

SHG-INFORMATIONEN

APRIL 2019

Inhalt:

- UNRUHE BEI EINBRUCH DER DUNKELHEIT
- PATIENTENVERFÜGUNG - ÄNDERUNG
- HILFSWERK - BERATUNG IN ALLEN BEZIRKEN
- HEIMHILFEN - FLEXIBEL UND LEISTBAR - CARITAS
- ENTLASTUNGS- UND ERHOLUNGSFERIEN
- DEMENZ-CAFÉS / PFLEGESTAMMTISCHE
- WICHTIGE VORTRÄGE UNSERER NETZWERKPARTNER
- ERGOTHERAPIE - SACHLEISTUNG DER KGKK
- NEUE VERTRAGSÄRZTE DER KGKK

➤ **"SUNDOWNING"-SYNDROM - UNRUHE BEI EINBRUCH DER DUNKELHEIT**

(Vortrag Prof. R. Kreuzer, Internet: www.demenz-portal.at)

Zur Kategorie "Tag-Nacht-Rhythmus oder Schlafstörungen" bei Alzheimerkranken gehört das Sundowning-Syndrom. Der Patient wird am späten Nachmittag bzw. am frühen Abend überaus aktiv und nervös oder legt ungewöhnliche Verhaltensmuster an den Tag.

Tipps, die vielleicht gegen dieses Phänomen helfen:

- Eine kurze Ruhezeit am Nachmittag einplanen - diese darf aber nicht dazu führen, dass der Patient in der Nacht nicht schlafen kann.
- Ein geregelter Tagesablauf mit festen Essens-, Wasch- und Schlafenszeiten bringt mehr Stabilität und vermeidet Unruhe.
- Optimale Beleuchtung und Ausleuchtung dunkler Ecken, gerade in Zeiten der Dämmerung.
- Keine aufregenden oder anstrengenden Aktivitäten und Ausflüge am Nachmittag.
- Verzicht auf ein opulentes Abendessen. Mehrere kleine Snacks über den Nachmittag und den Abend.
- Keinen Alkohol - auch nicht in kleinen Mengen.
- Versuchen Sie selbst ruhig zu bleiben, wenn der Erkrankte nervös und zappelig wird.
- Wenn der Kranke die Wohnung verlassen will - meistens will er dann nach Hause -, halten sie ihn nicht zurück, das würde seine Aggressivität nur steigern.

Ein Tipp, wie sie den Kranken wieder in die Wohnung bringen könnten:

- Kommen Sie von einer anderen Seite.
- Begrüßen Sie den Kranken, gehen Sie mit ihm mit und reden Sie über daheim.
- Eine Runde drehen und zurückgehen.
- Zu Hause ein Getränk anbieten und zuprosten.
- Vielleicht ist er dann angekommen.

Sprechen Sie mit dem Neurologen - wenn kein Ausweg zu finden ist, ist eine medikamentöse Therapie in Betracht zu ziehen.

➤ **PATIENTENVERFÜGUNG - ERSTE ÄNDERUNGEN SEIT 2006**

(Blickpunkt NÖ, Dachverband Hospiz)

Verbindliche Patientenverfügung

- Aufklärung und Bestätigung durch **einen Arzt und einen Rechtsvertreter** - wie bisher.
- Verlängerung der Gültigkeitsfrist von fünf auf **acht Jahre**. Dies gilt auch für bereits bestehende verbindliche Patientenverfügungen.
- Bei der Erneuerung ist nur noch die **ärztliche Aufklärung** verpflichtend erforderlich, die juristische ist nicht mehr zwingend vorgesehen.
- Eine juristische Errichtung ist künftig auch bei den **Erwachsenenschutzvereinen** möglich.

Andere Patientenverfügung (ehemals "Beachtliche Patientenverfügung)

- Umfassende Aufklärung durch einen Arzt.
- **Jede vorliegende Patientenverfügung** muss bei der Ermittlung des Patientenwillens berücksichtigt werden, auch wenn keine juristische Belehrung und Beglaubigung (z.B. Notar) erfolgte oder die Erneuerungsfrist bei der verbindlichen bereits abgelaufen ist.

➤ **HILFSWERK - KOSTENLOSES BERATUNGSGESPRÄCH**

(Pflegerberatungsscheck)

Das Hilfswerk bietet Beratungsgespräche in allen Bezirken Kärntens an. Das erste Beratungsgespräch (bis zu 60 Minuten) ist kostenlos. Den Pflegerberatungsscheck dafür erhalten Sie auch bei der SHG.

Informationen zur Pflege: Hermine Pobatschnig, Tel. 0676 89 90 10 10

Hilfswerk Servicehotline: 050 544 - DW

DW Bezirke: FE 02, HE 06, K 09, SP 08, SV 03, VK 01, VI 05, WO 04

➤ **HEIMHILFEN - CARITAS - PILOTPROJEKT**

(Kirchenzeitung "Sonntag" v. 24.2., tel. Auskunft Eva Maria Wernig, Caritas)

Beim Angebot der Caritas kommen Heimhilfen im Ausmaß von vier, sechs, acht oder zehn Stunden in den jeweiligen Haushalt.

Neben der Anwesenheit unterstützen sie zu pflegende Menschen bei Alltagsaktivitäten, wie Arztbesuch, Spaziergang oder Einkauf, keine hauswirtschaftlichen oder Pflegeleistungen.

