



Österreichs Fachzeitschrift für Gesundheits-, Kranken- und Altenpflege[®]
Newsletter Nr. 04-2009

(ISSN 1024-6908)

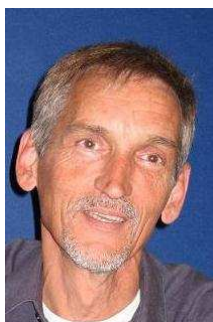
24. Jahrgang – 31. Jänner 2009

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,

der Wahnsinn auf unseren Skipisten nimmt immer unerträglichere Ausmaße an. Immer lauter wird daher die Forderung nach Regeln, da uns diese weitgehend gesetz(es)schutz(-)lose Freiheit offenbar nicht gut tut: Von der Helmpflicht (nicht nur für Kinder) über einen Ski-Führerschein (mit Promille-Grenze natürlich) und eigenen „Pistenwächtern“ mit Wegweisungsrecht für betrunkene oder selbstüberschätzte Risikoläufer, bis hin zu eigens markierten Pisten für gefährliche (da sichteingeschränkte) Snowboarder/innen reicht die vielerorts aufgeflamnte Debatte...

Faktum ist, dass die Frequenz auf unseren (leider immer besser präparierten) Pisten zunimmt und die Unfallgefahr daher schon allein wegen der immer höheren Geschwindigkeit steigt und steigt. Und damit auch die Kostenfrage für die nicht Ski laufende Allgemeinheit...

Wir werden daher geeignete **Regeln und Aufsichtsorgane** (wie in öffentlichen Bädern längst üblich) ebenso brauchen wie auch eine **private Versicherungspflicht** für ALLE Skiläufer/innen, damit die aus dem Ruder gelaufene „Freiheit“ des einzelnen Pistenbenützers wieder dort ihre Grenze findet, wo die des Nächsten anfängt, meint Ihr

Erich M. Hofer
Chefredakteur

Paracelsus Medizinische Privatuniversität Salzburg (PMU): Das „2in1 Modell Pflege“

Die demografische Entwicklung unserer Gesellschaft, die immer älter wird, und auch die rasanten Veränderungen im Gesundheitssystem bringen für die Pflegeberufe neue Anforderungen und die Notwendigkeit komplexer Problemlösungen. Mit einem völlig neuartigen Ausbildungsangebot des Instituts für Pflegewissenschaft an der PMU in Salzburg liegt nun ein innovatives Studium vor, das Wissenschaft und Forschung sowie pflegerische Praxis miteinander verbindet. Beim „2in1 Modell Pflege“ kann nach nur sieben Semestern sowohl ein universitärer Abschluss (Bachelor of Science in Nursing) als auch eine praktische Berufsausbildung und –berechtigung (Diplomabschluss in der allgemeinen Gesundheits- und Krankenpflege) erworben werden.



Die ersten 38 Studierenden,
Univ.-Prof. Dr. Jürgen Osterbrink

Gemeinsame Ausbildung

Die PMU bietet dieses Studium in Kooperation mit ausgewählten Schulen für Gesundheits- und Krankenpflege an. Im Oktober 2008 starteten die ersten Studiengänge gemeinsam mit dem Rudolfinerhaus in Wien und dem Klinikum Wels-Grieskirchen in Wels/OÖ, den ersten pflegewissenschaftlichen Lehrkrankenhäusern im deutschsprachigen Raum. „Mit der Ernennung der Lehrkrankenhäuser ist es gelungen Theorie und Praxis auch sichtbar zu verbinden“, so Univ.-Prof. Dr. Jürgen Osterbrink. „Wir bilden in dieser einzigartigen Kooperation fachlich kompetente Personen aus, die sowohl wissenschaftlich arbeiten als auch am Patientenbett professionell Hilfe leisten können“, so Mag. Christa Schilder, Schuldirektorin der Pflegeschule am Rudolfinerhaus Wien.

Vorteile des 2in1 Modell Pflege

Einzigartig an diesem Modell ist sicherlich die Kombination aus Wissenschaft und Praxis – stets verbunden mit der Grundmotivation, den Menschen helfen zu

können. Dabei erlernen die Studierenden die pflegerische Tätigkeit mit den Schwerpunkten „allgemeine und spezielle Pflege“ oder „Basiswissen Medizin“, verbunden mit Einführungen in Public Health und Statistik ebenso wie wissenschaftliches Arbeiten. Die traditionelle Pflegeausbildung wird also im „2in1 Modell Pflege“ ergänzt durch eine umfassende wissenschaftliche Grundausbildung. „Die pflegewissenschaftlichen Erkenntnisse können umgehend in der täglichen Arbeit verwertet und vertieft werden, wie auch umgekehrt die Pflegepraxis bei wissenschaftlichen Studien und der Möglichkeit, neue Methoden zu erkennen und umzusetzen, hilfreich ist“ betont Univ.-Prof. Osterbrink.

