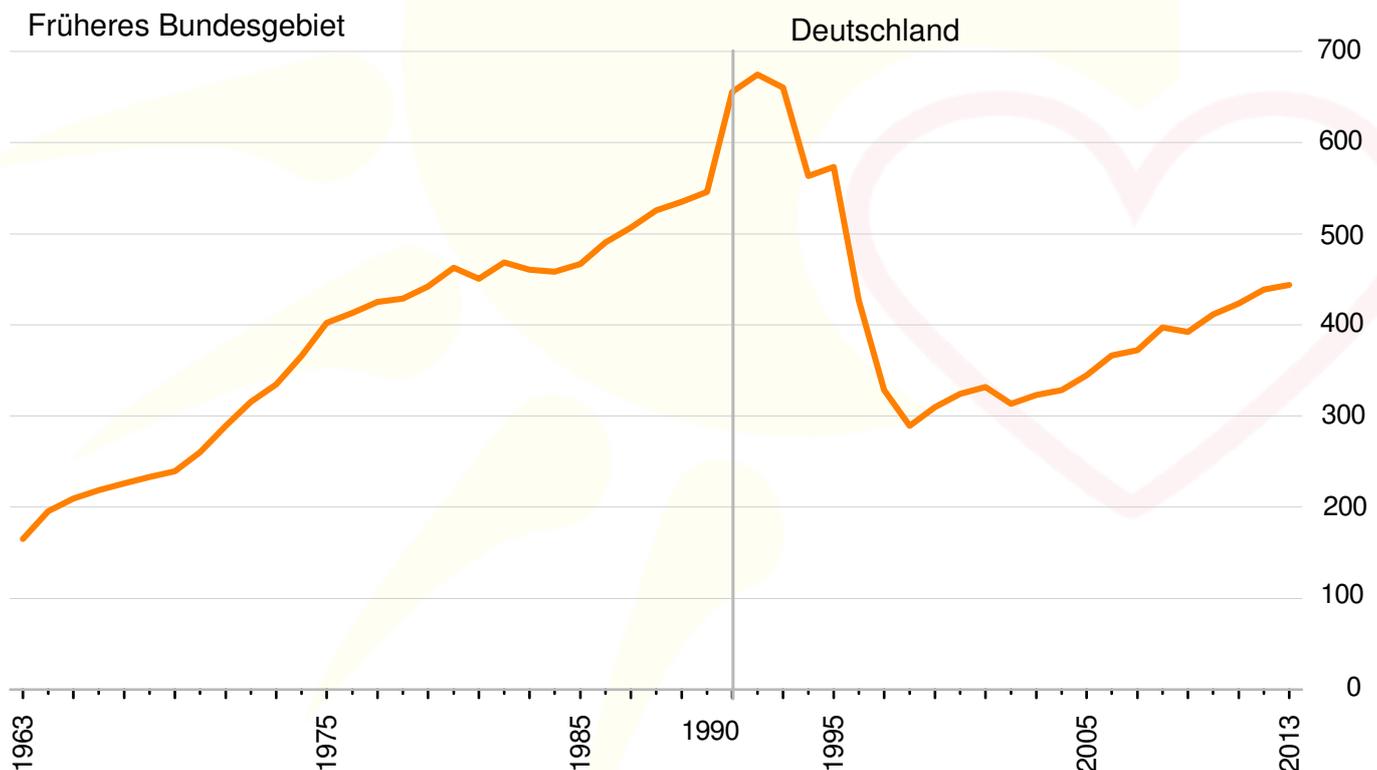
Wir stellten ambulant entsprechende Leistungen, um die Frau zu entlasten, organisierten Pflegebegutachtungen für die Frau, kümmerten uns um

entsprechende pflegeerleichternde Hilfsmittel, organisierten den Umzug in eine passende behindertengerechte Wohnung, erledigten den gesamten Amtsschriftverkehr und versorgen nunmehr die Familie am Tag über eine Tagespflege.

Die Familie kommt zur Ruhe und sie werden zunehmend zufriedener und freuen sich über neugewonnene Kontakte.

