



- Die Zusammenarbeit mit unseren Hausärztinnen und Hausärzten seite 2
- Zitate von unseren Hausärztinnen und Hausärzten Seite 3
- Mobil für Sie Seite 4
- Interessensgemeinschaft pflegender Angehöriger Seite 5
- Logopädische Therapie Seite 6
- **24. Rodauner Kirtag** Seite 6
- Parkinson, Buchtipp und weitere Informationen Seite 7-8

editorial



Susanne Efthimiou Redakteurin, PR & Marketing

Liebe Leserin, lieber Leser! Liebe SMIR-Mitglieder! Liebe Klientinnen und Klienten!

"Zusammenarbeit"ist das Thema dieser Ausgabe von SMIR aktuell. Sie ist ein grundlegender Bestandteil von ganzheitlicher Pflege. Wenn viele Menschen und Institutionen sich um jemanden kümmern, nicht miteinander in Kontakt sind und nicht kommunizieren, geht viel an wertvoller Kraft verloren.

SMIR ist es ein großes Anliegen, gut vernetzt und im Austausch mit all jenen zu sein, die für unsere Klienten und Klientinnen in ihrer jeweiligen Verfassung wichtig sind, um die bestmögliche Betreuung sicherzustellen.

Gemeinsam können wir vieles anbieten, um die größtmögliche Autonomie zu fördern und den Handlungsund Entscheidungsspielraum zu erweitern oder zu erhalten.

Viel Freude beim Lesen der Zeitung. Ich wünsche Ihnen allen einen wunderbaren Sommer!

Susanne Efthimiou

Zusammenarbeit mit unseren Haus- ärztinnen und Hausärzten



Nicht allein auf weiter Flur – Meine Arbeit als Schwester bei SMIR in der Hauskrankenpflege

Es ist ein schöner, wertschätzender, aber auch verantwortungsvoller Beruf, der ermöglicht, dass Klientinnen und Klienten zu Hause bleiben können, in den eigenen vier Wänden. Man wächst zusammen, gehört fast zur Familie und doch gibt es Situationen, Momente, wo wir Schwestern Hilfe brauchen, ärztliche Hilfe. Sonst würde es nicht gehen.

Rezepte, Verordnungen ärztliche Anordnungen, Hausbesuche etc. – all das hört sich selbstverständlich an, aber es ist viel mehr. Man ist vor Ort allein, auf sich gestellt, die Zeit drängt oft um eine Entscheidung zu treffen - was tun? Da ist die gute Zusammenarbeit mit den Hausärztinnen und Hausärzten mit Geld nicht zu bezahlen und in Worten schwierig auszudrücken. Ein Telefonat, whatsapp, E-Mail, ein Termin für einen gemeinsamen Hausbesuch, all dies ist für unsere Hausärztinnen und Hausärzte kein Problem. Sie lassen unsere Klientinnen/Klienten und uns nicht im Stich.

Hier nun einige Erfahrungen aus meinem Alltag:

Beim Ersteinsatz in der Früh, eine Klientin fühlt sich nicht gut, ein Anruf bei Frau Dr. Hölzel und die Antwort war: "Sind Sie vor Ort? Ich komme gleich!"

Eine Klientin braucht dringend ein Medikament, Ordination ist zu, Frau Dr. Klimpfinger hat zurzeit kein Auto. Kein Problem, Apotheke ist schon informiert und ich kann das Medikament abholen. Frau Dr. Klimpfinger kümmert sich um alles Weitere.

Mit Frau Dr. Michalek treffe ich mich im Heim, um die beste Betreuung für eine Klientin zu besprechen.

Es gibt auch Einsätze, in denen wir unsere Klientinnen und Klienten auf dem letzten Weg begleiten und auch da sind unsere Hausärztinnen und Hausärzte immer für uns erreichbar:

Frau Dr. Hudler hat die volle Ordination verlassen und stand mir in der schwierigen Situation zur Seite und Frau Dr. Pusarnig, unsere ärztliche Leiterin, hat ihr Handy in eine Schüssel auf einen Teller gelegt, damit sie meinen Anruf in der Nacht nicht überhö-

ren kann.

Das ist so wertvoll für uns Schwestern, gibt uns Sicherheit und Rückhalt. Unsere Hausärztinnen und Hausärzte hören uns zu, spenden uns Trost und liebe Worte, sind für uns da.

Das ist nicht selbstverständlich, sondern etwas ganz Besonderes!

