

Ganz nah

Nachrichten
rund um die Johanniter
in Schlüsselfeld | 03 2024



Sozialstation Schlüsselfeld

Ohne Beratung gibt es weniger Pflegegeld

Die Verhinderungspflege ist ein wichtiges Angebot, die einspringt, wenn die pflegende Person vorübergehend ausfällt. Ursula Benke, Sachgebietsleiterin Pflege der Johanniter in Oberfranken, beantwortet die wichtigsten Fragen zu Verhinderungspflege und Beratungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige.

Was bedeutet Verhinderungspflege?

Ursula Benke: Die Verhinderungspflege ist eine Leistung der Pflegeversicherung, die in Anspruch genommen werden kann, wenn die pflegende Person, beispielsweise wegen Krankheit, Urlaub oder aus anderen Gründen vorübergehend ausfällt. In diesem Fall übernimmt die Pflegeversicherung die Kosten für eine Ersatzpflegekraft etwa durch einen ambulanten Pflegedienst. Die Verhinderungspflege kann für bis zu sechs Wochen im Jahr in Anspruch genommen werden und soll sicherstellen, dass der Pflegebedürftige weiterhin gut versorgt ist. Zudem kann auch die stundenweise Verhinderungspflege gewählt werden, sie kann über das gesamte Jahr beantragt werden.

Sie kümmern sich aber nicht nur um die zu pflegende Person, sondern auch um pflegende Angehörige?

Ursula Benke: Ganz genau. Wir beraten pflegende Angehörige, so, wie es das Sozialgesetzbuch vorgibt. Diese Beratung nach § 37.3 SGB XI ist ein verpflichtender Beratungsbesuch, der in regelmäßigen Abständen stattfinden muss, damit das an die Angehörigen ausgezahlte Pflegegeld nicht gekürzt oder gestrichen wird. Pflegebedürftige, die Pflegegeld beziehen und von Angehörigen oder ehrenamtlichen Pfle-

gepersonen zu Hause versorgt werden, sollten diese Beratung also unbedingt in Anspruch nehmen. Bei Pflegegrad 2 und 3 ist die Beratung halbjährlich, bei Pflegegrad 4 und 5 vierteljährlich erforderlich. Bei Pflegegrad 1 ist die Beratung nicht verpflichtend, wird aber einmal pro Halbjahr von der Pflegekasse gezahlt. Dasselbe gilt für Pflegebedürftige mit Pflegedienst. Ein Mitglied unseres Teams kommt dann zu den Pflegebedürftigen nach Hause, gibt praktische Tipps zur Pflege, informiert über Hilfsmittel und Unterstützungsmöglichkeiten und überprüft, ob die Pflege den Anforderungen entspricht oder ob Hilfsmittel fehlen. Pflegefachkräfte dürfen mittlerweile selbst Pflegehilfsmittel im Rahmen der Beratung verordnen.

Wie unterstützt die Beratung pflegende Angehörige konkret im Alltag?

Ursula Benke: Die Beratung ist sehr praxisorientiert. Die Berater zeigen den Angehörigen zum Beispiel, wie sie bestimmte Pflegetechniken richtig anwenden, geben Hinweise zu rückschonendem Arbeiten oder erklären den Einsatz von Pflegehilfsmitteln wie Pflegebetten oder Rollstühlen. Außerdem informieren sie über Entlastungsmöglichkeiten wie die bereits erwähnte Verhinderungspflege. Oft ist auch die emotionale Unterstützung ein wichtiger Teil der Beratung, da pflegende Angehörige durch die Pflege sehr belastet sein können.

Welche Vorteile hat es, diese Beratungsbesuche in Anspruch zu nehmen?

Ursula Benke: Die regelmäßigen Beratungsbesuche helfen dabei, die Qualität der Pflege sicherzustellen und die Angehörigen zu entlasten. Sie erhalten



aktuelle Informationen und praktische Unterstützung, was die Pflege oft einfacher und effizienter macht. Außerdem können durch die Beratung frühzeitig Probleme erkannt und Lösungen gefunden werden. Nicht zuletzt bietet die Beratung auch die Möglichkeit, sich über weitergehende Unterstützungsangebote zu informieren und in Anspruch zu nehmen, was die Pflege insgesamt nachhaltig verbessern kann.