Im Rahmen der breit angelegten praktischen Ausbildung (2.300 Stunden) erhalten die Studierenden auch Einblick in die unterschiedlichen Einrichtungen des Gesundheitswesens in Österreich und im Ausland. So ist es möglich, durch Partnerschaften die Bachelor-Arbeit und verschiedene Praktika an den Schools of Nursing der University of North Florida Jacksonville, USA sowie der Glasgow Caledonian University in Schottland zu absolvieren.



v.l.n.r.: Univ.-Prof. Dr. Jürgen Osterbrink, Sr. Franziska Buttinger, KH Wels-Grieskirchen, Mag. Andrea Voraberger, Prim. Dr. Walter Aichinger, med.-wiss. Leitung der Schule

Breites Berufsfeld Pflege

Mit dem Abschluss als Bachelor of Science in Nursing und dem Diplom in der allgemeinen Gesundheits- und Krankenpflege sind die AbsolventInnen auch in der Lage, bei Bedarf jederzeit selbständig neue Versorgungs-, Beratungs- und Pflegekonzepte zu entwickeln und anzuwenden. Das eröffnet ein breites berufliches Feld – neben der Tätigkeit in Krankenhäusern und in Gesundheits- und Pflegeeinrichtungen sind das auch, nach beruflicher Erfahrung, solche in Krankenkassen, Ministerien, Health-Consultant-Groups und in der Privatwirtschaft. „Es ist eine einmalige Chance, in nur 3 ½ Jahren das Diplom der Gesundheits- und Krankenpflege sowie den universitären Bakkalaureatstitel der Pflegewissenschaft zu erwerben. Als ich beim Bewerbungsgespräch über diese Möglich-

keit informiert wurde, war es für mich klar, dass ich diesen Weg gehen werde“ schildert Studentin Karin Reisenberger ihre Entscheidung für diese Ausbildung. „Ich erwarte mir individuelle Jobchancen, sodass ich sowohl in der Pflegewissenschaft als auch in der Pflegepraxis einsteigen kann“ blickt Stefanie Raschke in die Zukunft.

Berufszufriedenheit durch Entwicklungsmöglichkeit

Studien zum Thema Burnout und Berufszufriedenheit zeigen auf, dass ein direkter Zusammenhang zwischen der Berufszufriedenheit und der persönlichen Entwicklungsmöglichkeit besteht. Die derzeit in Österreich existierende Ausbildung zum „Gehobenen Dienst für die Gesundheits- und Krankenpflege“ kann nicht in ein europäisches System integriert werden. „Österreich ist ein Nachzügler in der Akademisierung der Pflege“ sagt Mag. Andrea Voraberger, Schuldirektorin der Pflegeschule am Klinikum Wels-Grieskirchen: „Mit dem 2in1 Modell Pflege wurde ein europakonformes, systematisches Ausbildungskonzept entwickelt, das den AbsolventInnen eine durchgängige Weiterentwicklung im universitären Bildungssystem ermöglicht“.

Das 2in1 Modell Pflege ist also keine Sackgasse, sondern ermöglicht eine Vielzahl an Fort- und Weiterbildungen, auch im universitären Bereich. „Nach Abschluss dieses Studiums ist jedes Anschlussstudium möglich, zB in klinischen Fächern wie Palliative Care, Wundmanagement oder Pflegemanagement. Das eröffnet den AbsolventInnen weitere Möglichkeiten zu Führungspositionen im Gesundheitswesen“ ergänzt Univ.Prof. Osterbrink.

Zugangsvoraussetzungen und Bewerbung

Personen, die sich um eine Aufnahme bewerben, haben nachzuweisen:

- ▶ allgemeine Universitätsreife (Matura/Abitur, Berufsreifepfung oder Studienberechtigungsprüfung),
- ▶ persönliche Eignung (körperlich, geistig, psychisch und sozial) und
- ▶ die zur Erfüllung der Berufspflichten erforderliche Vertrauenswürdigkeit.

Die Bewerbung erfolgt über die kooperierenden Gesundheits- und Krankenpflegeschulen. Nähere Infos finden sich unter www.pmu.ac.at / Studium & Ausbildung: 2in1-Modell Pflege. **Studienbeginnbeginn** jeweils am 1. Oktober.



