

smÿr

SOZIAL-MEDIZINISCHE INITIATIVE RODAUN

27. Jahrgang | 1/2018



aktuell



Neue Mitarbeiterin Seite 2

**Abschied & Dank
Einladung Generalversammlung**
Seite 3

Poly Neuropathie Seite 4 – 5
Spendendank Seite 5

Geschäftsbericht 2017 Seite 6

Klientengebühren 2018 Seite 7

Kurse 2018 Seite 8



editorial



Susanne Efthimiou
PR & Marketing,
Redaktion

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

Wir hoffen, Sie hatten einen guten „Rutsch“ ins Jahr 2018 und sind wohlauf.

Unsere Schwester Elfi hat für Sie einen Artikel über Polyneuropathie verfasst. Die Fachausdrücke in der Medizin sind für „Nicht-Fachkräfte“ oft schwer verständlich. Wir wollen unsere Zeitung auch dafür nutzen, Ihnen Themen, die uns in der Hauskrankenpflege immer wieder begegnen, aufzugreifen und Ihnen in verständlicher Sprache näherzubringen.

Ein großes Dankeschön an die wunderbare Zusammenarbeit mit Frau Dr. Hölzel und Frau Dr. Pusarnig, die beide 2017 in Pension gegangen sind.

„Wie jedes Jahr erhalten Sie mit der ersten Ausgabe von SMIR aktuell die Einladung zu unserer Generalversammlung zu der wir alle Mitglieder sehr herzlich einladen möchten.

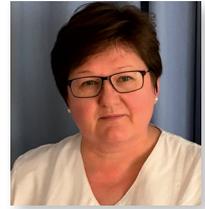
Unsere Klientengebühren und unser aktuelles Kursangebot finden Sie auf Seite 7 u. 8.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Susanne Efthimiou

Ab sofort für SIE unterwegs ...

Frau **Ingrid Uhlig**, diplomierte
Gesundheits- und Krankenschwester



DGKS Ingrid Uhlig

Mein Name ist Ingrid Uhlig-Spitzer, ich lebe mit meinem Mann und unseren drei Kindern in Wien-Kalksburg. Gebürtig stamme ich aus der Gegend um Straubing in Niederbayern, wo ich aufgewachsen und zur Schule gegangen bin. Mein Diplom als Gesundheits- und Krankenschwester habe ich 1984 erlangt. Im Lauf der Jahre konnte ich in mehreren Kliniken in Bayern und Berlin wertvolle Erfahrungen sammeln: Zu Beginn meines Berufslebens auf geburtshilflich-gynäkologischen Abteilungen, später in der Onkologie und in der Anästhesie- und Intensivmedizin.

Nach der Geburt unseres dritten Kindes hatte ich die Möglichkeit, mich einige Zeit der Familie zu widmen und die letzten Lebensjahre naher Angehöriger nicht nur als Tochter und Schwiegertochter, sondern auch als Krankenschwester zu begleiten. Mein Ziel ist es Menschen zu helfen, nach dem Grundsatz der ganzheitlichen Pflege ein gutes Leben mit bestmöglicher Lebensqualität in der vertrauten Umgebung verbringen zu können. Ich freue mich sehr, das wundervolle Team von SMIR freiberuflich unterstützen zu dürfen.

Ingrid Uhlig



Installation und Reparatur

Wasser Gas Heizung

Meisterbetrieb

Wasser Gas Heizung

Peter Melisits

Tel: 01/889 83 55

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

Kleinreparaturen und Gebrechensdienst

Partner unseres Vertrauens

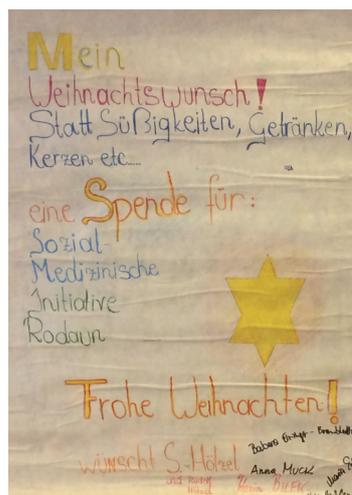
Abschied und Dank

Letztes Jahr sind zwei Ärztinnen in Pension gegangen, die eng mit SMIR verbunden waren und zum Teil immer noch sind.