So möchte ich einmal Danke sagen für die gute Zusammenar-

beit mit unseren Hausärztinnen und Hausärzten in all den vielen Jahren, die ich bei SMIR bin. Es ist schön, dass es Sie gibt!

Ihre Sr. Gabriele Kröner



Hier nun einige Zeilen und Zitate von unseren Hausärztinnen und Hausärzten

Dr. Sigrid Hölzel

"Ich habe vor fast 30 Jahren die Gründung von SMIR gewünscht und erlebt!

Von Anfang an war die Zusammenarbeit mit den Krankenschwestern und ehrenamtlichen Mitarbeitern eine große Unterstützung meiner hausärztlichen Tätigkeit.

SMIR ist gewachsen und im guten Sinn immer professioneller geworden mit wunderbar menschlichen und kompetenten Schwestern und Organisatorinnen.

Es ist eine sehr große Hilfe bei der Betreuung meiner sehr alten Patienten, dass ich weiß: wenn Probleme auftreten, sind die SMIR-Schwestern gut informiert und wenn nötig zu zusätzlichen akuten Einsätzen bereit.

Ich bin sehr dankbar, dass ich im Einzugsbereich von SMIR lebe und arbeite, sowohl für die Betreuung meiner Patienten als auch von Familienangehörigen."

Dr. Brigitte Hudler MSc

Wir brauchen kein Primary Health Care! Wir haben SMIR!

Wir haben es schon: das für alle Beteiligten gut funktionierende und bereichernde interdisziplinäre Netzwerk. Wir, das bin ich - seit über 23 Jahren Hausärztin im 23. Bezirk und das Team von SMIR, begleiten unsere gemeinsamen Patienten in intensivem Austausch. Besonders die modernen Medien erleichtern die Zusammenarbeit und eine zeitnahe Kommunikation z. B. wenn ich von den "Sisters" Fotos über WhatsApp zur Wundbeurteilung erhalte oder allfällige medizinische Fragen rasch geklärt werden können oder aber ein Hausbesuch angefordert wird.

Meine Patienten sind auch zum Wochenende gut betreut. Und was besonders wiegt, ist die warme Herzlichkeit und das große soziale Engagement des gesamten SMIR - Teams!

Dr. Ilse Klimpfinger

"SMIR und wir Hausärztinnen sind ein große Familie und vielen Dank, dass die Zusammenarbeit immer hervorragend klappt und unsere Patienten dadurch zu jeder Zeit optimal betreut sind."

Dr. Ilse Klimpfinger



Bestmögliche Qualität in Gesundheitsfragen wird durch die optimale Zusammenarbeit mit SMIR und unserem Team ermöglicht, wodurch ein gegenseitiges Vertrauen für die Zukunft unserer Patienten aufgebaut



PARACELSUS APOTHEKE Speisinger Str. 260, 1230 Wien

Telefon: +43 1 8882131 paracelsus-apotheke.wien

Mobil für Sie

Bitte unterstützen Sie uns beim Kauf eines neuen Dienstfahrzeuges und erwerben Sie ein oder mehrere Puzzleteile im Wert von 10,00 Euro pro Baustein.



Andrea Reisenberger Geschäftsführerin



sind unsere Mitarbeiterinnen noch mit ihren privaten PKW zu ihren Einsätzen gefahren, heute sind unsere kleinen bunten Fahrzeuge aus unserem Bezirk gar nicht mehr wegzudenken.

Auch bei der Personalsuche erweist es sich als fast unüberwindbare Hürde, wenn wir ein eigenes Fahrzeug voraussetzen, das heißt, wir müssen unseren Fuhrpark erhalten. Bei der Erhaltung unserer Autos unterstützt uns dankenswerter Weise die Firma "der Mann", wie Sie an der Aufschrift an den Fahrzeugen deutlich erkennen können.

Alle paar Jahre ist es aber notwendig, ein altes Dienstauto durch ein neues zu ersetzen und so werden wir heuer im Herbst wieder ein Fahrzeug kaufen müssen.

uns bei diesem Kauf zu unterstützen indem Sie Puzzlesteine erwerben. Ein Puzzlestein kostet 10,00 Euro und natürlich können Sie mehrere Bausteine erwerben. Sie helfen uns damit sehr, in unserem Bezirk mobil zu bleiben.

Bitte verwenden Sie den beigelegten Zahlschein und vermerken Sie als Betreff "Auto", damit wir Ihre Spende richtig zuordnen können. Bitte vergessen Sie nicht, Ihr Geburtsdatum und Ihren Namen, wie er auf Ihrem Meldezettel steht, anzugeben, damit Ihre Spende steuerlich absetzbar ist.