Informationen und Rückfragen:

www.pmu.ac.at

Paracelsus Universität Salzburg

Institut für Pflegewissenschaft

Maria Haderer, Studiengangsleitung "2in1-Modell"

Strubergasse 21, 5020 Salzburg

Tel.: +43-662-442002-1273; Mail: maria.haderer@pmu.ac.at

* * *

Start: Oktober 2009

2. Weiterbildung für basales und mittleres Pflegemanagement an der Akademie des Rudolfinerhauses



→ Akademie

Weiterbildung für basales und
mittleres Pflegemanagement

Beginn Oktober 2009

MediCare
in Kooperation mit
RUDOLFINERHAUS
Die erste Adresse für Bildung in der Pflege

Die Akademie am Rudolfinerhaus bietet ab Oktober 2009 zum zweiten Mal eine Weiterbildung für basales und mittleres Pflegemanagement (gem. § 64 GuKG) an. Sie erfolgt in Kooperation mit MediCare Personaldienstleistungen GmbH., ist berufsbegleitend und richtet sich an diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegepersonen, die im Pflegemanagement bereits tätig sind oder zukünftig tätig sein möchten.

Die Aufgaben einer Stationsleitung sind vergleichbar mit der Führung eines Betriebes mittlerer Größe. Stationsleitungen übernehmen große Verantwortung bezüglich Qualitätssicherung und Qualitätsentwicklung innerhalb einer Organisationseinheit. Besonders in den Bereichen Personalmanagement, Organisationsentwicklung und Führung nach betriebswirtschaftlichen Erfordernissen sind Leitungskräfte gefordert, sich neueste Erkenntnisse anzueignen und sie im täglichen Arbeitsprozess umzusetzen. Die Weiterbildung soll die Entwicklung all jener Kompetenzen fördern, die für Aneignungs- und Umsetzungsprozesse dieser Art erforderlich sind.

Die TeilnehmerInnen unseres laufenden Lehrganges schätzen an ihrer Weiterbildung:

- die praxisnahen Ausbildungsinhalte, die von großer Wichtigkeit für die Umsetzung im eigenen Arbeitsbereich sind,
- die kompetenten Vortragenden, die individuell auf die LehrgangsteilnehmerInnen eingehen und sie entsprechend ihrer bereits vorhandenen Erfahrungen fördern,
- die hervorragende Betreuung und das Ambiente des Rudolfinerhauses.

Beginn: 19.10.2009

Dauer: 15 Monate – Abschlussprüfung 03.12.2010

Leitung: Mag. Elisabeth Sittner

Ort: Akademie für Gesundheits- und Sozialberufe am Rudolfinerhaus, Billrothstrasse 78, 1190 Wien

Kosten: 4.390,00 € zzgl. Ust.

Max. TeilnehmerInnenzahl: 20 Personen

Wenden Sie sich bitte direkt an Medicare unter 01/713 07 77 oder per Mail an wien@medicare.at bzw. an Barbara Martinuzzi, Akademie am Rudolfinerhaus, unter 01/360 36 - 6520, oder per Mail an akademie@rudolfinerhaus.at.

Wir freuen uns auf Ihre baldige Anmeldung!

Aufgrund zahlreicher Anfragen und der begrenzten TeilnehmerInnenzahl sollten Sie nicht zögern, sich Ihren Ausbildungsplatz zu sichern.

Alexandra Ruthenstock, Gerhard Müller:
Interesse an Geschichte wecken
Biografiearbeit als Ausbildungsthema.

In zahlreichen intra- und extramuralen Einrichtungen des Gesundheitsbereichs wird Biografiearbeit angeboten. Biografiearbeit hat das Ziel, die Identität, das Selbstwertgefühl eines Menschen zu erhalten oder wiederzugeben. Für Pflegepersonen bedeutet es, die Menschen verstehen zu lernen, damit die Biografie als Basis für die Begleitung, Betreuung und Pflege im Alter dienen kann. Professionelle geriatrische Pflege soll auf der Biografie von Menschen aufbauen, um das Verhalten zu verstehen, das nicht von den Pflegepersonen verstanden wird.

Ziel des angeleiteten Praktikums¹ ist es, in einer realen Situation unter Anleitung zu lernen. Der folgende Artikel zeigt daher eine mögliche Vorgangsweise, wie Schüler² der Gesundheits- und Krankenpflege im Rahmen des angeleiteten Praktikums Biografie erheben können, damit die Vergangenheit des Betagten in den beruflichen Alltag eingesetzt werden kann.

1 Einleitung

Das Thema Biografiearbeit ist ein wesentlicher Bestandteil in der Zusammenarbeit mit alten Menschen. Wenn individuell auf den einzelnen Menschen eingegangen werden kann, hebt das die Arbeits- und Betreuungsqualität in den Langzeiteinrichtungen. Heimbewohner fühlen sich verstanden und gut betreut, und Pflegepersonen setzen einen weiteren Schritt in Richtung höherer Arbeitszufriedenheit (vgl. Simsa, 2004).