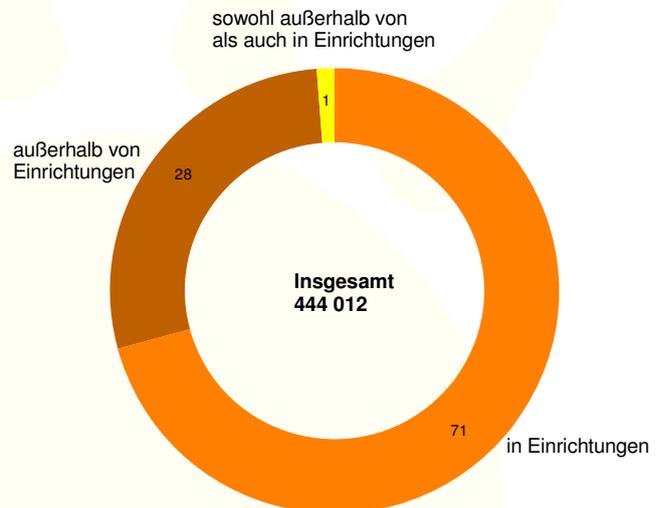
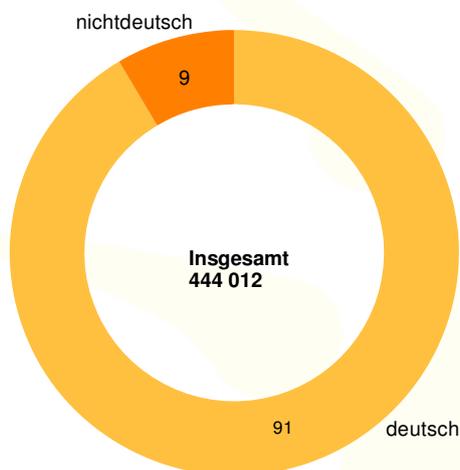
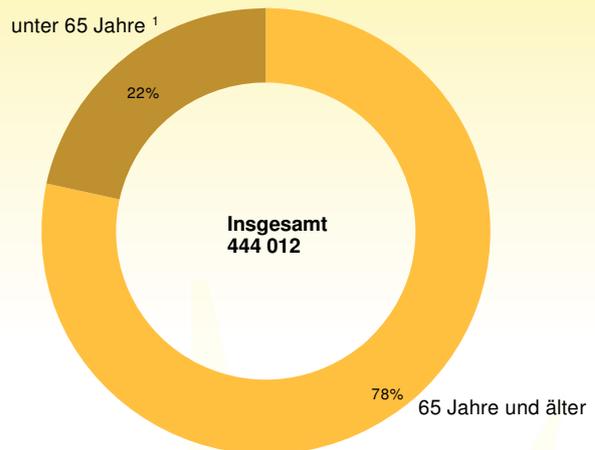
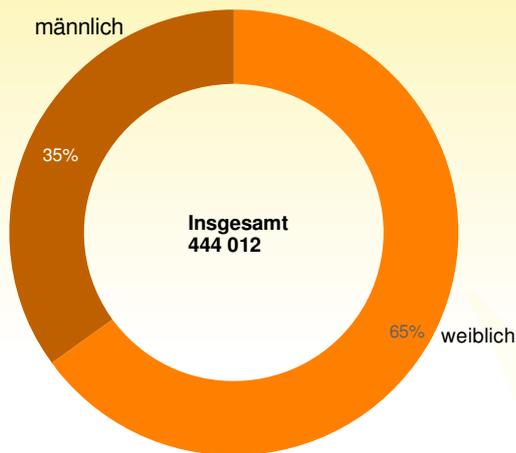
Das ist, was ich unter Lösungen verstehe. Gelingt uns das immer? Sicher nicht, aber wir werden täglich besser.

Empfänger von Hilfe zur Pflege in 1.000



Quelle: Statistisches Bundesamt, Wiesbaden 2015

Empfänger von Hilfe zur Pflege im Jahr 2013



Quelle: Statistisches Bundesamt, Wiesbaden 2015

Frage: Sie beraten seit Jahren Personen zum Persönlichen Budget, wie ist hier die Resonanz?