Frau Dr. Hölzel war 1990 in der Gründungsphase von SMIR dabei und war uns seither bei allen Fragen, die wir hatten, eine große Stütze. Wir durften viele ihrer Patientinnen und Patienten zu Hause betreuen und so sind wir in all den Jahren unserer gemeinsamen Arbeit optimal zusammengewachsen. Zu Weihnachten sammelte Frau Dr. Hölzel für unseren Verein Spenden

den und Dank der Großzügigkeit ihrer Patientinnen und Patienten konnten wir uns jedes Jahr über mehrere tausend Euro freuen. An dieser Stelle möchte ich mich noch einmal sehr herzlich bei Ihnen allen dafür bedanken.

Frau Dr. Pusarnig war in den letzten Jahren zu einer für uns sehr wichtigen Hausärztin geworden. Auch sie war, wenn wir Fragen hatten, immer erreichbar. Bei der Betreuung ihrer Patientinnen und Patienten lernten wir sie schnell als engagierte und Probleme bei der Wurzel anpackende Ärztin kennen und schätzen. Auch sie hat zu Weihnachten



immer wieder eine Spendensammlung für den Verein SMIR organisiert und in der Schlussphase ihrer Ordination hat sie mithilfe eines selbst verzierten „SMIR-Schweinderls“ mehrere Tausend Euro für uns gesammelt. Vielen herzlichen Dank

dafür. Wir freuen uns, dass Frau Dr. Pusarnig weiterhin ärztliche Leiterin bei SMIR bleibt.

Wir wünschen Frau Dr. Hölzel und Frau Dr. Pusarnig alles Gute für die Zukunft, dass sie jetzt die Zeit für Dinge haben, die bis jetzt auf der Strecke geblieben sind. Wir werden sie als Hausärztinnen vermissen!

Andrea Reisenberger



Einladung zur Generalversammlung

am **Mittwoch, 11. April 2018 um 15 Uhr** in der Pfarre Rodaun, Schreckgasse 19 in 1230 Wien

Programm erstellt am 31.1.2018*

-  Begrüßung durch die Obfrau
-  Tätigkeitsberichte
-  Entlastung von Kassier und Vorstand
-  Neuwahl von Kassier und Vorstand
-  Allfälliges

Zur diesjährigen Generalversammlung möchten wir Sie in die Pfarre Rodaun einladen. Wie immer gibt es Brötchen, Kaffee und Kuchen. Bei der Tombola haben Sie wieder die Möglichkeit, schöne Preise zu gewinnen.

Wir bitten Sie um Ihre Zusage und telefonische Anmeldung bis 30. März 2018 unter 01 889 27 71, damit wir für Sie einen Platz reservieren können.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!



*Die Generalversammlung ist beschlussfähig, wenn alle Mitglieder ordnungsgemäß eingeladen wurden, ohne Rücksicht auf die Zahl der anwesenden Mitglieder.



„Was ist Polyneuropathie?“

Der Name Polyneuropathie (PNP) kommt aus dem Griechischen.

POLY = viele NEURO = Nerven

PATHIE = Krankheit, Leiden, Schädigung

Bei der PNP kommt es zu einer Schädigung der peripheren Nerven, also von Nerven, die außerhalb des Gehirns und des Rückenmarks liegen.

Nerven bestehen aus den eigentlichen Nervenfasern, in der die Nervenimpulse laufen und einer umgebenden Isolationschicht, Myelinschicht genannt. Versorgt werden sie durch umliegende Blutgefäße.

Teile der peripheren Nerven aktivieren unsere Muskeln und werden **motorischen Nerven** genannt. Andere leiten Informationen, die wir mit unseren Sinnen wahrnehmen (Wärme, Druck, ...) an das Gehirn, das sind die **sensiblen Nerven**. **Autonome Nerven** steuern innere Vorgänge wie Atmung, Herzschlag und Verdauung, sie unterliegen nicht unserem Willen.

Eine PNP betrifft entweder die Myelinschicht oder direkt die Nerven. Es können aber auch die versorgenden Blutgefäße geschädigt sein, dann sind oft Myelinschicht und der Nerv betroffen.

Meist ist PNP eine Folgeerscheinung einer Grunderkrankung. Etwa einer Diabeteserkrankung.

Von einer **toxischen PNP** spricht man, wenn sie durch Alkohol, Umweltgifte, Schwermetalle, Medikamente oder Drogen hervorgerufen wird.

PNP kann auch die Folge einer Autoimmunerkrankung oder einer Infektion sein. Es gibt aber auch Formen der PNP, deren Ursachen nicht gefunden werden.

All diese vielfältigen Ursachen machen die Diagnose einer PNP schwierig. Je nachdem, welche Nerven betroffen sind, zeigen sich Symptome wie:

Motorische Nerven:

Kraftverlust, Muskelkrämpfe, Koordinationsschwierigkeiten, Gehstörungen, Feinmotorik gestört

Sensorische Nerven:

Missempfinden, Kribbeln, Ameisenlaufen, Kälte, Wärme, Druck, Schmerz wird nicht mehr entsprechend wahrgenommen, aber auch stechende, brennende Schmerzen können auftreten.