Zum Thema Biografiearbeit gibt es wissenschaftliche Literatur, daher wird das Thema zunächst mittels Literaturrecherche bearbeitet. Vertiefend wird darauf eingegangen, wie sich die derzeitige Situation darstellt hinsichtlich der Durchführung und Implementierung individueller Biografiearbeit.

Die Anleitung von Schülern ist ein Teilbereich in der Ausbildung und beinhaltet während der dreijährigen Ausbildung zum diplomierten Gesundheits- und Krankenpfleger insgesamt 50 Stunden. Durch eine kompetente und praxisrelevante Anleitung wird die Qualität und die Zufriedenheit von Schülern, Pflegepersonen und Heimbewohnern sowohl in der Schule als auch auf den Stationen gesteigert. Nicht nur Lehrer arbeiten motivierter mit den Schülern zusammen, sondern auch die Auszubildenden haben mehr Freude und sehen die Sinnhaftigkeit des angeleiteten Praktikums. Schüler haben die Möglichkeit an Ort und Stelle nachzufragen, sie erleben die Thematik Biografiearbeit „hautnah“ mit und die Lehrperson ist an der Seite der Schüler, dies vermittelt den Schülern wiederum Sicherheit und nimmt die anfängliche Unsicherheit. Denn die Wirklichkeit zu bewältigen kann grundsätzlich nur in der Wirklichkeit gelernt werden (vgl. Gnam, 1997).

¹ „Von diesen 2480 Stunden müssen laut Gesundheits- und Krankenpflegeausbildungsverordnung §19 Absatz 2, 2% unter Anleitung einer Lehrperson für Gesundheits- und Krankenpflege erfolgen. Dies umfasst eine Anzahl von 50 Stunden im Zeitraum der dreijährigen Fachausbildung zur diplomierten Gesundheits- und Krankenpflegeperson; z. B. entweder in Langzeitpflegeeinrichtungen oder in Institutionen der Akutpflege (z. B. interne Stationen im Krankenhaus).“ (Weiss-Faßbinder & Lust, 2004).

² Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird bei Personenbezeichnungen die männliche Form verwendet, weibliche Personen sind darin eingeschlossen.

2 Biografie – Erläuterung und Begründung

Biografiearbeit, die oft der „Schlüssel“ zu den alten Menschen ist, ist heute in vielen Institutionen ein fester Bestandteil der Pflege. Sie schafft einen Zugang, um diese Menschen besser verstehen und damit individueller pflegen, betreuen und begleiten zu können (vgl. Ruhe, 1998).

Eine notwendige Voraussetzung für Biografiearbeit ist der Aufbau gegenseitigen Vertrauens zwischen Heimbewohner und Pflegeperson. Empathie, Feingefühl, das Gefühl von Sicherheit, Pünktlichkeit (sollte z. B. ein Gesprächstermin vereinbart worden sein, so ist dieser Termin auch einzuhalten) und Diskretion sind hier sehr wichtig (www.altenpflegeschueler.de/sonstige/biografie1.php [23.3.2005]).

Biografie kennt verschiedene Ansätze und Blickrichtungen. Jedoch ist es ein gemeinsames Ziel, dass der einzelne Mensch mit seinen psychosozialen Bedürfnissen im Mittelpunkt steht (vgl. Ruhe, 1998).

Gatterer (2003) beschreibt Biografiearbeit als grundsätzliche Biografieorientierung: Mitarbeiter, die biografisch arbeiten, benötigen als unbedingte Voraussetzung den Zugang zu dem individuell gezeigten Lebenssinn des älteren Menschen. Biografisches Arbeiten bedeutet unter Umständen geradezu eine Umkehr im Denken der Pflegepersonen. Es reicht nicht mehr aus, die alten Menschen – warm-satt-sauber – zu pflegen, Pflegepersonen müssen über fachliche Kompetenz im Rahmen der Biografiearbeit sowie über soziale Kompetenz verfügen, um die Defizite unterscheiden zu können – was braucht jetzt der Heimbewohner ...? Die Erhebung von Daten im Zuge der Biografiearbeit erfolgt in der Regel weitgehend im Gespräch. Folgende Punkte sollte eine Biografie (vgl. Fischer, 2005) enthalten:

- Name, Geburtsdatum, Geburtsort
- Kindheit und Jugendzeit
- Erwachsenenalter
- Pensionsalter
- Derzeitige Lebenssituation
- Prägende Ereignisse in den einzelnen Lebensabschnitten