Herr Maly: Das ist eine gute Frage. Ich bin seit der Einführung des Rechtsanspruchs auf diese Leistungsform dabei und konnte seither viele Erfahrungen sammeln. Das Thema ist für mich Herzenssache, weil es für mich die beste Leistungsform ist, da sie ein Höchstmaß an Selbstbestimmung ermöglicht.

Allerdings ist es, wie so oft, nicht ganz so einfach, passgenaue Lösungen mit den Ämtern zu finden. Es gäbe hier viel zu erzählen, von unseren Lernerfahrungen, von Lösungen, die uns stolz machen, Menschen, die trotz Pflegestufe III zu Hause versorgt werden, von Umbauten, die es ermöglichen am Leben teilzuhaben, aber auch von gescheiterten Mühen. In jedem Fall aber immer wertvoll, weil wichtig.

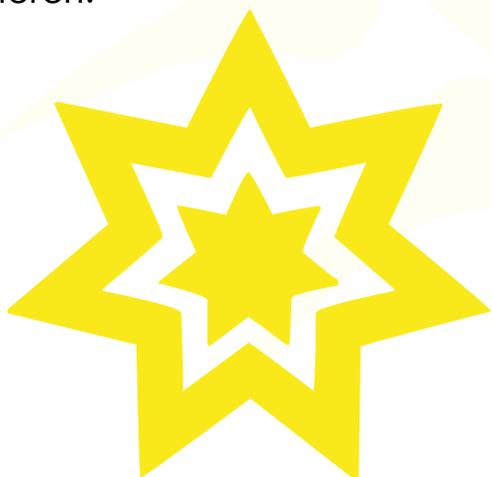
Frage: Was ist eigentlich das Persönliche Budget?

Herr Maly: Der Antragsteller entscheidet, wie ihm geholfen werden soll. Hierbei sind gedanklich keine Grenzen gesetzt, ob Organisieren der Pflege, Besuch von Veranstaltungen, Arztbegleitungen, Erhaltung der Häuslichkeit oder aber Organisieren einer passenden Beschäftigung oder Arbeit.

Frage: Sind die Personen, die Sie beraten, gut informiert?

Herr Maly: In der Regel nicht. Das hängt sicher mit dem Umfang der Einflussfaktoren und der Seltenheit der Leistung zusammen. Meistens sind auch die Bearbeiter bei den Ämtern nur unzureichend aussagefähig.

Hinzu kommt, dass in unserem Bundesland nur wenige praktisch erfahrene Berater zu dem Thema existieren.



Frage: Wie läuft das im Allgemeinen von der Kontaktaufnahme bis zum Antrag?

Herr Maly: In Gesprächen mit den Interessenten werden die individuellen Voraussetzungen und die Ziele besprochen und Unterlagen zusammengetragen. Der eigentliche Antrag ist dann Formsache. Danach wird mit den entsprechenden Leistungsträgern verhandelt und die zur Umsetzung notwendigen Kostangebote der Dienstleister eingeholt. Ein Bescheid des Leistungsträgers gilt in der Regel für ein Jahr. Und dann kann es losgehen. Selbstbestimmung und Selbstverantwortung können dann in einem hohen Maße gelebt werden.

Frage: Wenn unsere Leser Sie erreichen wollen, wie können Sie das?

Herr Maly: Entweder persönlich in Ermsleben, Langestraße 59, telefonisch unter 034743/531108 oder auch per E-Mail unter s.maly@apz-sa.de

Vielen Dank für die umfangreichen Informationen, Herr Maly.

Berliner Brot

Weihnachtsgebäck

Zuerst werden alle trockenen Zutaten gemischt und dann das Öl und die Milch hinzugegeben und verrührt.

Danach die Masse auf ein gefettetes Backblech geben und mit einem Backpapier abdecken. Nun lässt sie sich mit Hilfe einer Nudelrolle gut und gleichmäßig auf dem Blech verteilen.