Ich danke Ihnen herzlich, wenn Sie uns durch Ihre Spende unterstützen, weiter schnell und flexibel in Ihrem Bezirk unterweas zu sein.

Andrea Reisenberger



Interessensgemeinschaft pflegender Angehöriger

Und wenn wir einander nicht hätten ...

Pressefoto: Christian Ander

Birgit Meinrad-Schiebel

Menschen, die betreuen und pflegen, sind und bleiben die wichtigsten Säulen in unserem Gesundheit- und Sozialsystem. Ob sie es beruflich, d.h. als professionelle Kräfte tun oder wie Hunderttausende in Österreich als pflegende Angehörige und Zugehörige oder als Menschen, die sich freiwillig und ehrenamtlich zur Verfügung stellen.

Wie ihr Alltag aussieht, ist zumeist unbeschreiblich. Er ist geprägt von den vielen Stunden in denen persönliche Zuwendung, in denen viele Handgriffe, in de-Freude, Leid, Forderung, Überforderung in stetigem Wechsel sind. Persönliche Beziehungen entstehen und werden belastet. Und nur zu oft steht am Ende des gemeinsamen Weges der Tod.

Pflegende Angehörige und Zugehörige sind in allen Altersgruppen zu finden, von Kindern, die sich um ihre Eltern, ihre Geschwister, ihre Großeltern sorgen und sie betreuen, so gut sie können bis zu Menschen, die selbst schon alt sind und ihre eigenen Bedürfnisse hintan stellen.

Dass das mittlerweile vorhandene Angebot von Unterstützungsleistungen, von Hilfe, von Rat, nicht bis zu ihnen vordringt, sie nicht erreicht, ist kein Phänomen der Verweigerung. Es ist ein Zeichen dessen, dass der Alltag mit all seinen Herausforderungen es kaum zulässt, nach Information zu suchen. Nur zu oft findet hinter verschlossenen Türen statt, was nach Hilfe und Unterstützung schreit. Und immer noch bleibt es vorwiegend die Aufgabe der Frauen, zu betreuen und zu pflegen. Rollenbilder haben sich über die Jahrzehnte kaum verändert und prägen auch die Aufgabenteilung. Dass aber gerade Frauen, die unter Umständen ihre eigene Erwerbstätigkeit hintan stellen oder

ganz aufgeben, am Ende des Berufslebens mit Pensionsnachteilen rechnen müssen, ist ein Problem, das kaum beachtet wird und zur oft zitierten Altersarmut beiträgt.

Zugleich stellt sich immer wieder die dringende Frage, ob die Angebote, die es gibt, tatsächlich die Lebensumstände der Einzelnen betreffen. Und - ob sie leistbar sind für alle. Die vielen Fragen, die unterschiedlichen Bedürfnisse stehen im Raum.

Jede Organisation – wie SMIR und andere, die bereit ist, sich diesen Fragen, Problemen aber auch den Erfolgen zu stellen, ist ein wichtiger Puzzleteil in der großen Landschaft, in der das Leben von Menschen, die Pflege und Betreuung brauchen, stattfindet.

Als Interessengemeinschaft pflegender Angehöriger sind wir gerne das Sprachrohr für pflegende Angehörige und Zugehörige und arbeiten mit allen zusammen, die das gemeinsame Anliegen tragen.

Birgit Meinhard-Schiebel







23, Willerg. 43, **Tel. 01/889 83 55**, Fax DW 10 http://www.melisits.at E-Mail melisits@melisits.at

(leinreparaturen und Gebrechensdienst

Rufen Sie uns an!

Birgit Meinhard-Schiebel

Präsidentin der Interessengemeinschaft pflegender Angehöriger

Tel.: 01 589 00 328

E-Mail: office@ig-pflege.at Website: www.ig-pflege.at

Logopädische Therapie durch Hausbesuche

Nach einem Schlaganfall, einer Hirnblutung oder auch bei neurodegenerativen Erkrankungen wie z. B. Parkinson, kann eine regelmäßige logopädische Therapie sinnvoll sein. Sie hilft bei:



Sprachstörungen

(Aphasie, Dysphasie) Sprache wieder zu verstehen, sich auszudrücken, die richtigen Worte zu finden und Sätze zu formulieren.

Sprechstörungen

(Dysarthrien, Dysarthrophonien) wieder deutlich und gut verständlich zu artikulieren und die Stimme richtig einzusetzen. besuchen. Der Weg dorthin ist vielleicht beschwerlich, muss kompliziert organisiert werden, Begleitpersonen wären notwendig etc.