Biografiearbeit kann mit der betreffenden Person oder mit einem Angehörigen durchgeführt werden. Die Literatur unterscheidet zwischen Eigen- oder Fremdbiografie (vgl. Ruhe, 1998). Es ist von großer Bedeutung, dass das Gespräch an einem Ort durchgeführt wird, an dem die Privatsphäre gewahrt bleibt, z. B. in einem gemütlichen Raum auf der Station, an einem ruhigen Platz im Garten oder im Zimmer, sofern dies für den Heimbewohner stimmig und angenehm ist. Die Heimbewohner berichten uns aus ihrem Leben, oftmals auch sehr intime Geschichten. Es gibt Situationen, bei denen geweint wird, auch Umarmungen oder das Halten der Hand kann stattfinden.

Biografiearbeit verändert die erinnernden und die zuhörenden. Menschen sind nicht mehr reduziert auf die Geschichten, welche in der Gegenwart statt finden, sondern werden auch als Vergangene wahrgenommen. So kann Respekt entstehen, und dieser wiederum gründet sich nicht nur auf das Gelungene (vgl. Ruhe, 1998).

Biografiearbeit ist nicht zeitlich begrenzt, sie fordert einen kontinuierlichen Verlauf, da sie nicht ein bis zwei Tage andauert.

3 Pädagogische Einheit

Im Folgenden wird der Ablauf der angeleiteten Praktika im Rahmen der Biografiearbeit an der allgemeinen Gesundheits- und Krankenpflegeschule am Kaiserin-Elisabeth-Spital des Wiener Krankenanstaltenverbundes beschrieben.

3.1 Vorbereitung

Das angeleitete Praktikum wurde, in dieser Form, im August 2007 mit dem Thema Biografiearbeit an der allgemeinen Gesundheits- und Krankenpflegeschule am Kaiserin-Elisabeth-Spital angeboten und organisiert. Organisatorische Tätigkeiten, welche vor der Biografiearbeit im Rahmen des angeleiteten Praktikums durchzuführen sind:

- Die Einteilung von jeweils maximal zwei Schülern pro Praktikumsort, in diesem Fall in zwei Langzeiteinrichtungen.
- Das angeleitete Praktikum findet jeweils am Nachmittag statt.
- Die Heimbewohner wurden von der Lehrperson auf der Basis der Freiwilligkeit ausgesucht. Böhm (1999) spricht von der „Wichtigkeit“ eines jeden Menschen, dass er mindestens eine Stunde am Tag wichtig sein darf. Dies wird hier zum Ausdruck gebracht.
- Die Schüler werden von einer Lehrperson während des angeleiteten Praktikums betreut.

3.2 Durchführung

Im Anschluss werden die Aufgaben der Lehrperson dargebracht:

- Die Lehrperson führt das erste Biografiegespräch durch, hier wird eine Vertrauensbasis zwischen Heimbewohner und Lehrperson aufgebaut.
- Die Lehrkraft kennt die Heimbewohner meist schon durch vorangehende Besuche in der geriatrischen Einrichtung und kann dem Schüler ausgewählte Heimbewohner vorstellen, die auch gesprächsbereit sind. Die Lehrperson benutzt als Gesprächsleitfaden einen stationsinternen Biografieerhebungsbogen³.

Im nachfolgenden Text werden die Aufgaben des Schülers dargestellt:

- Schüler erarbeiten mit der Lehrperson eine Biografie, sie führen unter Anleitung ein biografisches Gespräch. Schüler arbeiten individuelle Lifeevents heraus. Die Thematik der Lifeevents wurde im Unterrichtsfach „Pflege von alten Menschen“ in der Schule theoretisch durchgenommen.
- Die prägenden Erinnerungen oder Erlebnisse werden in die stationseigene Pflegedokumentation eingetragen und umgesetzt.

3.3 Nachbereitung

- Im Anschluss findet ein Reflexionsgespräch zwischen den Schülern und der Lehrperson statt: Wo gab es Probleme? Wo sind Unsicherheiten aufgetreten? Was war klar und unklar? Welche prägenden Erlebnisse können nun in die Pflegedokumentation aufgenommen werden?
- Die erarbeiteten Resultate werden an die Pflegepersonen von der Station mündlich weitergegeben sowie schriftlich in der stationseigenen Pflegedokumentation vermerkt.

4 Schlussfolgerung zur pädagogischen Einheit

Biografiearbeit wird nicht in wenigen Tagen geleistet, sondern erstreckt sich oft über Wochen oder Monate. Der alte Mensch erzählt an manchen Tagen mehr und an

³ Dieser Biografieerhebungsbogen ist Bestandteil des Dokumentationssystems, welcher in der Langzeiteinrichtung eingesetzt wird.

anderen Tagen weniger aus seinem Leben. Einige Erinnerungen sind schmerzlich und brauchen ihre Aufarbeitungszeit.

