



Österreichs Fachzeitschrift für Gesundheits-, Kranken- und Altenpflege[®]
Newsletter Nr. 39-2008

(ISSN 1024-6908)

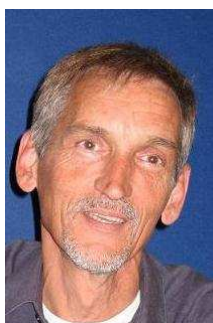
23. Jahrgang – 18. Oktober 2008

Geschätzte Leserinnen und Leser !

Wenn Sie diesen Newsletter zukünftig nicht mehr erhalten möchten, klicken Sie bitte hier:
www.lazarus.at/index.php?content=newsletteranmeldung&emailabmelden=1

**Alle früheren Wochenausgaben seit 2005 sind im PflegeNetzWerk
www.LAZARUS.at (Startseite → Archiv) als PDF-Downloads verfügbar.**

Editorial



Liebe Leserinnen und Leser,

dieser „Welt-Tag“ war längst überfällig: Der

des Händewaschens!

Als Pflegeprofis wissen wir natürlich um die enorme Bedeutung des richtigen, ausreichend langen und gründlichen Händereinigens bestens Bescheid. Und versuchen, durch **tägliche Selbstdisziplin** der allgegenwärtigen Gefahr nosokomialer Infektionen für die uns anvertrauten PatientInnen entgegen zu treten. Das ist verdienstvoll – aber nicht genug. Mehr denn je sind gerade wir als ExpertInnen gefordert, eine „Kultur der sauberen Hände“ zu etablieren und auch in unserem persönlichen Umfeld weiter zu verbreiten und zu leben!

Dies soll keineswegs bedeuten, überschießenden Hygienefanatismus nach US-Muster zu forcieren. Es reicht beispielsweise schon, einen WC-Benützer bei ungewaschenem Verlassen des Örtchens höflich und unmissverständlich in die Pflicht zu nehmen. Wir brauchen weder antibakterielle Geschirrspülmittel noch andere Allergie-fördernde Extreme im Alltag, bloß etwas bürgerschaftliche Zivilcourage, meint Ihr

Erich M. Hofer
Chefredakteur



Saubere Hände retten Leben:

1. Global Handwashing Day

Mehr als 3,5 Mio. Kinder/Jahr sterben vor dem 5. Geburtstag an Durchfall und Lungenentzündung. Simple Händewaschen vor dem Essen und nach Benützung der Toilette könnten mehr Leben retten als jeder verfügbare Impfstoff bzw. medizinische Eingriff.

Das Projekt PHASE (Personal Hygiene & Sanitation Education Programme) lehrt Kinder auf der ganzen Welt, wie wichtig Händewaschen für ihre Gesundheit und ihr Leben ist. Seit dem Projektstart vor 10 Jahren wurden in Partnerschaft mit Organisationen (AMREF - African Medical and Research Foundation, Save the Children, Millenium Village Project) mehr als 500.000 Kinder in 12 Ländern erreicht.



Mit Unterstützung von bewusst einfach gestaltetem Infomaterial und lokalen

Aktivitäten soll richtiges Händewaschen automatisiert werden, so z.B.:

- In Kibera, Kenia's größtes Armenviertel im städtischen Bereich, werden Kinder beim Fußballspielen an richtiges Händewaschen erinnert.
- In Bangladesch gibt es Hygiene-Wettbewerbe bei Kunstausstellungen.
- In La Paz (Bolivien) wird Seife auf Straßenmärkten verteilt.

"Wir haben das PHASE-Modell übernommen, weil es offensichtlich etwas bringt. Verbesserte Hygiene unter den Schülern führt zur deutlichen Reduktion von Krankheiten und damit zu weniger Fehlzeiten im Unterricht", freut sich George Okoth, Unterrichtsminister in Kenia.

Richtiges Händewaschen ist selten, nicht nur in den ärmsten Regionen. Weltweit wäscht sich maximal ein Drittel der Bevölkerung in "kritischen" Situationen wie vor dem Essen oder nach Benützung der Toilette die Hände mit Seife. Was bringen 20 Sekunden gründliche Händereinigung? Sehr, sehr viel: 44 % weniger Todesfälle durch Diarrhoe, 25 % weniger Todesfälle durch Lungenentzündung. Bei einer Untersuchung in Pakistan konnten Atemwegsinfektionen um mehr als die Hälfte reduziert werden.