Anschließend, das Backpapier entfernen und die Nüsse auf dem Teig verteilen und hineindrücken

(wer mag, kann die Nüsse vorher halbieren oder hacken). Dann das Brot für ca. 40 Minuten bei 160 - 170 Grad backen (leichte Bräune ist erwünscht).

Nach dem Backen vom Blech nehmen und sofort in Stücke gewünschter Größe schneiden.

Optional kann das Brot nach dem Backen mit einem Guss bestrichen werden. Hierfür einfach Puderzucker mit Wasser zu einem glatten Teig verrühren und auf dem Brot verteilen.

Zutaten:

- 500g Mehl
- 3 EL Kakaopulver
- 375g Zucker
- 1TL Zimt
- 2 TL Backpulver
- 1TL Nelken, gemahlen
- 5 EL Öl
- 250 ml Milch
- 200g Haselnüsse, ganze
- 200g Mandeln, ganze ungeschälte

Optional für den Guss:

- 100g Puderzucker
- 1,5 EL heißes Wasser



Schilddrüsenunterfunktion

Hypothyreose

Schmetterlinge im Bauch sind etwas Schönes und machen Spaß. Neben den Schmetterlingen, die man sprichwörtlich im Bauch haben kann, gibt es noch ein wahrhaftiges Organ, das wir im Körper tragen und welches die Form eines Schmetterlings aufweist - die Schilddrüse.

Dieses lappig gebaute Organ ist in unserem Hals zu Hause und liegt unterhalb des Kehlkopfes, direkt vor der Luftröhre. Obwohl die Schilddrüse relativ klein und mit 20 bis 60 Gramm ziemlich leicht ist, hat sie eine sehr große und wichtige Funktion. Die Schilddrüse ist wichtig für den Stoffwechsel des Menschen. Hierfür produziert sie zwei relevante Hormone.

Thyroxin (T4) und Trijodthyronin (T3) beeinflussen unseren Stoffwechsel erheblich. Für den Aufbau der Hormone benötigt die Schilddrüse Jod. Weiter wird in der Schilddrüse auch Kalzitinin produziert, Kalzitinin reguliert den Kalziumhaushalt im Körper. Dieser ist unter anderem wichtig für den Knochenbau.

Bei einer funktionstüchtigen und uneingeschränkten Schilddrüse werden die Hormone bedarfsgerecht produziert und ins Blut abgegeben. Kommt es nun aber zu einer Fehlfunktion, zum Beispiel zu einem Mangel an Schilddrüsenhormonen im Blut, spricht man von einer Schilddrüsenunterfunktion (Hypothyreose).

Ursache hierfür kann unter anderem eine Entzündung der Schilddrüse sein. Eine Behandlung einer zu großen Schilddrüse oder einer Schilddrüsenüberfunktion, kann ebenfalls eine Unterfunktion verursachen. Eine solche Unterfunktion lässt sich nur schwer erkennen. Jedoch gibt es einige Symptome, die ein Anzeichen hierfür geben können. Ein ungewohntes Kälteempfinden, häufige Müdigkeit und Antriebslosigkeit, ein erhöhtes Schlafbedürfnis sowie verlangsamte Reflexe, Gedächtnisschwäche, depressive Verstimmungen, eine plötzliche Gewichtszunahme und erhöhte Blutfettwerte können mögliche Symptome einer Hypothyreose sein.



Zusätzlich gibt es auch äußerlich sichtbare Symptome, kühle und blasse trockene Haut, spröde, brüchige Nägel und Haare sowie vermehrter Haarausfall. All diese Symptome können auf Grund einer Hyperthyreose entstehen, müssen sie aber nicht. Ärztliche Untersuchungen können die Funktion der Schilddrüse testen. Bei einer Blutentnahme wird der TSH-Wert kontrolliert.

Dieses Thyreoidea-stimulierende Hormon (TSH) regt die Schilddrüse an, Jod aufzunehmen und Hormone zu produzieren und ist ebenfalls für ihr Wachstum verantwortlich. Ein TSH-Mangel über einen längeren Zeitraum, kann das verkümmern der Schilddrüse zur Folge haben. Zusätzlich können die Schilddrüsenhormonwerte bestimmt werden. Ein weiteres diagnostisches Verfahren ist der Ultraschall. Auffällige Veränderungen und Gegebenheiten werden so ersichtlich.