Johanniter- Sozialstation

Marktplatz 11
96132 Schlüsselfeld

Ihre Ansprechpartnerin:

Ursula Benke, Pflegedienstleiterin
Tel. 09552 981240

E-Mail:

pflege.oberfranken@johanniter.de

Bürozeiten:

Montag – Donnerstag:

8:30 – 15:30 Uhr

Freitag: 8:30 – 12:00 Uhr



Guter Vorsatz für das neue Jahr



Jedes Jahr wieder nehmen wir uns neue Vorsätze vor: weniger Süßigkeiten zu essen, regelmäßig Sport zu treiben oder Geld zu sparen. Doch die meisten schaffen es nicht, sich an ihre Vorsätze zu halten und geben diese schon nach wenigen Monaten wieder auf. Deshalb ist es sinnvoller, sich nur kleine Ziele zu setzen: Wie wäre es dieses Mal mit dem Vorsatz, Ihre Erste-Hilfe-Kenntnisse mal wieder aufzufrischen? Mit dem Besuch eines Erste-Hilfe-Kurses tun Sie etwas für sich und können im Extremfall Leben retten!

Denn lebensrettende Maßnahmen von Ersthelfern spielen in Notfallsituationen eine sehr große Rolle. Bis ein Rettungswagen an der Unfallstelle eintrifft,

vergeht kostbare Zeit, in der Erste-Hilfe-Maßnahmen über Leben und Tod entscheiden können. In 60 Prozent aller Fälle ist der Zustand von Notfallpatienten besser, wenn bereits vor dem Eintreffen des Notfallteams Erste Hilfe durch Laien geleistet wurde. Normalerweise sollte jeder Verkehrsteilnehmer in der Lage sein, Erste-Hilfe zu leisten. Doch etwa 40 Prozent der Deutschen wissen kaum noch, was sie in ihrem letzten Erste-Hilfe-Kurs gelernt haben. Ein weiteres Problem ist, dass Menschen oft zögern, wenn sie an eine Unfallstelle gelangen, weil sie Angst haben etwas falsch zu machen. Doch den einzigen Fehler, den man machen kann, ist nichts zu unternehmen. Wer seine

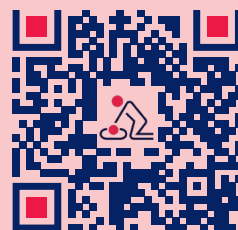
Kenntnisse immer wieder auffrischt, hat auch weniger Bedenken zu helfen! Erste Hilfe sollte deshalb regelmäßig trainiert werden. Die Johanniter in Oberfranken bieten Kurse in Erste Hilfe an, um Wissenslücken zu schließen: Dabei wird vor allem auf die praktische Einübung Wert gelegt.

Der nächste Erste-Hilfe-Kurs in Schlüsselfeld findet bereits am 1. Februar statt. Am besten gleich anmelden!

Erste-Hilfe-Kurse Schlüsselfeld 2025

An nur einem Tag können Sie ihr Wissen auffrischen. Hier unsere Kurs-Termine für Schlüsselfeld (jeweils 8:30 bis 16:30 Uhr):

- Samstag, 1. Februar
- Samstag, 5. April
- Samstag, 7. Juni
- Samstag, 2. August
- Samstag, 4. Oktober
- Samstag, 6. Dezember



qr.johanniter.de/erste-hilfe_schlusselfeld

Sanitätsdienste

Rekordzahl an Einsätzen bei Veranstaltungen



Während die einen feiern und ausgelassene Momente genießen, stehen andere bereit, um in Notfall helfen zu können. Sogenannte Sanitätshelfer sichern größere Veranstaltungen ab, um im Notfall für die medizinische Erstversorgung von verletzten oder erkrankten Besuchern zu sorgen und sie – wenn nötig – bis