Quellen:

1 UNICEF, State of the World's Children 2008

2 Lorna Fewtrell, Kaufmann R.B., Kay D., Enanoria W., Haller L., and Colford, J.M.C., Jr. 2005. "Water, sanitation, and hygiene interventions to reduce diarrhoea in less developed countries: A systematic review and meta-analysis." The Lancet Infectious Diseases, Vol. 5, Issue 1: 42-52. Curtis, V. and Cairncross, S. 2003. "Effect of washing hands with soap on diarrhoea risk in the community: A systematic review." The Lancet Infectious Diseases, Vol. 3, May 2003, pp 275-281.,

3 WELL Fact Sheet unter <http://www.lboro.ac.uk/well/resources/fact-sheets/fact-sheets-htm/Handwashing.htm>.

4 S. Luby, Agboatwalla M., Feikin D., Painter J., Billhimer W., Altaf A., und Hoekstra R. (2004) "The effect of handwashing on child health: A randomised controlled trail." The Lancet, Vol. 366, Issue 9481:225-33



UMIT-Studium:

Pflegewissenschaft nun auch in Wien und Linz

Die Tiroler Health & Life Sciences Universität UMIT (www.umat.at) bietet das Bakkalaureat-Studium der Pflegewissenschaft ab dem Sommersemester 2009 auch in Wien und Linz an. Das Studium ist für diplomierte Pflegepersonen konzipiert, die über die Hochschulreife verfügen und sich in der Pflege weiter qualifizieren wollen. Kooperationspartner sind dabei das Vinzentinum des KH der Barmherzigen Schwestern Wien und die Pflegeakademie des KH der Barmherzigen Brüder Linz. Mit diesem Schritt wird die Zusammenarbeit mit diesen beiden renommierten Krankenpflegesschulen intensiviert.



„In den letzten beiden Jahren hat sich im Rahmen des Kombistudiums Pflege, das wir ja auch gemeinsam mit dem Vinzentinum und der Pflegeakademie in Linz und Wien anbieten, eine gute Zusammenarbeit entwickelt. Es war jetzt ein logischer Schritt auch im Bereich des Bakkalaureat-Studiums eng zusammen zu arbeiten“, sagte die Leiterin des Institutes für Pflegewissenschaft an der UMIT, Univ.-Prof. Dr. Christa Them (Bild) dazu. Entsprechend der Grundphilosophie des Pflegewissenschaftsinstitutes, in der wissenschaftlichen Auseinandersetzung die Praxis nie aus den Augen zu verlieren sei jetzt geplant, am KH der Barmherzigen Brüder Linz und am KH der Barmherzigen Schwestern in Wien Zentren für Pflegewissenschaft aufzubauen.

* * *

Neue Bildungswege

Neues Lernen für Führungskräfte gefragt:

Supervision? Nein danke.

Personalplanung und Administration nehmen viel Zeit, Nerven und Energie in Anspruch und werden von Führungskräften auch als sehr belastend empfunden: Immer wieder zeigt sich die Eigendynamik der bekannten „Pareto-Regel“, der zufolge 80% des Arbeitsaufwandes nur zu 20% des Erfolges beitragen.

Verwalten statt Führen - das nervt auf Dauer ordentlich ...

Mobbing, Burnout, Konfliktmanagement sind dagegen einige jener wichtigen Themen, die Führungskräfte jeden Tag bewegen und ihre sozialen Kompetenzen voll fordern. Dennoch sehen viele in den schwammerlartig sprießenden Angeboten von Supervision weder für ihre MitarbeiterInnen noch für sich selbst wirklich eine Lösung, wie eine aktuelle Studie in OÖ wieder einmal gezeigt hat.

Warum das? Den Hauptgrund sehe ich unzweifelhaft darin, dass im Rahmen von Supervision auf die so wichtige Führungskompetenz und Führungserfahrung kaum eingegangen wird, weil die SupervisorInnen schlichtweg keine Führungskräfte, sondern in der Regel „bloß“ ExpertInnen (PsychologInnen u.ä.) sind. Daher – so auch mein eigenes Erleben – reden hier die „Blinden von der Farbe“, denn: Wer nicht täglich am **eigenen** Leib und Geist die Herausforderungen der MitarbeiterInnenführung durch(!)lebt, kann dies trotz aller seriösen fachlichen Bemühungen beim besten Willen nicht nachvollziehen.