Ein wesentlicher und wertvoller Punkt ist es, dass die Lehrperson den Schüler durch das angeleitete Praktikum führt. Diese Arbeitsform gibt den Schülern die Sicherheit, sie können strukturiert in das Gespräch gehen und danach das Gespräch mit der Lehrperson reflektieren. Die anleitende Lehrperson kann die Schüler, bei der Unsicherheit mit den alten Menschen in Kontakt zu treten, unterstützen.

5 Persönliche Reflexion

Die Evaluation des angeleiteten Praktikums hat gezeigt, dass die Gesprächsführung von Seiten der Lehrperson sehr gut dargebracht wurde, die Schüler haben sich in diesem Kontext des angeleiteten Praktikums sehr wohl gefühlt. Sie waren dankbar und froh, dabei gewesen sein zu dürfen, und das Erlebte von den Erzählenden „hautnah“ zu spüren und empfinden.

Von Seiten der Station wurde mitgeteilt, dass die Pflegepersonen mit den verschriftlichten biografischen Gesprächsauszügen weiterarbeiten konnten. Die alten Menschen waren dankbar, aus ihrem Leben erzählen zu dürfen und nebenbei war es eine Abwechslung in ihrem Alltag, denn die Menschen durften „wichtig sein“.

Zu den AutorInnen:

Alexandra Ruthenstock, akademische Lehrerin für Gesundheits- und Krankenpflege an der GuKPS am Kaiserin-Elisabeth-Spital, 1150 Wien. E-mail: alexandra.ruthenstock@wienkav.at

Mag. Dr. Gerhard Müller, MSc, akademischer Lehrer für Gesundheits- und Krankenpflege an der GuKPS am Kaiserin-Elisabeth-Spital, 1150 Wien. E-mailadresse: ger.mueller@wienkav.at

* * *

Altenarbeit

Kultursensible Begleitung Älterer:

Wenn Glaube und Werte woanders zu Hause sind

Ziel der Seniorenpolitik in Oberösterreich ist es, der älteren Generation ein selbständiges, eigenverantwortliches Leben im gesamtgesellschaftlichen Rahmen zu ermöglichen. Dies gilt auch für die älteren Migrantinnen und Migranten. Die wachsende Zahl dieser Personengruppe stellt die Institutionen der Altenarbeit vor die Herausforderung, auch den Anspruch dieser Zielgruppe auf Beratung, Begleitung und Pflege sicher zu stellen.

Vor diesem Hintergrund hatten sich im Herbst 2005 die Ausbildungseinrichtungen – Altenbetreuungsschule des Landes OÖ, Ausbildungszentrum Sozialbetreuungsberufe der Caritas Linz und Schule für Sozialbetreuungsberufe der Diakonie Gallneukirchen in Oberösterreich zu einem dreijährigen Projekt zusammengeschlossen und projektübergreifend eine gemeinsame Arbeitsgrundlage für die interkulturelle Öffnung der Altenarbeit erarbeitet.

In einem ersten Schritt wurde gemeinsam mit den Lehrgangsteilnehmer/innen eine Wanderausstellung mit den Themen erarbeitet und konzipiert. Folgende vier Themenschwerpunkten wurden aufgegriffen und Impulse zur thematischen Auseinandersetzung gesetzt: Alltag/Wohnen/Familie, Esskultur, Gesundheit/Lebensqualität und Sterbekultur/Trauerbegleitung.

Ziel war es, im Rahmen eines Projektunterrichtes eine Sensibilisierung und Reflexion für den Umgang mit der Thematik zu erreichen. Dazu wurde von den Lehrgangsteilnehmer/innen recherchiert, mit Expert/innen und mit Migrant/innen zu Gesprächsrunden eingeladen und durch gemeinsame Umsetzungsschritte ein gegenseitiges Kennenlernen und Verstehen ermöglicht.

In den Folgejahren wurden von Lehrpersonen mit Expert/innen in Arbeitsgruppen Unterrichtsmaterialien erarbeitet. In der Unterrichtsmappe 1 die Themen Migration, Kultur und Fremde und Biografieorientiertes Lernen und das Spiel „Migrokosmos“, das für die Auseinandersetzung mit der Thematik „Biografieorientiertes Arbeiten“ sehr gut verwendet werden kann. Mittels Spielkarten setzen sich die Teilnehmer/innen mit verschiedenen Themen (z.B. Bräuche im Christentum, Judentum, Islam) auseinander – und beschäftigen sich so mit den eigenen Wurzeln, hinterfragen Klischees und können Ähnlichkeiten sowie Gegensätze des eigenen Kulturkreises mit anderen entdecken.