zum Eintreffen des Rettungsdienstes zu betreuen. Für die oberfränkischen Johanniter steigt die Zahl dieser ehrenamtlichen Einsätze von Jahr zu Jahr an, so viele Sanitätsdienste wie dieses Jahr hat das Team noch nie geleistet. Alleine zwischen Juni und Anfang September begleiteten die Ehrenamtlichen 70 kleine und große Veranstaltungen in der Region und darüber hinaus – vom Ebracher Musiksommer über das Radrennen in der Bamberger Gartenstadt bis zu Spielen im Rahmen der Fußball-EM und dem Auftritt von Adele in München. Das zeigt zum einen, dass viele Veranstalter erkannt haben, wie wichtig es ist, ausgebildete Ersthelfer dabei zu haben, zum anderen ist das auch eine Auszeich-

nung für die Helferinnen und Helfer, die alle Einsätze ehrenamtlich in ihrer Freizeit leisten. Insgesamt 44 Ehrenamtliche der Johanniter, die alle mindestens eine Ausbildung zum Sanitätshelfer haben, waren in den letzten Monaten im Einsatz. „Unsere Ehrenamtlichen sind mit Feuer und Flamme dabei. An erster Stelle steht natürlich, dass sie anderen Menschen im Notfall helfen wollen. Aber die Sanitätsdienste machen auch Spaß. Und wenn alle gut zusammenarbeiten, dann ist es ein tolles Gefühl. Es geht auch um Gemeinschaft und Kameradschaft“, erzählt Sandra Kleinlein, die alle Sanitätsdienste bei den Johannitern Oberfranken koordiniert.

Sicherheit, die nie von Ihrer Seite weicht



Auf Knopfdruck kommt Hilfe, rund um die Uhr, 356 Tage im Jahr.

Ist der Johanniter-Hausnotruf für Sie das ideale Hilfsmittel für mehr Unabhängigkeit? **Nehmen Sie sich ein paar Minuten Zeit und machen Sie den Test** – am Besten zusammen mit Angehörigen oder Freunden. Anhand der Fragen erhalten Sie eine wertvolle Entscheidungshilfe, ob ein Hausnotruf für Sie Vorteile bietet!

Meine aktuelle Situation:

- o Ich bin älter als 60 Jahre.
- o Ich lebe alleine in meiner Wohnung.
- o Seit meine Frau/mein Mann nicht mehr da ist, fühle ich mich in unserem Haus vor allem nachts nicht mehr so sicher.
- o Hin und wieder möchte ich morgens gar nicht mehr aufstehen.
- o Mit fehlt jemand, mit dem ich reden kann.

- o Das Telefon ist mein wichtigster Draht zur Außenwelt.
- o Manche Dinge, die ich früher mit „links“ erledigt habe, fallen mir jetzt schwer.
- o Oft habe ich gar keine Lust für mich alleine zu kochen.
- o Manchmal fühle ich mich unsicher in der Wohnung.

Für alle Fälle:

- o Das Telefon stelle ich immer ans Bett.
- o Es geht nicht mehr wie früher, aber mit eisernem Willen schaffe ich es doch.
- o Einmal bin ich im Bad ausgerutscht und fast gestürzt.
- o Ich hatte schon einmal einen Schwächeanfall.
- o Das Treppensteigen fällt mir immer schwerer.
- o Angehörige und Freunde erledigen mir manches. Sie haben aber nicht immer Zeit.
- o Manchmal ist es mir unangenehm, Verwandte und Freunde um Hilfe bitten zu müssen.
- o Hin und wieder vergesse ich, meine Medikamente einzunehmen.
- o Einmal stand ich vor meiner Wohnung und der Hausschlüssel lag drinnen.
- o Inzwischen bade ich seltener, weil es mir zu gefährlich ist.
- o Hin und wieder überlege ich, wie ich mich für Notfälle besser absichern kann.
- o Ich bin schon mal trotz Gehhilfe gestürzt.
- o Dass schnelle Hilfe kam, war schon einmal sehr wichtig für mich.

