# Brennpunkt

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Schauplatz Spitex : Zeitschrift der kantonalen Spitex Verbände Zürich, Aargau, Glarus, Graubünden, Luzern, Schaffhausen, St. Gallen, Thurgau**

Band (Jahr): **- (2013)**

Heft 6: **Spitex ist Kommunikation**

PDF erstellt am: **24.05.2024**

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

**Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

**http://www.e-periodica.ch**

## Ganz normal anders sein

**pd** // Ob es uns gefällt oder nicht: In jedem Leben schlummert das Risiko, von einer psychischen Krankheit betroffen zu werden. Was sind Auslöser, was typische Symptome, die uns hellhörig machen sollten? In Zusammenarbeit mit Pro Mente Sana hat der Beobachter-Verlag zu solchen Fragen einen gut verständlichen Ratgeber herausgegeben – mit Krankheitsbildern, Behandlungsmöglichkeiten und Hilfsangeboten. Der Ratgeber «Ganz normal anders» kann bei Pro Mente Sana bestellt werden (Fr. 38.–). Kostenlos ist dort auch eine Kurzversion im Pocket-Format erhältlich.

↗ www.promentesana.ch

Bild: Keystone/Caro/Korth

## Karrieren für Mütter ermöglichen

**red** // Die familienergänzende Kinderbetreuung trägt zur Gleichstellung der Geschlechter auf dem Arbeitsmarkt bei. Zu diesem Schluss gelangt eine Studie des Nationalen Forschungsprogramms «Gleichstellung der Geschlechter» (NFP 60). Hervorgehoben wird, dass die Betreuung in der Westschweiz besser ausgebaut ist als in der Deutschschweiz. Generell liege die Schweiz aber im internationalen Vergleich zurück, heisst es. Zwar sind bei uns 77% der Mütter mit Kindern bis zu 15 Jahren erwerbstätig, doch die meisten in sehr niedrigen Teilzeitpensen. Dank familienergänzender Kinderbetreuung erhalten Frauen und Männer die Möglichkeit, ihre Pensen anzugleichen.

## Die letzten Dinge regeln

**pd** // Unter dem Titel «Im Alter das Richtige tun» bietet Caritas neu eine umfassende Vorsorge-Mappe an. Sie enthält die Patientenverfügung, den Vorsorgeauftrag, ein Dokument, das die letzten Dinge regelt, und einen Testamentsratgeber. Die Mappe kostet Fr. 28.–, alle Dokumente sind aber auch einzeln erhältlich.

↗ www.caritas.ch

Bild: photocase.com/ Francesca Schellhaas

## Spitzwegerich: Arzneipflanze des Jahres 2014

**red** // Er hilft bei Atemwegserkrankungen, bei der Wundversorgung und bei Insektenstichen – der Spitzwegerich (Plantago lanceolata). Nun wurde er zur Arzneipflanze 2014 gekürt. Verantwortlich dafür ist die Universität Würzburg, die seit dem Jahr 1999 regelmässig die Arzneipflanze des Jahres wählt.

Spitzwegerich mildert den Hustenreiz, weil seine Blätter Stoffe enthalten, die einen schützenden Film über die Schleimhaut in Mund und Rachen legen. Weitere Bestandteile wirken antibakteriell und blutstillend. Studien liegen dazu liegen keine vor. Deshalb sei der Titel auch «eine Aufforderung zur Forschung», erklären die Pflanzen-Fachleute der Universität Würzburg.

Spitzwegerich wird schon seit Jahrhunderten in der Heilkunde genutzt. Die Pflanze hat ihren Namen von den langen, spitz zulaufenden Blättern. Sie wächst vor allem an Wegrändern und auf trockenen Wiesen. Alten Rezepten zufolge soll man die Blätter kurz kauen und dann z.B. auf einen Insektenstich legen. Bei Husten ist ein Tee aufzugießen – möglichst aber nicht nur aus Spitzwegerich: «Das schmeckt etwas bitter.»

## Endlich bewiesen: Folgenreiche Verliebtheit

**red** // Schwer verliebte Menschen können sich nur schwer konzentrieren. Was wir immer schon vermuteten, konnte nun erstmals wissenschaftlich (!) erhärtet werden, wie wir der November-Ausgabe der Zeitschrift «Motion and Emotion» entnehmen können.

In den Niederlanden testete ein Forschungsteam intensiv eine Gruppe von verliebten Studentinnen und Studenten auf ihre Konzentrationsfähigkeit. Und man fand prompt heraus: Je leidenschaftlicher jemand verliebt ist, desto leichter lässt er sich ablenken. Aber nur beim Studium und bei der Arbeit, versteht sich.

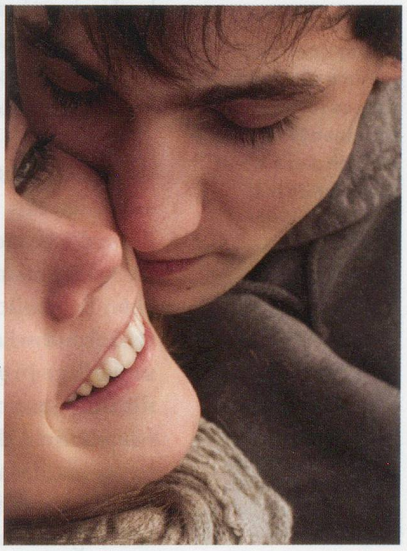

Bild: photocase.com/emoji