Es wäre erfreulich, wenn diese meine These (als langjährig erfahrene Führungskraft) glaubhaft widerlegt würde – denn im Interesse der Betroffenen hätte ich nur allzu gerne unrecht. Leider ist die Realität eine andere: So wurden in drei Multicenterstudien (AU, D, CH) von den befragten Schwestern, Pflägern und AltenhelferInnen bei rund 70% ihrer SupervisorInnen **mangelnde Feldkompetenz** (das ist mehr als bloßes Fachwissen!) beklagt. Burnout-prophylaktische Wirkungen von Supervision sind bisher - anders als vielfach angenommen - noch nicht nachgewiesen worden. Fazit: Es besteht also noch ein großer Forschungsbedarf, um Supervision als Instrument der Qualitätssicherung zu bestätigen. Diese Skepsis sollte uns zu denken geben. Und uns inspirieren, **andere Wege zu finden.**

In höchst unterschiedlichen Settings seit Jahrzehnten als Erwachsenenbildner bewährt, sehe ich den Schlüssel aus vielen guten Gründen vielmehr im Bildungsbereich: Offenes (d.h. ohne vorfixiertes Programm), selbstgesteuertes Lernen von-, mit- und füreinander birgt für Führungskräfte mehr als jede „Psychologisierung“ die Chance, sich kreativ und in hohem Maße selbstreflexiv genau dort einzubringen, wo er/sie gerade steht. Wie das mit ModeratorInnen - die selbst erfahrene Führungskräfte sind - erfolgreich gelingen kann, erleben Sie bei unserem innovativen WorkLifeShop „In der Mitte liegt die Kraft“ - zu dem wir auch Sie herzlich einladen!

Erich M. Hofer



In der Mitte liegt die Kraft der „andere“ Führungs - WorkLifeShop

Termine (Wien): 6. – 7. November 2008 (nur noch **2 offene Plätze!**)
oder: 4. – 5. Dezember 2008 (bereits ausgebucht)

Zeit: 09.00 - 17.00 Uhr (Do), 09.00 - 15.00 Uhr (Fr)
Ort: POWERSERV-Zentrale, 1070 Wien, Kirchberggasse 33
Unkostenbeitrag: Euro 297,- (exkl. Mittagstisch)

Rasche Anmeldung erbeten: Per E-mail an: institut@lazarus.at

Wir freuen uns auf eine spannende, ertragreiche Begegnung mit Ihnen!

Laktose-Intoleranz - Je älter der Käse, umso besser:

Kein Totalverzicht auf Milchprodukte erforderlich

Kein Topfenkuchen, kein Pudding, keine Eiscreme - Menschen mit Laktoseintoleranz streichen Milch, Milchprodukte sowie daraus zubereitete Speisen meist komplett aus ihrem Speiseplan. Etwa 15% der Erwachsenen können Milchzucker (Laktose) auf Grund eines Enzymmangels nicht oder nur teilweise verdauen. Doch ein genereller Verzicht auf Milch, Käse & Co. schränkt die Lebensqualität unnötig ein, denn mit der richtigen Auswahl steht einem Genuss nichts im Weg. Grund dafür: Die Betroffenen vertragen meist kleine Mengen Milchzucker über den Tag verteilt. Die Toleranzgrenze ist dabei von Person zu Person ganz unterschiedlich. Deshalb ist es sinnvoll, durch einen Test beim Arzt die Diagnose absichern zu lassen.

