

Häusliche Krankenpflege ✦ Hauspflege ✦ Pflegefachberatung ✦ Haushaltshilfe ✦ Leistungen der Pflegeversicherung

Ambulante Kundenzeitung

Sommer 2010

3. Ausgabe 2010



Mittlerweile sind es schon 5 Jahre her, seit *Julias Pflegeteam* ins Leben startete. Inzwischen haben viele Menschen uns und unsere Arbeit kennen und schätzen gelernt.

Wir freuen uns auf die Zukunft und die Weiterentwicklung unserer Einrichtung. Sie als Kunde stehen dabei im Mittelpunkt unserer Bemühungen.

Am 1. Juli begehen wir unser Firmenjubiläum bei Kaffee und Kuchen.

Wenn Sie mögen, kommen Sie vorbei!

Вот уже 5 лет прошло с тех пор, как фирма *Julias Pflegeteam* начала свою работу. За это время у нас появилось много друзей.

Фирма продолжает своё развитие, она растёт и расширяется.

Но как и прежде для нас на первом месте стоят интересы наших клиентов.

1 июля мы празднуем пятилетний юбилей и приглашаем всех желающих принять в этом участие!



**Mitarbeiter
stellen
sich vor:**

Frau Agata
Laskowska-
Korzec

Schwester Agata, 39 Jahre, verheiratet, 2 Kinder, ist seit 18 Jahren als Pflegefachkraft tätig.

„Krankenschwester sei ihr Traumberuf seit ihrem 5. Lebensjahr“, äußert sie voller Überzeugung.

Sie bringt ihre langjährige, reichhaltige berufliche Erfahrung aus der Intensivpflege in *Julias Pflage team* ein.

Seit knapp einem Jahr ist sie unsere Kollegin und vermisst nach eigenen Angaben den *Arbeitsplatz Krankenhaus* nicht.

Frau Lydia Schmitz arbeitet seit 3 Jahren als Pflegekraft bei uns. Eine Freundin hatte ihr die Einrichtung empfohlen – sie hat ihre Entscheidung bis zum heutigen Tag nicht bereut.

Sie sagt: „Es ist schön zu sehen, dass meine Arbeit Früchte trägt und dass es den Menschen durch meine Tätigkeit besser geht.„Mein Respekt gegenüber kranken Menschen ist gewachsen – ich nehme kranke Menschen jetzt anders wahr“. Manchmal nimmt sie ihren kleinen Hund *Chicco* mit zur Arbeit - besonders unsere an Demenz erkrankten Kunden freuen sich darüber.

Агата Ласковская-Коржеч, 39 лет, замужем и имеет двоих детей. Она уже 18 лет работает медсестрой. «Ещё с пяти лет я мечтала стать медсестрой», - говорит Агата. В амбулантном обслуживании Агате пригодился её большой опыт, собранный за время работы в отделении интенсивной терапии. Она с удовольствием делится им со своими коллегами.

Уже почти год, как Агата стала нашей сотрудницей и, как она сама говорит, не жалеет о смене места работы.



Frau Lydia Schmitz

Лидия Шмитц работает в нашей фирме уже 3 года. Эту работу она нашла по совету своей подруги и не жалеет об этом.

Она говорит: «Мне очень нравится, что моя работа приносит пациентам пользу. Я ещё с большим уважением и пониманием стала относиться к пожилым и больным людям».

Иногда Лидия берёт с собой на работу её маленькую собачку Чико. Ей особо рады наши пациенты страдающие деменцией.

Erkrankungen der Venen

Was ist eine Thrombose?

Bei einer Thrombose bildet sich ein Blutpfropf in einem Blutgefäß (Vene, Arterie). Ursachen sind durch Entzündung, Verkalkung oder Verletzung beschädigte Gefäßwände. Negative Fließeigenschaften und Blutstauungen entstehen durch Herzerkrankungen. Aber auch eine ungenügende Flüssigkeitsaufnahme und größere Blutverluste können „dickes“ Blut bewirken. Durch ihre dünneren Gefäßwände, können die Venen einem erhöhten Druck nicht langfristig standhalten. Sie weiten sich und die Venenklappen verlieren ihre rückflussfördernde Funktion - das Blut staut sich.