Nur in manchen Fällen ist eine Hypothyreose vollständig heilbar, z. B. wenn sie durch ein Jodmangel, hormonelle Verhütungsmittel oder Cortison ausgelöst worden ist.

Nach dem Absetzen der Medikamente oder durch eine erhöhte Jodaufnahme, ist es möglich, dass die Symptome von alleine wieder abklingen. Neben der Einnahme von Jodtabletten müssen die meisten Menschen, die unter einer Unterfunktion ihrer Schilddrüse leiden, ein synthetisch hergestelltes Schilddrüsenhormon einnehmen. Das sogenannte L-Thyroxin wird in Tablettenform verabreicht und ersetzt das Schilddrüsenhormon Thyroxin (T4).

Auch wenn ein Jodmangel nur selten der Auslöser für eine Schilddrüsenunterfunktion ist, sollten Sie auf eine ausgewogene Ernährung achten. Ausreichen Jod sollte über die Nahrung aufgenommen werden. Leiden Sie unter den beschriebenen Symptomen, scheuen Sie sich nicht, dies mit Ihrem Arzt zu besprechen. Lassen Sie bei Gelegenheit auch Ihre Blutwerte kontrollieren.



Baltische Pflegekräfte auf Jobsuche in Deutschland

Erfahrungen mit Vermittlungsagenturen

Migranten, die nach Deutschland kommen, um hier Arbeit zu finden, verfolgen ihr Ziel auf ganz unterschiedliche Weise.

Einige fliehen aus ihrem Land, weil dort Krieg herrscht und ihre Suche nach Arbeit beginnt erst nach ihrer Ankunft in einem sicheren Land. Andere haben die Möglichkeit, ihre Einreise nach Deutschland vorzubereiten und bereits aus ihrem Heimatland, einen Arbeitsplatz zu suchen.

Heute möchten wir über Menschen schreiben, die auf der Suche nach Job-Möglichkeiten im Ausland das Internet als Helfer genutzt haben.

Wir haben mit mehr als 100 baltischen Pflegekräften gesprochen, die in den letzten Jahren ihr Glück auf dem deutschen Arbeitsmarkt versucht haben. Dies ergab viele verschiedene Geschichten und Erfahrungen und wir haben sie gesammelt.

Wir wollen versuchen, einen generellen Eindruck von dem Prozess und den Hauptschwierigkeiten, die sich ergeben haben, zu zeigen.

Es gibt zwei mögliche Optionen, wie eine Krankenpflegerin aus den baltischen Staaten einen neuen Job in Deutschland finden kann. Sie kann sich selbst auf die Suche nach einem Arbeitgeber in Deutschland machen oder eine Personalagentur einschalten.

In 90 % der Fälle haben Kandidaten aus den baltischen Staaten eine Personalagentur als Partner gewählt, um mögliche Risiken zu verringern und um den Prozess der Anerkennung ihres Diploms in professionelle Hände abzugeben. Soweit die Theorie.

In der Praxis ist es für die Krankenpflegerinnen sehr schwer zu unterscheiden, welche Agentur seriös arbeitet und welche nicht. Welche Agentur Wert legt auf eine gute Betreuung und auf Qualität und welche nur schnell Geld verdienen möchte.

Eine Reihe von „schwarzen Schafen“ legen mehr Wert auf Marketing Aktivitäten und die Abwicklung von möglichst vielen Fällen mit einem geringen Aufwand.