Autonome Nerven:

innere Organe sind in ihrer Funktion beeinträchtigt, Störungen der Darm- und Blasenfunktion, Blutdruckschwankungen, ...

Dies alles kann je nach betroffenen Nerven und Dauer der Erkrankung in unterschiedlicher Intensität auftreten, ständig oder immer wiederkehrend, auf jeden Fall aber fortschreitend und dadurch natürlich immer belastender.

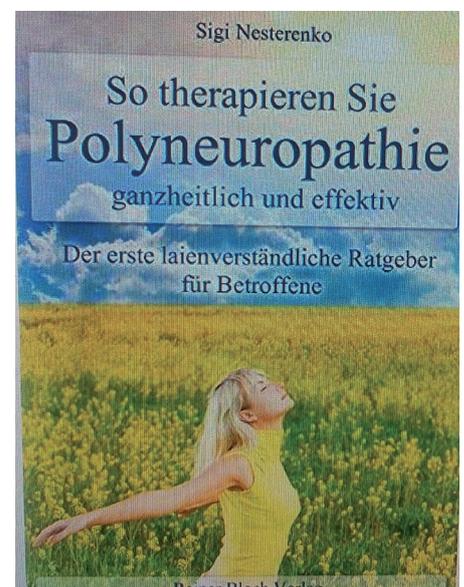


Elf Mühlbauer
Pflegeassistentin

Diverse Untersuchungen, eine neurologische Stuserhebung unter Einbezug der bisherigen Erkrankungen, Kontakte mit diversen Schadstoffen, Ernährungs- und Lebensgewohnheiten und auch gehäuft in der Familie auftretende Erkrankungen helfen eine PNP zu diagnostizieren und eine adäquate Therapie in die Wege zu leiten.

Neben entsprechenden Medikamenten ist für Diabetiker eine gute Einstellung des Blutzuckers wichtig, ist die PNP alkoholbedingt ist ein völliger Verzicht auf Alkohol angebracht, sind Schadstoffe die Ursache, geht es darum diese zu vermeiden. Ausgewogene Ernährung ist ebenso wichtig wie regelmäßige Kontrollen um den Krankheitsverlauf einschätzen zu können.

Eine physikalische Therapie ist begleitend sehr hilfreich. Ist die



PNP schon fortgeschritten, können entsprechende Hilfsmittel oder Anpassungen im Wohnbereich das Leben mit PNP erleichtern.

Manche der Symptome der PNP erinnern an das Restless Legs Syndrom. Das sind aber zwei verschiedene Krankheitsbilder. Typisch bei Restless Legs ist, dass die Beschwerden (Bewegungsdrang, Ziehen, Spannen, Kribbeln, unangenehme Gefühle etc.) bei Bewegung gelindert werden. Erschwerend für die Diagnose ist, wenn beide Krankheitsbilder gleichzeitig auftreten.

Sigrid Nesterenko hat ein Buch über PNP geschrieben, welches sehr gut zu lesen ist und viele Informationen beinhaltet. Auch Selbsthilfegruppen sind eine gute Möglichkeit sich mit anderen Betroffenen auszutauschen.

Verein Österreichische Selbsthilfe Polyneuropathie

Webseite:

www.selbsthilfe-polyneuropathie.at

Festnetz: 01 290 34 68

Mobiltelefon: 0664 159 41 13

E-Mail: joerg.leiter@a1.net

1130 Wien, Rosenhügelstraße 192A (NRZ Rosenhügel)

Gruppentreffen NRZ Rosenhügel:

einmal monatlich Donnerstag 16 Uhr, Termine siehe Webseite 1070 Wien, Stiftgasse 8

Amerlinghaus

Gruppentreffen Amerlinghaus:

jeden 1. Montag im Monat 16.45 Uhr

1120 Wien, Am Schöpfwerk 31 Nachbarschaftszentrum Wr. Hilfswerk 12

Gruppentreffen Nachbarschaftszentrum 12: jeden 1. Donnerstag im Monat 10 Uhr

1220 Wien, Rennbahnweg 27/2-3/R1/EG, hinterer Eingang Nachbarschaftszentrum Wr. Hilfswerk 22

Gruppentreffen Nachbarschaftszentrum 22: jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat 10 Uhr

Elfi Mühlbauer



Vielen Dank für Ihre Spenden



Andrea Reisenberger
Geschäftsführerin

Ich möchte mich an dieser Stelle wieder sehr herzlich für Ihre Großzügigkeit bedanken. Sie, liebe Mitglieder, Klientinnen und Klienten haben uns im Vorjahr mit 19.663,- Euro unterstützt, vielen herzlichen Dank!