"Menschen mit Laktoseintoleranz dürfen unbesorgt bei laktosefreien Milchprodukten zugreifen, die es inzwischen von verschiedenen Anbietern in jedem Supermarkt zu kaufen gibt", informiert Vanessa Weber, Diätassistentin und Ernährungsberaterin / DGE an der Klinik für Gastroenterologie, Hepatologie und Infektiologie des Universitätsklinikums Düsseldorf. Bei laktosefreier Milch und daraus hergestellten Produkten liegt der Milchzucker bereits in Galaktose und Traubenzucker aufgespalten vor. Sie schmecken daher etwas süßer als übliche Produkte. Laut Packungsaufdruck enthalten laktosefreie Produkte höchstens 0,1 Gramm Laktose pro 100 Gramm. Manche PatientInnen befürchten selbst diese Produkte nicht zu vertragen, hat Vanessa Weber beobachtet. Doch diese Menge ist so gering, dass keine Beschwerden auftreten, selbst wenn die Betroffenen einen ganzen Liter davon trinken und so auf ein Gramm Milchzucker kommen würden. Zum Vergleich: Die meisten PatientInnen vertragen acht bis zehn Gramm Milchzucker täglich ohne Probleme.



Auch auf herkömmlichen Käse muss nicht verzichtet werden: Hart- und Schnittkäse wie Allgäuer Emmentaler, Bergkäse, Butterkäse oder Tilsiter sind praktisch laktosefrei, da Bakterien während der Reifung den Milchzucker abbauen.

Faustregel: Je älter der Käse, umso weniger Laktose steckt darin. Dies gilt nicht nur für Kuhmilchkäse, sondern auch für Hartkäse aus Ziegen- oder Schafmilch. Pur oder als Weichkäse genossen lösen Schaf- und Ziegenmilch

dagegen häufig die gleichen Probleme aus wie normale Kuhmilch, da sie ähnlich hohe Mengen Milchzucker enthalten.

Für den pikanten Käsegenuss darf es auch ein Stück Limburger, Romadur oder Winzerkäse sein. Ihr Laktosegehalt liegt unter 0,1 Gramm pro 100 Gramm und befindet sich damit im grünen Bereich. Der beliebte Mozzarella kommt je nach Hersteller auf 0,5 bis 1 Gramm Milchzucker und ist damit bedingt empfehlenswert. Hohe Milchzuckermengen enthalten Frischkäse, Hütten- und Schmelzkäse: Sie sollten besser gemieden werden. Sauermilchprodukte, wie Joghurt und Buttermilch, werden meist gut vertragen, weil die enthaltenen Milchsäurebakterien einen Teil des Milchzuckers in Milchsäure umwandeln. Ein Esslöffel Crème fraîche sowie süße oder saure Sahne zum Verfeinern sind ebenfalls unproblematisch.

Fazit

Auch bei Laktoseintoleranz ist es möglich, Milchprodukte zu genießen und sich ausgewogen zu ernähren. Besonders wichtig sind Milch und Milchprodukte auf Grund ihres Calciumgehalts für Kinder, die in der Wachstumsphase sind. Aber auch bei Erwachsenen sollten Milchprodukte auf dem Speiseplan stehen. Bei älteren Menschen kann es zu einer Unterversorgung an Eiweiß kommen, wenn neben wenigen Milchprodukten zugleich auch wenig Fleisch und Fisch gegessen werden. Wer sich in Ernährungsfragen unsicher ist, sollte sich zudem nicht scheuen, professionelle Ernährungsberatung in Anspruch zu nehmen. "Hier lässt sich sehr viel Angst und Verunsicherung nehmen", so die Erfahrung von Vanessa Weber.

Quelle: www.food-monitor.de

* * *



Veranstaltungen



EINLADUNG ZUR
FACHKONFERENZ II
AM MITTWOCH, 22. OKTOBER 2008

**DIE ZUKUNFT
IN DER BETREUUNG UND
PFLEGE ÄLTERER MENSCHEN –
STIMMEN DIE PROGNOSEN?**

Fachtagung

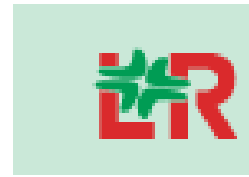
Zeit: 22. Oktober 2008
Ort: Haus Wieden des KWP
Ziegelofengasse 6 a, 1040 Wien

Keine Tagungsgebühr – die Teilnahme ist inkl. Mittagstisch und Kaffeepausen kostenlos, eine verbindliche Anmeldung aufgrund der begrenzten TeilnehmerInnenzahl erforderlich.