Wer ist gefährdet?

Stark bewegungseingeschränkte Menschen, Übergewichtige, Herzranke und Menschen mit Gefäßerkrankungen (tiefe Bein- und Beckenvenen).

Ist eine Thrombose gefährlich?

Wenn sich ein Blutpfropf löst, in eine Lungenarterie geschwemmt wird und diese verschließt, entsteht eine Lungenembolie. Das Lungengewebe hinter dem Verschluss wird nicht mehr durchblutet und kann keinen Sauerstoff mehr aufnehmen. Große Embolien können tödlich verlaufen. (Symptome: plötzlicher Brustschmerz, Luftnot, Husten, Unruhe, Herzversagen)

Woran erkenne ich eine Thrombose?

Es treten Schmerzen entlang der betroffenen Vene auf, ebenso beim Gehen in der Fußsohle, oder auch in der Wade. Ein Schwere- und Spannungsgefühl entwickelt sich (Schwellung). Bei tiefen Venenthrombosen kann sich mäßig hohes Fieber entwickeln.

Заболевания вен

Что такое тромбоз?

При тромбозе образовывается сгусток крови в кровеносном сосуде (вене или артерии). Причиной может стать воспаление, отложения на стенках сосудов или их повреждение. Нарушения кровообращения и застои крови могут возникать при заболеваниях сердца. Кроме этого недостаточное количество принимаемой жидкости или потеря крови могут вызвать «сгущение» крови. Стенки вен довольно тонкие, поэтому они не могут долго выдерживать повышенного давления на них. Вены растягиваются, становятся шире, их клапаны перестают плотно закрываться, объем застойной крови увеличивается, стенки вен растягиваются все больше и в конечном итоге теряют эластичность.

Кто находится в группе риска?

Люди, ведущие малоподвижный образ жизни, с повышенным весом, с заболеваниями сердца и кровообращения.

Опасен ли тромбоз?

Отделившийся сгусток крови может попасть с током крови в лёгочную артерию и закупорить её.





Chronisch venöse Durchblutungsstörungen als Spätkomplikation mit der Folge von „offenen Beinen“ sind für die Erkrankten sehr belastend und einschränkend.

Was können Sie für Ihre Gefäße tun?

Zur Linderung der subjektiven Beschwerden bei Venenerkrankungen gelten folgende Empfehlungen:

Bleiben Sie in Bewegung! Eine starke Beinmuskulatur hilft, die Venenfunktion zu unterstützen. Längeres Stehen und Sitzen und einengende Kleidung behindern den Blutfluss und bewirken lokale Blutstaus. Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr und Vollwertkost beugen einer Obstipation vor. Vitamin C und Zink stärken die Venenwände und Venenklappen und wirken der Bildung von Blutgerinnseln entgegen. Vit.E verbessert die Blutzirkulation. Alkohol erweitert die Blutgefäße und lässt das Blut in den Venen „versacken“. Rauchen verstärkt die Blutgerinnung. Kältereize, wie kalte Wadenwickel, kalte Heilerdeauflagen lindern unangenehme Begleiterscheinungen oberflächlicher Venenentzündungen. Stützstrümpfe und Kompressionsverbände stabilisieren die Venenwände, fördern den Blutrückfluss und wirken Wassereinlagerungen entgegen.

Ткани лёгкого не смогут получать кислород, что в тяжёлых случаях может привести к смерти. (Симптомы: внезапная боль в грудной клетке, нехватка воздуха, кашель, страх, остановка сердца)

Как можно распознать тромбоз?

Появление болей в поражённых венах, которые при ходьбе могут также возникать в области подошв и икр.

Возникновение чувства тяжести и напряжения в ногах. При тромбозе глубоких вен моёт подниматься температура до умеренных пределов.

Хронические нарушения венозного кровообращения могут привести к такому осложнению, как «открытые ноги», что сильно снижает качество жизни пострадавших.

Что может быть полезно для вен?

