

Auftakt

Objektyp: **Group**

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

Band (Jahr): - **(2010)**

Heft 4: **Spital und Spitex**

PDF erstellt am: **12.07.2024**

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.

Alkohol und Medikamente

pd // Viele Menschen werden erst nach dem Pensionsalter süchtig – als Folge belastender Ereignisse (z.B. Verlust des Partners, Fehlen der Berufsarbeit). Zunehmender Alkohol- und Medikamentenkonsum sind deshalb Thema einer neuen Broschüre, die sich an Menschen ab 60 und ihr Umfeld richtet. Die Broschüre und zwei Falblätter, herausgegeben von Sucht Info Schweiz und ZüFAM, unterstützen die Arbeit von Fachleuten (z.B. Spitex). Gratisbezug: www.sucht-info.ch

Es bewegt sich etwas

red // Die Pflege setzt sich immer wieder intensiv mit Dekubitus auseinander, denn diese Wunden, verursacht durch Liegen und Druck, sind mit menschlichem Leid, Schmerzen, Arbeitsaufwand und hohen Behandlungskosten verbunden. Unter dem Titel «Dekubitus – es bewegt sich etwas!» organisiert das WE'G am Mittwoch, 29. September in Aarau eine Tagung, die aktuelles Wissen zu Prävention und Behandlung von Dekubitus vermittelt. www.weg-edu.ch



Ein Hoch auf die Müdigkeit

ks // Sind Sie müde, total müde? Dann gehen Sie mit diesem Phänomen möglichst entspannt um. Das jedenfalls empfiehlt die Autorin und Therapeutin Annette Charpentier in ihrem Buch mit dem Titel «Total müde. Ausgeschlafene Tipps für Dauergähner». Charpentier zeigt auf, dass Müdigkeit wichtig und nicht einfach lästig ist. Ohne Müdigkeit wüssten wir nicht, wann wir eine Auszeit brauchen und würden von einer Sekunde auf

die andere wegkippen. Die Autorin unterscheidet zwischen Müdigkeit als Anzeichen einer Störung unserer Befindlichkeit (Über- oder Unterforderung, Problemflucht, Depression) und Müdigkeit als wohligen Zustand. Der frühere Bundeskanzler Willy Brandt soll einmal gesagt haben, er habe die besten Ideen, wenn er ein bisschen müde sei. Das Buch ist im Ehrenwirth Verlag erschienen und bietet eine schöne Mischung aus Medizin,

Therapie und Literatur. Und das nicht nur zum Thema Müdigkeit, sondern auch zum Thema Schlaf. Übrigens, Annette Charpentier ist nach all ihren Recherchen überzeugt: Bei Müdigkeit tagsüber wirkt ein Zwanzig-Minuten-Schläpfchen Wunder. Und nachts bei Schlaflosigkeit? Das, was einen beschäftigt, aufschreiben. Dann in Ruhe einen Tee kochen und die Stille der Nacht geniessen. Kein Wunder: Annette Charpentier lebt in Wales.



Auch gegen Einbrecher

pd // Eigentlich ist das Rotkreuz-Notrufsystem gedacht für medizinische Notfälle, einen unglücklichen Sturz oder einen Schwächeanfall zum Beispiel. Manchmal allerdings hilft der Notruf auch in anderen Situationen, wie einer Medienmitteilung des SRK Kanton Zürich zu entnehmen ist: «Schweizerisches Rotes Kreuz, Grüezi Frau Müller. Wie kann ich Ihnen helfen?», sprach eine freundliche, aber laute Stimme mitten in der Nacht aus dem Notrufgerät im Schlafzimmer von Frau Müller. Die Seniorin war allein zu Hause und hatte durch die Balkontür draussen im Garten zwei dunkel gekleidete Gestalten gesehen, die sich an der Tür zu schaffen machten. Sofort drückte sie den Notruf-Knopf, worauf sich umgehend die Rotkreuz-Notrufzentrale meldete. Die dunklen Gestalten hörten die laute Stimme aus dem Gerät – und machten sich auf und davon.