Unterrichtsmappe 2 inkl. einer Arbeitsmappe enthält Handlungsempfehlungen zur Entwicklung kultursensibler Begleitung anhand von AEDL, konkret zu die Themen Mann/Frau sein, sich kleiden/sich pflegen, Kommunikation (Sterbe- und Trauerbegleitung) und Essen und Trinken.

Gesamtziel des Engagements für eine kultursensible Begleitung Älterer ist es, Sensibilisierungsstrategien zu erarbeiten, eine interkulturelle Öffnung der Stellen und Einrichtungen zu fördern und eine Implementierung der Qualität hinsichtlich der Ausbildungsmodule und der Begleitung im Berufs- und Lebensalltag zu ermöglichen. Aufgabe ist es daher, Mitarbeiter/innen zu qualifizieren und es erfordert die Verankerung der kultursensiblen Begleitung als Querschnittsthema in der Aus-, Fort und Weiterbildung.



Hinweis:

Die Unterrichts- und Arbeitsmappen sind zu einem Unkostenbeitrag erhältlich. Anfragen zum Projekt „Kultursensible Begleitung Älterer“ bitte an die Autorin.

Mag.a Wilma Steinbacher
Soziologin, Akad. Gerontologin, DBP
Altenbetreuungsschule OÖ, 4040 Linz
e-mail: wilma.steinbacher@ooe.gv.at

* * *

**Speziell für Ihre eiligen Angebote:
Unser 24-Stunden-TopService!**

Gesundheitspflege

**Neue Studie:
Tabuthema:
Scheideninfektion**

Jede dritte Frau ist betroffen, doch für viele ist es peinlich, darüber zu reden. Aufklärung ist wichtig: Denn in 50 % aller Fälle handelt es sich bei Juckreiz, Brennen und Ausfluss nicht um eine Pilzinfektion, sondern um eine gestörte Scheidenflora.

Eine Therapie mit Laktobazillen kann helfen - folgende Expert/innen werden dazu in Kürze die Ergebnisse einer neuen Studie in Wien der Öffentlichkeit vorstellen:



Univ. Prof. Dr. Armin Witt (Med. Universität Wien, Uniklinik für Frauenheilkunde) Gründer des Akutservices „Gyninfekt“: Teufelskreis Scheideninfektion: Laktobazillenmangel und Pilzinfektionen haben oft die gleichen Symptome! Lassen Sie sich auf keinen Fall nur von Symptomen leiten – dies führt in ungefähr der Hälfte der Fälle zu einer falschen Diagnose und Therapie.

Brigitte Moshammer-Peter (Psycho- und Sexualtherapeutin): Liebestöter und Lustkiller - Wie wirken chronische Scheideninfektionen auf das Selbstbild der Frau und auf ihr Beziehungs- und Sexualleben?

Dr. Ljubomir Petricevic (Med. Universität Wien, Uniklinik für Frauenheilkunde): Wege aus dem Teufelskreis - Die Rolle der Laktobazillen in der Therapie der bakteriellen Vaginose.

* * *

Rückenschmerzen am Arbeitsplatz Büro: **Ergonomisches Umfeld beugt vor**

Allein in Deutschland verbringen rund 16,3 Millionen Menschen den Arbeitstag im Büro - ein Fünftel der Bevölkerung sitzt täglich mehr als 6 Stunden vor dem Computer. Wenig Bewegung und schlechte Sitzhaltung gehören zum Alltag. Vor allem der Rücken leidet unter den oft ungünstigen ergonomischen Bedingungen. Aktuellen Zahlen zufolge sind etwa zwei Drittel der Bürger/innen von Rückenschmerzen betroffen, die Zahl der dauerhaft Betroffenen hat sich innerhalb der letzten zehn Jahre fast verdoppelt. Bei den Krankheitstagen verursachen Muskel- und Skeletterkrankungen (26,4%) die meisten Arbeitsausfälle.



Die Bedeutung eines rückengerechten Umfeldes im Büro ist in Anbetracht dieser Zahlen offensichtlich. Durch ergonomische Bürostühle, Tische, Stehpulte sowie PC-Eingabegeräte kann die Rückengesundheit entscheidend gefördert werden. Für Sitzgeplagte ist es dabei besonders wichtig, auf seriöse Qualitätsmerkmale zu achten. Denn nicht immer unterstützen und entlasten die vermeintlich gesunden Alltags-

gegenstände auch wirklich den Bewegungsapparat. Orthopädisch wertvolle Produkte, die den harten Prüfbedingungen einer Expertenkommission standhalten, werden mit dem Gütesiegel der Aktion Gesunder Rücken e.V. (AGR) „Geprüft & empfohlen“ prämiert. In den letzten Jahren wurden neben Büromöbeln und PC-Eingabegeräten u.a. auch Bettsysteme, Autositze, Fahrräder, Kinder- und Sitzmöbel, Schuhe, Schulranzen und Sportgeräte mit dem AGR-Gütesiegel ausgezeichnet.