Ich leide unter:

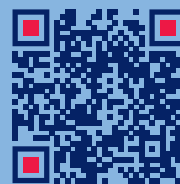
- o Asthma
- o Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)
- o Epilepsie
- o Hämophilie (Bluterkrankheit)
- o Herz-Kreislauf-Beschwerden
- o Multipler Sklerose (MS)
- o Osteoporose (Knochenschwund)
- o Spastischer Lähmung
- o Ich bin halbseitig gelähmt (nach Schlaganfall)
- o Ich bin gehbehindert.
- o Ich hatte eine Krebsoperation.
- o Ich hatte einen Herzinfarkt.
- o Ich sehe immer schlechter.
- o Ich benutze hin und wieder eine Gehhilfe.
- o Manchmal fürchte ich, dass ich doch nicht mehr lange in der Wohnung bleiben kann.

Haben Sie mehr als sechs Aussagen angekreuzt? Dann empfehlen wir Ihnen eine Beratung zum Thema Hausnotruf. Die Beratung ist selbstverständlich unverbindlich und kostenlos.

Alle Infos finden Sie unter www.johanniter.de/hausnotruf-testen.

Sie haben Fragen zum Johanniter-Hausnotruf?

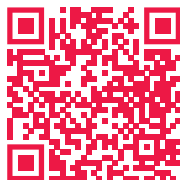
☎ 095 1 301079-311



Wir beraten Sie gerne!

Online auf dem Laufenden

Bei den Johannitern in Oberfranken bewegt sich viel – in all unseren Diensten. Vom Trauerzentrum Lacrima über unsere Kitas bis hin zum Rettungsdienst. Folgen Sie uns in den Sozialen Medien, um auf dem Laufenden zu bleiben. Wir freuen uns auf Sie!



www.facebook.com/johanniteroberfranken
www.instagram.com/johanniter_oberfranken

Welche Nummer im Notfall?



116117 bei

- Erkältungen mit Fieber, höher als 39 Grad
- starken Hals- und Ohrenschmerzen
- akuten Bauch- und Rückenschmerzen
- kleineren Schnittverletzungen



112 bei

- lebensbedrohlichen Erkrankungen wie Herzinfarkt oder Schlaganfall
- schweren Schnitt- und Platzwunden
- Kochenbrüchen
- Verbrennungen

Wenn der Schmerz nicht nachlässt



Schmerztherapie kann sowohl mit Medikamenten als auch ohne erfolgen.

Schmerz ist eine unangenehme, subjektive Sinnesempfindung, und nur die Betroffenen selbst können ermessen, wie hoch die Schmerzintensität ist. Schmerz wird ausgelöst durch die Reizung feiner Nervenfasern der Haut oder eines Organs. In einem komplexen Prozess wird die Schmerzinformation bis ins Gehirn geleitet. Schmerzen können das physische, psychische und soziale Befinden und somit die Lebensqualität massiv beeinträchtigen. Grundvoraussetzung für eine wirksame Schmerzlinderung und Schmerzbekämpfung ist eine personelle Kontinuität in der pflegerischen Betreuung sowie eine gute Zusammenarbeit mit dem behandelnden ärztlichen Fachpersonal. Therapien sollen sowohl auf physiologischer als auch auf psychologischer Ebene angeboten werden, um das Risiko schmerzbedingter Komplikationen zu vermeiden oder zu reduzieren. Das Ziel einer Schmerztherapie bei akuten Schmerzen ist die Schmerzfreiheit oder mindestens die Schmerzlinderung.

Schmerzarten im Überblick

Als **somatischer Schmerz** wird ein Oberflächenschmerz (die Haut betreffend) oder ein Tiefenschmerz (ausgehend von den Knochen, Gelenken oder der Muskulatur) bezeichnet. Der somatische Schmerz ist in der Regel gut lokalisierbar. Der **viszerale Schmerz** betrifft die inneren Organe und ist meist schlecht lokalisierbar. Betrifft der Schmerz Nervenfasern und Nervenzellen, wird er als **neuropathischer Schmerz** oder auch als fortgeleiteter Schmerz bezeichnet, da er in einer anderen Körperregion wahrgenommen wird als dort, wo er entsteht.

Akuter und chronischer Schmerz

Schmerzen können akut sein, also unvermittelt und temporär, oder chronisch, wenn sie dauerhaft auftreten.