- Oft wurden den Krankenpflegerinnen eine 6 monatige Intensiv-Deutsch-Ausbildung zugesagt, aber dann waren es nur 6 Wochen
- 5 Tage Arbeit pro Woche wurden versprochen, doch dann waren es nur ein oder zwei Tage
- Es wurde eine Wohnung zugesagt, aber nur ein Gemeinschaftszimmer mit drei weiteren Pflegekräften wurde zur Verfügung gestellt
- Es wurde eine Beschäftigung bei einem Arbeitgeber versprochen, in der Realität wurde die Krankenschwester allerdings von einer Leiharbeitsfirma zu verschiedenen Arbeitgebern geschickt, teilweise mit Anfahrtszeiten bis zu zwei Stunden,
- Weitere Deutschkurse in Deutschland wurden versprochen, jedoch nicht angeboten,
- Die Gehälter waren oft niedriger, als vorher versprochen,
- Teilweise wurde deutlich unter dem heutigen Mindestlohn bezahlt und die Gehälter wurden willkürlich neu festgesetzt, nachdem die Krankenschwester Deutschland erreichte.

In diesen Fällen brachen die meisten der Krankenschwestern ihren Aufenthalt in Deutschland ab. Sie wurden teilweise von Agenturen bedroht, dass sie aufgelaufene Kosten von bis zu 5.000 € bezahlen müssten. In zwei Fällen gab es dazu ein Gerichtsverfahren, das die Agentur jeweils verlor.

Dies sind die schlechten Beispiele. In etwa 50 % der Fälle arbeiten die Krankenschwestern heute noch in Deutschland. Meistens hatten die Krankenschwestern in Riga bereits ein A2/B1 oder B2 Sprachlevel und verbesserten ihre Sprachkenntnisse weiter in Deutschland.

Meistens kaufte der Arbeitgeber sie nach kurzer Zeit aus dem Agenturvertrag heraus und bot einen direkten Arbeitsvertrag an. In diesen Fällen blieben die Krankenschwestern meist bis heute bei diesem Arbeitgeber.



Kontaktlinse	▼	Wurfscheiben	▼	▼	Feier	besitzanzeigendes Fürwort	▼	deutsche Vorsilbe	Hafenstadt im Irak	Gerichtsbeisitzer	▼	Backwaren
▶			○ 2					Haut am Hirschgeweih	▶			▶
Umgangsformen, Betragen		englische Biersorte	▶				○ 8	Hartgummi (Kautschuk)		auf diese Weise	▶	
▶	○ 4				Orienteale			Mensch mit gutem Appetit	▶		○ 9	
Bootschiebestange		unabhängig, eigenständig		Bogenwaffe im MA.	▶			○ 1				
fester, farbloser Überzug	▶		▼			ausgest. Rieslaufvogel	▶			Reizstoff im Tee		
techn. Erweiterung	▶							blaue Alpenblume		Laut, Klang	▶	
▶		○ 3		Jugendlicher (Kw.)		Gefäß im Haushalt	▶					ausgestorbenes Zebra
ein Balte	linksrhein. Mittelgebirge		Hautfarbe	▶	○ 5					dickflüssig		unbestimmter Artikel
geschlossener Hausvorbau	▶					Vorname Einsteins		Luftreifen	▶			
▶			französische Landschaft		Oper von Verdi					3./4. Fall von ‚wir‘		
Spielkartenfarbe		Kündigung	▶							○ 7		
Passionsspielort in Tirol	▶			arabisch: Sohn	▶			Kochgefäße				griechischer Buchstabe
▶					Stromspeicher (Kw.)		Oper von Puccini	▶		○ 11		
kosmet. Artikel für die Lippen	russischer Männername	biblischer Ort in Galiläa		griech. Stadtstaat der Antike	▶	○ 6				unbehaart		franz. Departmentst.
Kerbtier	▶		○ 10				schweiz. Presseagentur (Äbk.)		Vorname der Basinger	▶		
span. Mehrzahlartikel	▶			französischer Artikel		Hauptstadt West-Samoas	▶					japanisches Längenmaß
weibliche Verwandte			Flugwesen	▶								
▶					germanische Gottheit	▶			Rufname der Taylor †	▶		

raetselstunde.com

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

Tagespflege kann Heimunterbringung verhindern -

Dieser Teil der Versorgung ist zu wenig bekannt

In Tagespflege-Einrichtungen werden ältere und hilfsbedürftige Menschen, die zu Hause leben, (werktags) von morgens bis nachmittags betreut.