Mit diesen Spenden konnten wir - gemeinsam mit einer Förderung durch den Fonds Soziales Wien - ein neues Dienstauto anschaffen, wir haben uns wieder für einen Dacia Sandero entschieden.

Auch der Ankauf neuer Computer, der auch durch den Fonds Soziales Wien gefördert wurde, konnte durch Ihre Spenden aus den laufenden Jahreserträgen finanziert werden.

Natürlich wird wieder ein großer Teil der Spenden für unseren SMIR-Fonds verwendet. Dieser Fonds ermöglicht unseren langjährigen Klientinnen und Klienten und unseren Mitgliedern Dienste in der Gesundheits- und Krankenpflege zu ermäßigten Gebühren in Anspruch zu nehmen.

Für die Spendenabsetzbarkeit ist ja nun Ihr Geburtsdatum notwendig. Ich bitte um Verständnis, dass auf unseren derzeitigen Spendenerlagscheinen noch kein ausgewiesener Platz für Ihr Geburtsdatum vorgesehen ist. Wir haben noch für ein paar Ausgaben der Zeitung diese Erlagscheine und möchten sie nicht wegwerfen. Wir werden dies, wenn wir neue Zahlscheine drucken lassen, natürlich ändern. Ich bitte Sie daher weiterhin, Ihr Geburtsdatum einfach zum Namen dazu zu schreiben bzw. dies bei online-Überweisungen ebenso zu machen.

Wenn Sie Fragen zu Ermäßigungen über unseren SMIR-Fonds haben, freue ich mich auf einen Anruf.

Andrea Reisenberger





Andrea Reisenberger
Geschäftsführerin

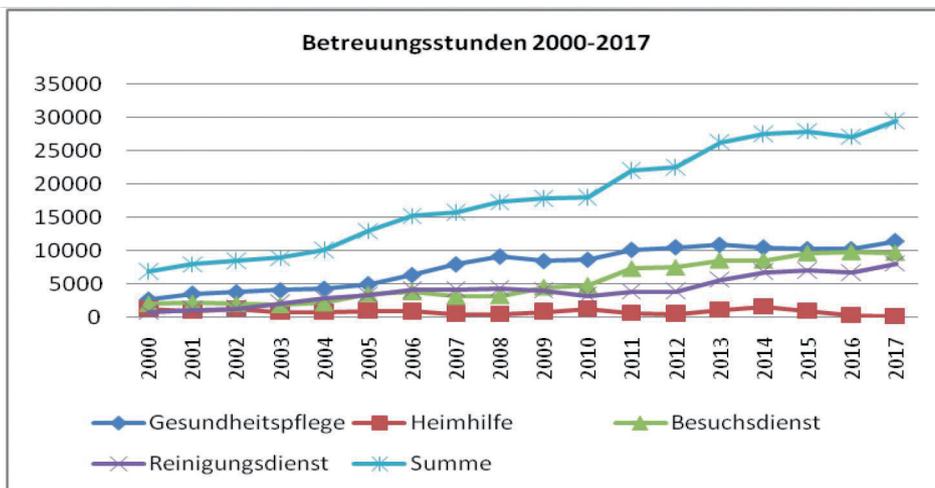
Geschäftsbericht 2017

Mitgliederentwicklung

Die Zahl der Mitglieder ist auf 740 gestiegen. Wir freuen uns sehr über das Interesse und das Vertrauen unserer vielen Mitglieder.

Betreuungsstunden

Im Jahr 2017 ist die Zahl der Betreuungsstunden wieder gestiegen und zwar in den Bereichen Gesundheits- und Krankenpflege und Besuchs- und Reinigungsdienst. Die beiden letzten Dienste werden manchmal von denselben Helferinnen und Helfern geleistet und sind deshalb nicht immer klar voneinander abgrenzbar.



Leistungsstunden 2000-2017

Jahresabschluss

Das Jahr 2017 ergab einen Jahresüberschuss von Euro 1.223,39.

Investitionen

Wir haben unsere alten Computer durch neue ersetzt und die Sicherung der Daten verbessert. Hierfür erhielten wir eine Projektförderung durch den Fonds Soziales Wien. Außerdem haben wir ein neues Auto gekauft - wir haben uns wieder für einen Dacia Sandero entschieden. Diese Investition wurde durch großzügige Spenden unserer Mitglieder - vielen herzlichen Dank - und eine Projektförderung durch den Fonds Soziales Wien finanziert.