Organisation: Peter Mader, Ombudsmann Heim und Pflege im PVÖ.
Anmeldung und nähere Infos: Sabine Wlazny,
Tel: 01/31372-45, Mail: sabine.wlazny@pvoe.at

10 Jahre Lohmann & Rauscher:

Das Erfolgsrezept: Qualität



Vor zehn Jahren wurde das deutsch-österreichische Gemeinschaftsunternehmen Lohmann & Rauscher (L&R) gegründet. Heute zählt das Unternehmen zu den führenden internationalen Anbietern von Medizinprodukten. Neben modernen Verbandmitteln produziert und vertreibt das Unternehmen Hygieneprodukte sowie Therapie- und Pflegesysteme höchster Qualität.

Diese Erfindungen gingen um die Welt: 1930 gipsten Chirurgen und Orthopäden erstmals Beine und Arme mit einer fixierten Gipsbinde ein. Der leichte und dennoch stabile Gipsverband eröffnete völlig neue Behandlungsmöglichkeiten und ist heute aus keiner Praxis mehr wegzudenken. 1942 bedeckte das erste atmungsaktive Pflaster Wunden jeglicher Art und sorgte für ein heilungsförderndes Milieu. 1957 kam dann der erste Verbandstoff auf den Markt, der Patienten nicht mehr vor dem Wechsel zittern ließ – denn er verklebte nicht mit den Wunden.

Diese und viele weitere Entwicklungen aus dem Hause Lohmann setzten neue Maßstäbe in der medizinischen Versorgung. Vor nunmehr 10 Jahren fusionierte die deutsche Lohmann Medical mit dem Wiener Unternehmen Rauscher zu L & R Int. GmbH & Co. KG. Die Kompetenz beider Unternehmen kommt seither dem deutsch-österreichischen Gemeinschaftsunternehmen zugute.



L & R gehört heute zu den führenden europäischen Anbietern von Medizinprodukten. In der Kompressionstherapie ist das Unternehmen sogar internationaler Marktführer.

Die Produkte zeichnen sich nicht nur durch hohe Qualität, sondern auch durch außergewöhnliche Eigenschaften aus. Ein Beispiel ist der polyhexanidhaltige Wundverband aus der Suprasorb®-Familie, mit dem chronische Wunden selbst von hartnäckigen MRSA-Keimen befreit werden können. „Unsere Kunden schätzen unsere Produkte, weil sie einfache Lösungen für medizinisch komplexe Situationen bieten. Sie sind das Ergebnis intensiver Forschung, die in unseren Kompetenzzentren geleistet wird“, betont Dr. Helmut Leuprecht, Vorsitzender der Geschäftsführung.

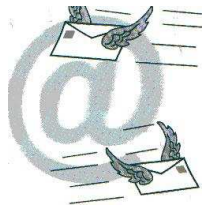


Neben modernen Verbandmitteln produziert und vertreibt L & R Hygieneprodukte sowie Therapie- und Pflegesysteme. Ziel des Unternehmens ist, das medizinische Fachpersonal mit optimalen Produkt- und Systemlösungen zu versorgen sowie den Heilungsprozess für den Patienten so angenehm wie möglich zu gestalten.

In den letzten zehn Jahren konnte das Unternehmen eine Umsatzsteigerung von über 30 Prozent auf rund 400 Mio. Euro (2007) erzielen und beschäftigt 3.300 MitarbeiterInnen in 19 Ländern. „Die Zahlen zeigen, dass die Fusion der richtige Schritt zum Erfolg war“, resümiert Dr. Leuprecht (www.lohmann-rauscher.at).

LAZARUS gratuliert dem gesamten L & R-Team herzlich zu diesem Jubiläum!

* * *



Liebe Leser/innen !

Wenn Ihnen der Newsletter gefällt, dann machen Sie doch auch Ihre Kolleg/innen und interessierte Freunde darauf aufmerksam! Auf der Startseite des PflegeNetzWerks www.LAZARUS.at kann sich jede/r kostenlos mit der dienstlichen oder privaten Email-Adresse registrieren und problemlos wieder löschen lassen.

* * *

Eine sonnige, bunte Herbstwoche wünscht Ihnen

®

LAZARUS

Erich M. Hofer
Gründer & Chefredakteur

Impressum:

Medienbüro LAZARUS
A-3062 Kirchstetten, NÖ.
E-mail: office@lazarus.at

PflegeNetzWerk: www.LAZARUS.at