При появлении жалоб и симптомов венозного застоя лучше придерживаться следующих рекомендаций:

Старайтесь больше двигаться! Сильные мышцы ног помогают поддерживать функции вен. Длительное сидение или стояние, а также узкая давящая одежда могут препятствовать току крови и вызывать его застои.

Для предотвращения запоров рекомендуется принимать побольше жидкости и пищи, богатой клетчаткой.

Витамин С и цинк укрепляют стенку сосудов и венозные клапаны, а также противодействуют образованию тромбозов. Витамин Е способствует улучшению кровообращения.

Алкоголь расширяет кровеносные сосуды и вызывает их излишнее наполнение.

Курение повышает свёртываемость крови.

Холодные компрессы или повязки облегчают неприятные симптомы поверхностного воспаления вен.

Leichtes Hochlagern der Beine entstaut und nimmt den Druck aus den geweiteten Venen (Vorsicht bei Herzerkrankungen!).

Heilpflanzen (Rosskastanie, Steinklee, Buchweizen, Hamamelis) wirken kapillarabdichtend und stärken die Venenwand.

Krampfadern können von Arzt ambulant verödet oder entfernt werden.

Bei besonderer Gefährdung verordnet der Arzt „blutverdünnende“ Medikamente.

Bei chronischen Gefäßerkrankungen heilen selbst kleine Wunden nur schlecht und Infektionen können sich schnell ausbreiten. Deshalb Vorsicht bei der Pediküre!

ExpoCare Berlin Julias Pflage team war dabei



Wieder einmal haben unsere Mitarbeiter sich fortgebildet - diesmal auf der *ExpoCare 2010 Miteinander leben – REHA – PFLEGE – MOBILITÄT* in Berlin.

Unter der Fragestellung „wie gut und wie teuer muss Pflege sein“ diskutierten Fachleute, Pflegebedürftige und deren Angehörige. Dabei ging es u.a. um Erkrankungen wie Demenz, die pflegerische Versorgung von an Krebs leidenden Menschen und um Qualitätssicherung in der täglichen Arbeit. Unser Informationsstand fand große Beachtung. Das Beratungsangebot wurde rege in Anspruch genommen. Übrigens, der „goldene Mittelweg“ zwischen „guter und teurer Pflege“ ist *weiter in Arbeit*.

Компрессионные повязки или чулки стабилизируют стенки вен, способствуют оттоку крови и препятствуют застою жидкости.

Немного возвышенное положение ног помогает снизить застойные явления и уменьшает давление на расширенные вены (осторожно при заболеваниях сердца!).

Лекарственные растения (конский каштан, клевер, гречиха, гаммелиса) укрепляют стенки сосудов.

Варикозное расширение вен может лечиться амбулаторно.

В особых случаях врач может выписать лекарства, разжижающие кровь.

При хронических заболеваниях сосудов даже небольшие ранки могут плохо заживать, что опасно присоединением инфекции.

Поэтому делать педикюр необходимо с особой осторожностью.

Выставка средств по уходу в Берлине

Наши сотрудники вновь получили возможность повысить свою квалификацию в этот раз на выставке *ExpoCare 2010 Miteinander leben – REHA – PFLEGE – MOBILITÄT* in Berlin.

Специалисты вместе с нуждающимися в уходе людьми и их близкими обсуждали вопросы качества и стоимости обслуживания. Обсуждались такие заболевания как деменция, специальный уход при онкологических заболеваниях, а также правовые основы в повседневном уходе. Многие желающие получили интересующую их информацию у нашего стенда.