Akuter Schmerz beginnt meist plötzlich und klingt nach einer Behandlung der Ursache wieder ab. Er tritt zeitnah auf und dient als Warnzeichen und Schutzreaktion für den Körper. Zudem hat er immer eine eindeutige Ursache wie eine Erkältung, Operation oder Verletzung und wird dadurch eher akzeptiert.

Der **chronische Schmerz** hält über die Behandlungs- oder Heilungszeit hinaus an und entwickelt sich zum Dauerschmerz. Er hat keine Warnfunktion und nicht immer eine eindeutige Ursache. Dadurch wird er meist weniger leicht akzeptiert. Beispiele hierfür sind Gelenk-, Nerven-, Bindegewebs- oder Muskelschmerzen, Migräne, Tumor-, Phantom- und Stumpfschmerzen. Chronische Schmerzen können auch durch psychische oder soziale Probleme entstehen.

Dem Schmerz vorbeugen

Damit Schmerz gar nicht erst entsteht, sollte entsprechend vorgebeugt werden: Zum Beispiel verhindert die Gabe eines Schmerzmittels vor einem Verbandwechsel unnötige weitere Schmerzen.

Die Schmerztherapie

Um Schmerzen möglichst effizient zu lindern, hilft in der Regel eine Schmerztherapie. Diese kann sowohl mit Medikamenten als auch ohne erfolgen. Zu den nicht-medikamentösen Schmerztherapien gehören zum Beispiel Kälteanwendungen, Wärmetherapie, Akupressur und Massage, atemstimulierende Einreibung, Aromatherapie, Entspannung und Ablenkung mit Musik oder visuellen Angeboten. Bei der medikamentösen Schmerztherapie werden individuell durch ärztliches oder therapeutisches Fachpersonal Medikamente verordnet.

In einem Schmerztagebuch wird festgehalten, wann und wie stark Schmerzen auftreten, um den Verlauf auch außerhalb der Betreuungs- und Pflegezeiten nachvollziehen zu können.

Quelle: Johanniter-Expertenstandard Schmerzmanagement in der Pflege

Sie suchen Unterstützung bei der Pflege eines Angehörigen oder brauchen selbst Hilfe durch einen ambulanten Pflegedienst?

Dann sprechen Sie uns an! **Aktuell haben wir in der Region Schlüssel-feld noch Kapazitäten frei.**

Wir erbringen für Sie alle Leistungen im Rahmen der Pflege- und Krankenversicherung sowie verschiedene Zusatzleistungen.

- Behandlungspflege (z.B. Wundversorgung, Medikamentenverabreichung, Injektionen)
- Grundpflege (z.B. Waschen, Duschen, Baden, Hilfe beim An- und Auskleiden)
- Demenzbetreuung
- Palliative Care



Hierzu beraten wir Sie gerne und helfen Ihnen bei der Beantragung von Leistungen bei Pflege- und Krankenkassen, Sozialämtern sowie der Überprüfung der Pflegestufe.

Benötigen Sie eine Pflegeberatung?



Pflege und Pflegebedürftigkeit sind keine Themen, mit denen man sich freiwillig beschäftigt. Oft wird man völlig unvorbereitet mit einer Situation konfrontiert, in der ein Familienmitglied pflegebedürftig wird. Doch auch wer bereits einen Angehörigen pflegt, hat oft viele Fragen. Wir helfen Ihnen gerne weiter.

Vereinbaren Sie einfach einen Termin mit unserer Pflegeberaterin
Alexandra Günster 09552 981240
pflege.oberfranken@johanniter.de

Impressum

Herausgeber:

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Regionalverband Oberfranken
Gutenbergstr. 2a, 96050 Bamberg
Tel. 0951 301079-0

E-Mail: oberfranken@johanniter.de

Verantwortlich für den Inhalt:

Uwe Kinstle, Mitglied des Regionalvorstandes

Redaktion: Patrizia Renninger

Gestaltung: Artwork, Patrizia Renninger

Druck: flyeralarm

Fotos: Marcus Brodt, Tim Stog, JS auf Pixabay, Patrizia Renninger, Johanniter