Dynamik und Bewegung sind entscheidend

Wesentliches Problem der Büroarbeit ist die fehlende Bewegung. Bürostühle sollten das **dynamische Sitzen fördern**, welches die Durchblutung der Muskulatur sowie die Stoffwechselprozesse der Bandscheiben anregt. Dies wird auch durch einen veränderbaren Öffnungswinkel zwischen Sitzfläche und Rückenlehne möglich. Die Rückenlehne, deren Widerstand individuell eingestellt wird, kann durch Krafteinwirkung über den üblichen 90° Winkel hinaus nach hinten bewegt werden. Außerdem ist es wichtig, dass sich Sitzfläche und Rückenlehne individuell einstellen lassen und dass der Lendenwirbelbereich großflächig abgestützt wird.

Es geht zwischendurch doch sicher auch mal im Stehen – ein Stehpult (mit Blumentopf, Kaffeetasse und anderen schönen Dingen) fördert ganz unbewusst die Stehsitzdynamik im Büro

Eine Alternative zu klassischen Bürodrehstühlen bieten Aktivsitzmöbel wie der „swopper“ (Fa. Aeris, Bild u.): Durch die dreidimensionale Flexibilität passt sich der Sitz dem Menschen an und nicht umgekehrt. Der „swopper“ fördert und fordert Bewegung und sorgt so für erhöhte Konzentration und Leistungsfähigkeit.



Wie so oft gilt auch für den Büroalltag: Die richtige Mischung - in diesem Fall zwischen Sitzen, Stehen und Bewegen ist entscheidend. Durch einen Haltungswechsel werden Rücken- und Beinmuskulatur trainiert, Herz und Kreislauf angeregt und die Atmung verbessert. Optimal sind deshalb neben individuell ein- und höhenverstellbaren Schreibtischen auch rückenfreundliche Stehpulte (Bild o.), einige Produkte wurden bereits mit dem AGR-Gütesiegel ausgezeichnet.



Komplett wird der gesunde Arbeitsplatz durch ergonomische PC-Eingabegeräte wie Tastatur und Maus. Aufgrund ihrer Beschaffenheit können diese Verspannungen im Schulter-Nacken-Bereich sowie Kribbeln in den Fingern verhindern und schonen außerdem das Hand-Arm-System. Eine gesundheitlich unbedenkliche Haltung ermöglichen zB die mit dem Gütesiegel ausgezeichneten Tastaturen von Cherry (Bild re.) und Microsoft.



So sorgen Sie für mehr Bewegung im Büro

- Fahren Sie, wenn möglich, mit dem Rad zur Arbeit oder gehen Sie zu Fuß.
- Nehmen Sie statt dem Fahrstuhl öfter mal die Treppe.
- Zentralisierte Arbeitsbereiche wie Druckerinseln oder Kopierstationen auf dem Flur, Bibliotheken und Konferenzbereiche verbessern die Kommunikation und fördern die körperliche Bewegung.
- Durch Telefonieren im Stehen kann unkompliziert ein Haltungswechsel vorgenommen werden.

Checkliste

So wird der Bürostuhl richtig eingestellt:

Die Sitzfläche ist in der Höhe richtig eingestellt, wenn Ober- und Unterschenkel einen 90°-Winkel bilden. Zwischen Kniekehle und Vorderkante sollte noch zwei bis drei Finger breit Platz sein.

Der Rücken sollte die Lehne berühren und im Lendenbereich großflächig abgestützt werden.

Der Widerstand der Rückenlehne ist perfekt eingestellt, wenn eine angenehme dynamische Bewegung möglich ist.

Die Unterarme sollen mit den Oberarmen maximal einen rechten Winkel bilden, wenn sie auf den Armlehnen liegen.

Weitere Infos, wie die umfangreiche Broschüre „Einkaufsleitfaden für rückergerichtete Produkte“ und die Zeitschrift „rückenSignale“, sind unter www.agr-ev.de/betroffene/medien zum Preis von 9,95 Euro erhältlich.

* * *

Eine erfüllte Lebens- und Arbeitswoche wünscht Ihnen

®

LAZARUS

Erich M. Hofer
Gründer & Chefredakteur

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

PflegeNetzWerk: www.LAZARUS.at