Bei Ihnen zu Hause in vertrautem Rahmen, können die indivduellen Bedürfnisse und Möglichkeiten erhoben werden und eine speziell auf Sie abgestimmte Therapie stattfinden. Die logopädische Therapie erfolgt immer auf ärztliche Verordnung, die Verrechnung durch Honorarnote nach dem Wahlarztprinzip. Sowohl die Kosten für Therapie als auch für Hausbesuche können zur Refundierung bei der Krankenkasse eingereicht werden.

Barbara Sarsteiner



Schluckstörungen

Und bei **Schluckstörungen** durch das Anbahnen eines physiologischen Schluckablaufes, Verbesserung der muskulären Voraussetzungen und der Haltung, oder wenn nötig Kostadaptierung.

Viele Patienten sind allerdings nach einer Erkrankung nicht mobil genug, logopädische Praxen zu



Kommen Sie zum 24. Rodauner Kirtag

Zum traditionellen Familienfest am Sonntag, 10. September 2017 auf dem stimmungsvollen Platz vor der Rodauner Bergkirche laden die Veranstalter SMIR, Pfarre Rodaun, Bergkirche Rodaun und Rodaun Aktiv ganz herzlich ein.

Es erwartet Sie: Messe , Kirtagsmarktstände , Kinderprogramm , Bühnenprogramm, vielfältige Speisen und unsere alljährliche Tombola, bei der es wie immer viele attraktive Preise zu gewinnen gibt.

Wir freuen uns auf Sie!

"Morbus Parkinson" -

gehört zu den neurodegenerativen Krankheiten

- Neuro = die Nerven betreffend
- degenerativ = rückbildend/abbauend



Elfriede Muhibaue Pflegeassistentin

Bei der Parkinsonerkrankung sind die Dopamin erzeugenden Zellen im Gehirn betroffen. Dopamin ist ein Botenstoff, der unter anderem zur Bewegungssteuerung benötigt wird. Dopamin zählt aber auch zu den sogenannten Glückshormonen.

Weltweit wird sehr viel geforscht. So weiß man inzwischen, dass die Zerstörung der für das Dopamin zuständigen Zellen bei der Diagnose bereits weit fortgeschritten ist. Etwa 30 % der Erkrankungen scheinen genetisch bedingt zu sein, die restlichen 70% sind idiopathisch, das heißt, man kennt die Ursache eigentlich nicht.

Parkinson ist eine mehr oder weniger schnell voranschreitende Erkrankung, die zwar durch Medikamente beeinflussbar ist, aber letztendlich nicht aufgehalten werden kann.

Inzwischen weiß man auch, dass es sehr viele verschiedene Verläufe gibt und eine sehr individuelle Behandlung und Betreuung nötig ist.

Im Fachjargon wird dies "personalisierte Therapie und Betreuung" genannt.

Hinweise auf Parkinson können Magen-Darm-Beschwerden, vermindertes Riechvermögen, Sehstörungen, Schlafstörungen, Depressionen, Müdigkeit oder ein verändertes Schriftbild sein.

Das fasst man unter "nicht motorische Symptome" zusammen. Diese treten zum Teil schon bis 20 Jahre vor der eigentlichen Diagnose Parkinson auf.

Offensichtlicher sind die sogenannten "motorischen Symptome", die Bewegungsstörungen in verschiedensten Ausprägungen, wie Zittern, verändertes Gangbild, unwillkürliche Bewegungen und dergleichen.

Wichtig für einen an Parkinson erkrankten Menschen und seine Angehörigen ist ein gutes begleitendes therapeutisches Team angefangen vom Hausarzt, Neurologen, Physiotherapie, Logopäden, Ergotherapie bis hin zur Pflege.

Den Angehörigen kommt eine besondere Rolle zu. Sie kennen ihre Partner/Eltern am besten. Ihnen fallen Veränderungen oft am schnellsten auf. Gleichzeitig führt das Fortschreiten und das sehr unterschiedliche Ausprägungsbild der Krankheit zu einer besonderen Belastung.

Zum Beispiel kann es sein, dass der an Parkinson Erkrankte sich nachts kaum bewegen kann, der Gang zur Toilette wird eine echte Herausforderung. Am Morgen danach geht er aber verhältnismäßig flott zum Arzt undkann sich auch gut ausdrücken.