Kundenmeinungen zum 5jährigen Geburtstag von Julias Pflegeteam

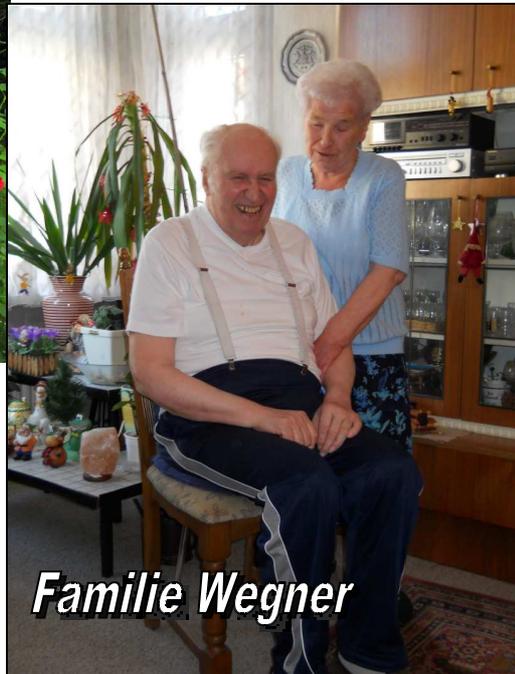
*Ich bin von Anfang an mit dabei.
Julias Pflege- Team ist TOP!!
Ein herzliches Dankeschön an
alle Mitarbeiter!*

Ф п а у Г р а д а ц е в и ч :
Я с с а м о г о н а ч а л а в
э т о й ф и р м е и с ч и т а ю
е ё л у ч ш е й !
Б о л ь ш о е с п а с и б о
в с е м с о т р у д н и к а м



Ich feiere demnächst meinen 90. Geburtstag. Meine „Engelchen“ von Julias Pflegeteam, vor allem Vilma, stehen mir immer hilfreich und verlässlich zur Seite. Ich hoffe, ihr feiert auch 'mal euren 90sten!

Ф р а у К у л ь б а х :
С к о р о я б у д у п р а з д н о в а т ь м о й 90-
л е т н и й ю б и л е й ! М о и « а н г е л о ч к и » и з
ф и р м ы *Julias Pflegeteam* , а о с о б е н н о
В и л ь м а , в с е г д а р я д о м и г о т о в ы м н е
п о м о ч ь .
Я з н а ю , ч т о я м о г у и м д о в е р и т ь с я .
Н а д е ю с ь м ы е щ ё о т п р а з д н у е м и в а ш
90-л е т н и й ю б и л е й !



Seit 3 Jahren werden wir durch Julias Pflegeteam betreut – wir sind mit der Pflege sehr zufrieden und können uns keinen anderen Pflegedienst für uns vorstellen.

С у п р у г и
В е г н е р
у ж е з г о д а
я в л я ю т с я
н а ш и м и
к л и е н т а м
и . О н и
о ч е н ь
д о в о л ь н ы



*Ich bin eine der ersten Kundinnen bei „Julias“-
5 Jahre bin ich jetzt dabei. Inzwischen sind über
die rein pflegerische Versorgung hinaus freundschaftliche Beziehungen gewachsen.*

Ф р а у М а й н и н г е р : я и з ч и с л а п е р в ы х к л и е н т о в ,
с к о т о р ы м и *Julias Pflegeteam* н а ч а л а р а б о т а т ь 5
л е т н а з а д . З а э т о в р е м я м ы о ч е н ь п о д р у ж и л и с ь !

Von Angesicht zu Angesicht mit einem Bären...



*Geschichte
aus dem Leben
von Frau
Horch*

1960 ging ich mit meinen Kindern zum Hafen, um meinen Mann zu verabschieden, der zu einer Seereise aufbrach. Ich unterhielt mich gerade mit anderen Menschen am Kai, als mein damals 7-jähriger Sohn aufgeregt auf mich zu rannte und atemlos sagte: „Mama, unsere Lena spielt mit einem Bärchen!“ Ich fragte ihn, woher sie denn dieses Kuscheltier habe. Mein Sohn rief: „Nein Mama, es ist kein Stofftier, sondern ein lebendiger Bär!“ Voller Angst rannte ich zu dem Ort, den mein Sohn genannt hatte und dann blieb mir fast mein Herz stehen: Ich sah meine damals 5-jährige Tochter, wie sie einem jungen Bären über das Fell und die Tatzen streichelte und dabei hörte ich sie sagen: „Du bist so schön und niedlich!“ Geistesgegenwärtig riss ich meine Tochter vom Bären weg. Das Tier richtete sich auf und legte mir seine Pranken auf die Schultern. Ich spürte deutlich seinen warmen Atem in meinem Gesicht und sagte vorsichtig: „Bärchen, du bist gut, aber ich habe Angst vor dir!“ Einige Menschen in der Nähe beobachteten die Szene und liefen dann weg. Der Bär folgte ihnen und zog rasselnd eine Kette, welche er um den Hals trug, hinter sich her. Im Radio wurde später berichtet, dass Wilderer eine Bärenmutter getötet hatten und die Bärenbabys laut nach ihrer Mutter schreiend, am Ufer aufgefunden wurden. Seeleute nahmen sich ihrer an und zogen sie mit der Flasche groß. Wahrscheinlich hatte meine Tochter einen von diesen Bären getroffen.