Altern in Würde

Die Zusammenarbeit mit der 24-Stunden Organisation Altern in Würde funktioniert reibungslos. Unsere Mitarbeiterinnen haben bei über 20 Klientinnen und Klienten Erstgespräche geführt und regelmäßige Qualitätsvisiten gemacht.

Klientengebühren seit 1. Jänner 2018

In den letzten Jahren sind die Gebühren für Besuchs- und Reinigungsdienst, sowie die Wegpauschale nicht erhöht worden. Diese aktuellen Beträge werden wieder längere Zeit Gültigkeit haben.

Die Erhöhungen der Klientengebühren in der Hauskrankenpflege orientieren sich jedes Jahr an den Erhöhungen der Gehälter laut Kollektivvertrag. Diesmal sind die Verhandlungen noch nicht zu einem Ergebnis gekommen, die Gewerkschaft und die Arbeitgeberseite konnten sich noch nicht auf ein gemeinsames Ergebnis einigen. Forderungen wie Arbeitszeitverkürzung und die generell höhere Einstufung des Pflegepersonals können nur dann umgesetzt werden, wenn auch der Geldgeber – in Wien der Fonds Soziales Wien – mitzieht.

	Mo – Fr	Sa, So, Feiertag
Gesundheits- und Krankenpflege	€ 24,35/Std.	€ 35,90/Std.
Heimhilfe	€ 20,00/Std.	€ 28,70/Std.
Besuchs- und Reinigungsdienst	€ 13,00/Std.	€ 16,00/Std.
Wegpauschale	€ 5,50/Std.	€ 5,50/Std.
Einkaufsdienst 1 Geschäft	€ 13,00/Einsatz	
Einkaufsdienst für Mitglieder	€ 10,00/Einsatz	

Viele unserer Klientinnen/Klienten haben schon auf einen Einziehungsauftrag umgestellt. Damit helfen Sie uns, Kosten zu sparen und Sie selber ersparen sich einen Weg auf die Bank. Sie erhalten die Rechnung wie gewohnt etwa 14 Tage nach Monatsende, die Einziehung erfolgt dann am Ersten des darauffolgenden Monats. Unsere Schwestern bringen Ihnen gerne ein Formular, damit Sie den Einziehungsauftrag einrichten können. Wenn Sie Fragen haben, freue ich mich auf einen Anruf **01 889 27 71**

Andrea Reisenberger



Mag. pharm. Beate Eisinger-Bahr KG

A-1230 Wien, Ketzergasse 368
 T +431 888 4170
 F +431 889 2727
 E office@apothekerodaun.at
 www.apothekerodaun.at

Wir sind Spezialisten für:

- o Beratung bei Gesundheitsfragen
- o Arzneimittelberatung
- o Nährstoffe und Nahrungsergänzungsmittel
- o TCM-Anfertigungen
- o Individuelle pflanzliche und homöopathische Anfertigungen
- o Phytotherapie
- o Spagyrik
- o Homöopathie
- o Schüssler Salze
- o Bachblüten



neue Kurse Frühjahr 2018



offener Singkreis

sonntags 25.3., 22.4., 6.5., 10.6.2018 von 18.30 – 19.45 Uhr
Anmeldung bei Fr. Hable unter 0677 617 34 078



„meinen Hund richtig verstehen“ – Hundeberatung

donnerstags 8.2., 22.3., 19.4., 21.6.2018 von 18 – 20 Uhr
Anmeldung bei Fr. Husczawa unter 0680 311 31 82



Brainread – Lesen mit dem vollen Potenzial deines Gehirns!

Do. 5.4. von 11 – 19 Uhr + Fr. 6.4. von 10 – 18 Uhr
Fr. 25.5. von 14 – 22 Uhr + Sa. 26.5. von 10 – 18 Uhr
Wie wäre es, wenn Sie für Ihre Leseliteratur ab morgen nur noch die Hälfte der Zeit benötigen würden?
Anmeldung unter: kontakt@renee-isermann.com

PROBLEME MIT TECHNISCHEN GERÄTEN?

Unsere Helferlein kommen zu Ihnen nachhause und helfen rasch und günstig bei Schwierigkeiten mit TV, Handy, PC etc. Einfach anrufen: 0800 400 470. Internet: www.helferline.at

Partner unseres Vertrauens

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 Offset-
druck Ing. Kurz GmbH, Industriepark 2, 8682 Mürzzuschlag Grafik:
Robert Kodicek, *Fotos: Monika Klinger, Layout: Annalisa Fünfleitner,
Redaktion: Susanne Efthimiou