Aus diesem Grund ist eine sehr gute medikamentöse Einstellung

wichtig. Der zeitliche Abstand und die richtige Dosierung ist neben dem Einhalten der festen Einnahmezeiten Grundvoraussetzung, um eine möglichst stabile Einstellung zu erreichen. Gleichzeitig ist hohe Flexibilität nötig, da mehr körperliche oder psychische Belastung, akute Erkrankungen, wie eine Grippe, oder andere Medikamente und auch das Fortschreiten der Erkrankung sich sehr auf das Befinden auswirken und immer wieder Anpassungen nötig machen.

Eine immer größere Bedeutung wird der Begleitung durch Therapeuten der verschiedensten Richtungen zugemessen. Der Bogen spannt sich von Physiotherapie, Logopädie, Ergotherapie zu Qigong, Tai Chi, Feldenkrais. Auch Nordic Walking, schwimmen oder Radfahren sind förderlich.

Wichtig scheint nach den neuesten Erkenntnissen regelmäßige, intensive, vielfältige und auch fordernde Aktivität zu sein.

Das menschliche Gehirn bildet verschiedene "Bahnen" besser aus, wenn es entsprechend gefordert wird. Das Ziel ist von A nach B zu kommen und nicht immer ist der kürzeste der einfachste Weg. Wie das Sprichwort "Viele Wege führen nach Rom" sagt, scheint die Vielfalt und Abwechslung für den Parkinson Erkrankten besonders wichtig.

Fortsetzung Seite 8

Neben den Angehörigen lernen Pflegepersonen wie wir von SMIR die zu Betreuenden (besonders in der Hauskrankenpflege) meist sehr gut kennen. Sie sind damit wichtige Bezugspersonen und Schnittstelle zu Hausärzten und Neurologen, aber auch zu Angehörigen, Therapeuten und Ärzten anderer Fachrichtungen.

Elfriede Mühlbauer

Parkinson Selbsthilfe Wien

Für Betroffene und ihre Angehörigen ...

viel Information, Möglichkeit diverser Treffen von Selbsthilfegruppen und Unternehmungen

Kontaktperson: Michael Grim Cothmannstraße 5-7 Büro 2 1120 Wien Tel. und Fax: 01 982 68 21 Mobil: 0681 814 25 312 info@parkinson-selbsthilfe.at www.parkinson-selbsthilfe.at

Buchtipp

Ich möchte Ihnen auch noch ein sehr empfehlenswertes **Buch** vorstellen: "**Stürme im Kopf"** von Jon Palfreman – Dem Rätsel Parkinson auf der Spur

200 Jahre ist es her, dass James Parkinson die nach ihm benannte Erkrankung beschrieben hat. Jon Palfreman, ein auf Medizin spezialisierter Wissenschaftsjournalist, erfuhr 2011 selber von seiner Parkinsondiagnose.

In seinem 2016 erschienenen Buch (ISBN 978-3-407-86402-4) beschreibt er sehr anschaulich Frkenntnisse. Fortschritte und auch die besonderen Schwierigkeiten und Rückschläge rund um die Parkinsonerkrankung. Schlagworte, die immer wieder durch die Medien schwirren, werden anschaulich und in ihren Zusammenhängen erklärt und machen die bisherigen Bemühungen Parkinson zu behandeln sowie die neueren Ansätze für die Zukunft gut verständlich.

Das Buch beschreibt die spe-

zielle Situation von Menschen mit Parkinson. Es kann hilfreich sein, die Herausforderungen, die die Erkrankung an alle davon Betroffenen an ihre Angehörigen und an das gesamte therapeutische Team stellt, besser zu bewältigen.

Elfriede Mühlbauer

Weitere Informationen

Zeitschrift "Bild der Wissenschaft", Themenheft "**Leben mit Parkinson**"

April 2017 Autor Christian Jung ebenfalls ein Journalist mit der Diagnose Parkinson.

Besonders interessant die vielen verschiedenen therapeutischen Ansätze die er selber probiert hat und vorstellt.

Impressum

Medieninhaber, Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich SMIR, Sozial-Medizinische Initiative Rodaun, Breitenfurter Straße 455, 1230 Wien, Telefon 01 889 27 71, Fax 01 889 27 78, E-Mail kontakt@ smir.at, Homepage www.smir.at; Bankverbindung Bank Austria, IBAN AT70 1200 0006 3432 0907; hergestellt bei Offsetdruck Ing. Kurz GmbH, Industriepark 2, 8682 Mürzzuschlag, Grafik: Robert Kodicek, Layout: Annalisa Fünfleitner BEd, Redaktion: Susanne Efthimiou