Diese teilstationäre Betreuungsform bietet viele Vorteile: Die Pflegebedürftigen können auch dann weiter zu Hause wohnen bleiben, wenn tagsüber die Versorgung durch Angehörige nicht ausreichend gesichert ist. Eine oft unerwünschte und wesentlich teurere Unterbringung im Heim kann so verhindert, oder zumindest wesentlich hinausgezögert werden. Durch die psychosoziale Betreuung werden die (noch vorhandenen) körperlichen und geistigen Fähigkeiten der Tagespflegegäste erhalten und verbessert. Der Kontakt zu anderen Menschen verhindert Einsamkeit und Isolation. Und vor allem: Angehörige, die die Pflege zu Hause übernehmen, werden tagsüber entlastet.

Die Tagespflegegäste werden von zu Hause abgeholt und auch wieder Heim gebracht. Sie bietet ihren Gästen viele interessante, aktivierende und fördernde Beschäftigungsmöglichkeiten, wie Gedächtnistraining, Gym-

nastik, Gesprächsrunden, Ausflüge, gemeinsames Kochen und Backen, Feste, kulturelle Angebote, in- und externe Dienstleistungen wie Friseur und Fußpflege, sowie Kontakte zu anderen sozialen Einrichtungen.

Gerade das gemeinsame Herrichten der Mahlzeiten ist wichtiger Bestandteil eines geregelten Tagesablaufes. So kann sich jeder Gast seinen Fähigkeiten entsprechend beteiligen. Neben den aktivierenden Tätigkeiten, spielt der zwischenmenschliche Kontakt und das persönliche Gespräch eine große Rolle. Die Möglichkeit zur Ruhe und Entspannung gibt es in entsprechend vorgesehenen Räumlichkeiten und Ruhebereichen.

Jedem Pflegebedürftigen stehen seit 01.01.2015 zusätzliche Mittel von der Pflegekasse zu. Je nach Pflegestufe, werden zwischen derzeit 231,00 € und 1.612,00 € Euro bereitgestellt. Das ermöglicht jedem Pflegebedürftigen die regelmäßige Nutzung der Tagespflege. Eine Anrechnung auf Pflegegeld oder die Sachleistung für ambulante Versorgung erfolgt dabei nicht.

Tagespflege Interview

Dieser Teil der Versorgung ist zu wenig bekannt

Hallo Herr Günther und Herr Schroedter, vielen Dank, dass Sie sich die Zeit für das Interview nehmen und unseren Lesern mal erzählen, wie das so in der Tagespflege abläuft.

Frage: Warum sollte es überhaupt in Ballenstedt und Osterfeld eine Tagespflege-Einrichtung geben?

Andreas und Robert: Damit wird das Angebot im Bereich der ambulanten Pflege abgerundet und die Möglichkeiten für das Verbleiben in der eigenen Häuslichkeit erweitert. Für den Besuch in der Tagespflege gibt es unterschiedliche Gründe. Einerseits gibt es viele alte Menschen, die wirklich einsam sind. Sie freuen sich auf einen Tag in Gemeinschaft mit anderen.

Des Weiteren gibt es Menschen, die nicht, oder nur schlecht allein bleiben können. Angehörige machen sich Sorgen und suchen nach einer Lösung, da sie selbst aus unterschiedlichen Gründen, z. B. Berufstätigkeit, die Versorgung tagsüber nicht gewährleisten können. Ein weiterer Grund ist gegeben, wenn dementiell erkrankte Menschen zuhause in der Familie versorgt werden. Hier können die Angehörigen über einige Stunden am Tag entlastet werden, um andere Dinge in Ruhe zu erledigen.

In dieser Zeit wissen sie die Erkrankten, in einer freundlichen Umgebung gut versorgt.

Frage: Wer kann sich anmelden?

Andreas und Robert: Jeder, egal ob er eine Pflegestufe hat oder nicht.

Frage: Muss etwas zugezahlt werden?