История из жизни фрау Хорх

Я хочу рассказать как, буквально нос к носу, повстречалась с медвежонком. В шестидесятых годах прошлого столетия я с дочерью (5 лет) и сыном (7 лет) пошла провожать мужа на теплоход. Я разговаривала на берегу с отъезжающими в то время, как ко мне подбежал мой сын и взволнованно сказал: «Мама, там Лена играет с мишкой!» Я спрашиваю сына: «А кто дал ей плюшевого мишку?» На что сын ответил: «Не плюшевый, а живой!» Я испугалась и побежала... На трапе я увидела обоих. Медвежонок спокойно сидел, а дочь гладила его голову и лапы, приговаривая: «Мишенька, миленький, какой же ты хорошенький!»



Я быстро отогнала дочь от зверя. Медвежонок приподнялся, положив мне на плечи свои когтистые лапы, и я отчетливо почувствовала его дыхание. Испугавшись, я произнесла: «Мишенька, ты хороший, но я тебя боюсь!» Недалеко от нас группа людей наблюдала за этой картиной. Услышав мой голос, люди побежали, а медвежонок, бряцая цепью по трапу, пустился вдогонку. Вскоре по местному радио передали, что браконьеры убили медведицу, а моряки на берегу реки обнаружили двух маленьких – с рукавичку, ревущих медвежат. Голодных малышей подобрали и накормили из соски. Вероятно с одним из них я и познакомилась на причале.

Geburtstage im Sommer:

Wir gratulieren herzlich

Frau Lukjanenko, Frau Herdt, Frau Kaiser, Frau Kulbach, Herrn Wegner, Frau Martinovic, Frau Horch, Frau Kolotilova, Frau Luft, Frau Kirschmann und Frau Neuhaus.

Schmeicheleien, Lobgesänge,
gute Wünsche, jede Menge,
sollen in Ihren Ohren klingen,
jede Sorge niederringen.

Humor 😊

"Papi, warum ist der Elefant so groß?"

- "Keine Ahnung" -

"Papi, warum hat der Löwe eine Mähne?"

- "Weiß ich nicht!" -

"Papi, stören dich meine Fragen?"

- "Nein, ganz im Gegenteil, frag nur weiter,
sonst lernst du ja nichts." -



Bild von Wladislaw Haun, 9 Jahre alt

Redaktion für den deutschsprachigen Teil:
Anna Rehwald - Kramer
Julias Pfl egeteam, Rathenower Straße 47
10559 Berlin, Tel. 030/398 805 16/17

Именинники лета:

Мы поздравляем Лукьяненко Нину, Хердт Катерину, Кайзер Аннелизу, Мартинович Ивану Кульбах Эрну, Вегнер Ханса, Хорх Ларису, Нойхаус Марину, Колотилову Антонину, Люфт Эрну и Киршманн Элли.



Frau Mekk an ihrem 98 Geburtstag

Все невзгоды и преграды,
Мы желаем, лёгким шагом вам
обойти,
И пусть иногда посещает
усталость,
Но молодо будет сердце в груди!

Юмор 😊

«Папа, почему слон такой большой?» - «Понятия не имею»

«Папа, почему у льва есть грива?» - «Не знаю»

«Папа, я тебе мешаю со своими вопросами?» - «Нет, совсем наоборот, спрашивай дальше, иначе ты ничему не научишься».

Редакция русскоязычной части:
Марина Максимюк
Julias Pfl egeteam Rathenower Straße 47
10559 Берлин, тел.: 030/ 398 805 16/17