Robert: Erst einmal zahlt die Pflegekasse. Es kommt darauf an, wie oft der Betreffende in die Tagespflege kommt und ob das Budget, das von der Pflegekasse zur Verfügung gestellt wird, ausgeschöpft worden ist. Eine Ergänzung durch Selbstzahlung ist möglich. Die Gäste können einen oder mehrere Tage in der Woche kommen.

Frage: Gibt es Zuschüsse?

Andreas und Robert: Unter bestimmten Voraussetzungen, besteht die Möglichkeit der Kostenübernahme, für den Besuch einer Tagespflege, durch den örtlichen Sozialhilfeträger. Zur Finanzierung der Tagespflege können ergänzende Leistungen bei erheblichem allgemeinem Betreuungsbedarf (z. B. bei Demenz) gemäß § 45 SGB XI abgerufen werden. Eine weitere Möglichkeit zur Finanzierung der Tagespflege ist die

Inanspruchnahme einer Verhinderungspflege. Diese kann im Falle der Verhinderung der Pflegeperson bei der Pflegekasse beantragt werden.

Frage: Welche Öffnungszeiten gibt es?

Andreas und Robert: Von Montag bis Freitag, von 8 bis 16 Uhr.

Frage: Wie flexibel sind die Ankunftszeiten?

Andreas und Robert: Natürlich könnte jemand auch später kommen. Aber es ist schon schön, wenn der Gast zum gemeinsamen Frühstück da ist, allein wegen dieses gemütlichen Beginns.

Frage: Werden die Gäste geholt oder Gebracht?

Andreas und Robert: Wir holen die Gäste natürlich ab, aber auch der ein oder andere Angehörige bringt seinen zu Pflegenden, beides ist möglich.

Frage: Da wir schon dabei sind: Welche Mahlzeiten gibt es, und wer bereitet die zu?

Andreas und Robert: Es gibt Frühstück, Mittagessen und Kaffeetrinken mit Kuchen. Wir bereiten alles in der Tagespflege zu, das heißt, es wird frisch gekocht und Kuchen gebacken. Die Gäste, wenn sie mögen, können sich helfend beteiligen.

Und sie können den Duft des leckeren Mittagessens oder des Kuchens auch vorher riechen – eben wie zu Hause.

Frage: Wie ist der Tagesablauf?



Andreas und Robert: Morgens kommen die Gäste ganz in Ruhe. Weil wir manche Gäste eine ganze Woche nicht sehen, werden hier schon mal die wichtigsten Informationen ausgetauscht. Anschließend frühstücken alle zusammen. Dann kann es eine Zeitungsrunde geben, gemeinsames Singen, kleine Spiele, Bewegungsübungen und andere Angebote – je nachdem wer da ist und was sie gern möchten.

Nach dem Mittagessen gibt es die Möglichkeit eines Nickerchens im Ruhesessel oder Bett. Am Nachmittag gibt es noch ein Beschäftigungsangebot, bevor es ans Kaffeetrinken geht. Die Angebote werden abgestimmt auf Jahreszeiten und Feste.

Frage: Und wann kann man sich anmelden?

Andreas: Ja entweder persönlich in der Bebelstraße 28/29 in Ballenstedt, oder telefonisch unter 039483/976001

Robert: Ja entweder persönlich auf dem Schlossberg 6 in Osterfeld, oder telefonisch unter 034422/617956

Vielen Dank für die umfangreichen Informationen, Herr Günther und Herr Schroedter.

Hol' dir dein

up!grade

**Nutze deine Chance
& bewirb dich jetzt!**

Wir suchen examinierte Pflegekräfte!



Teuchern: 03 44 43 - 25 99 71
Ermsleben: 03 47 43 - 53 11 08
Ballenstedt: 03 94 83 - 97 60 01
Osterfeld: 03 44 22 - 61 79 56

**NEUER JOB
+
NEUES AUTO**

www.apz-sa.de

**Ambulantes
PflegeZentrum**

Markt 18
06682 Teuchern

Bebelstraße 28/29
06493 Ballenstedt

Schlossberg 6
06721 Osterfeld

Lange Straße 59
06463 Ermsleben