- Inanspruchnahme bis zu 30 Stunden in 3 Monaten
- Anwesenheit von 6.30 - 20.00 Uhr, auch samstags, sonn- und feiertags

Dieses Pilotprojekt läuft bis Juli für die Bezirke Klagenfurt-Stadt und Klagenfurt-Land.

Weitere Informationen: Eva Maria Wernig, Tel. 0664 806 488 114,

e.wernig@caritas.kaernten.at

➤ **ENTLASTUNGS- UND ERHOLUNGSFERIEN**

Werkstatt des Alterns

Gemeinsam und doch getrennt - Urlaub für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen, den Betreuungsalltag "draußen vor der Türe" lassen und wieder gestärkt und mit mehr Kompetenzen und schönen, gemeinsamen Erlebnissen nach Hause zurückkehren.

- 2.6. - 8.6.2019 See- und Genusshotel Silvia am Klopeiner See
- **Die Teilnehmer werden vom Rotary Club St. Veit finanzielle unterstützt.**
- Informationen: Mag. Sabine Battistata, Tel. 0664 4538330

➤ **DEMENZCAFÉS / PFLEGESTAMMTISCHE**

Demenzcafé Klagenfurt

- Mittwoch, 8. Mai 2019, 9.00 - 12.00 Uhr
- Altenwohn- und Pflegeheim St. Peter, Klagenfurt, Harbacherstraße 72
- Begleitung: Mag. Christine Leyroutz, Gerontopsychologin, Tel. 0676 3124962

Senioren-Demenz-Café Moosburg

- Jeden ersten und dritten Mittwoch im Monat, 14.00 - 17.00 Uhr
- Gasthaus Tschernig, Feldkirchner Str. 10, 9062 Moosburg
- Kontakt: Anita Dunst, Tel. 0664 354 6599

Pflegestammtisch Frauenstein

- **"Pflegegeld"** mit Peter J. Gunhold, gerichtlich beeideter Sachverständiger
- Gemeindeamt Frauenstein
- Donnerstag, 25. April 2019, 19.30 Uhr
- Information: Brigitte Irrasch, Tel. 0664 3515223

Pflegestammtisch Weitensfeld

- Marktgemeindeamt Weitensfeld
- Mittwoch, 17. April 2018, 19.00 Uhr
- Information: DGKS Helga Lerchbaumer, Tel. 0680 2032841

Pflegestammtisch Feldkirchen

- **"Strategien die mir halfen, gesund zu bleiben!"** mit Fatima Jahfari, Pflegenden Angehörige
- Walluschnig Saal, Hauptplatz 9
- Dienstag, 7. Mai 2019, 17.00 Uhr
- Information: DGKP Lukas Ertler M.Ed., Tel. 0660 4864949

➤ **WICHTIGE VORTRÄGE UNSERER NETZWERKPARTNER**

SHG Epilepsie Kärnten

"Epilepsie im höheren Lebensalter und Begleiterscheinungen - Demenz"

- Mag. Eva Sachs-Ortner, Demenzexpertin
- Dachverband der SHGn, Klagenfurt, Kempfstr. 23
- Freitag, 26.4.2019, ab 16.00 Uhr

Aktion Demenz Moosburg

"Selbstbestimmt alt werden"

Vorsorgevollmacht, Erwachsenenvertretung und Patientenverfügung".

- Notar Mag. Klaus Schöffmann
- Karolinger Saal, Feldkirchner Str. 2, Moosburg
- Mittwoch, 15.5.2019. 18.30 Uhr

"Wenn die Pflege zur Belastung wird"

Soziale und finanzielle Angebote zur Entlastung nützen.

- MMag. Dr. Michaela Miklautz, Projektbeauftragte Land Kärnten
- Karolinger Saal, Feldkirchner Str. 2, Moosburg
- Mittwoch, 5. 6. 2019, 18.30 Uhr

➤ **ERGOTHERAPIE - SACHLEISTUNG DER KGKK**

(www.kgkk.at/ergotherapie)

Ergotherapeuten üben mit Demenzkranken, um alltägliche Fähigkeiten wie Körperpflege, Ankleiden, Gedächtnishilfen zu nutzen bzw. zu erhalten. Bei fortgeschrittener Erkrankung kann Ergotherapie die Körperwahrnehmung und Bewegung fördern.

Bei Vertragsergotherapeuten werden die **gesamten Kosten** durch die KGKK übernommen.
Informationen: Tel. 050 5855-2203

Vertragsergotherapeuten in Kärnten:

- Nicole Richter, Pischeldorfer Str. 270A, Klagenfurt, Tel. 0660 5034552
- Astrid Nielsen, Hoffmannngasse 15, Klagenfurt, Tel. 0699 19946125
- Jasmin Joainig, Domgasse 19, Klagenfurt, Tel. 0676 9376880
- Bettina Maier, Mölltalstr. 77, Möllbrücke, Tel. 0660 9066609
- Karin Haslinger, Schulweg 3a, St. Jakob i.R., Tel. 0650 4142909

➤ **NEUE VERTRAGSÄRZTE DER KGKK**

(Forum Gesundheit 1/2019)

- Dr. Reinhard Krendl, Neurologie, Platz am Graben 4/2, St. Veit/Glan, Tel. 04212 94120
- Dr. Marianne Mathia, Allgemeinmedizin, Mitte 26, 9125 Kühnsdorf, Tel. 04232 89489
- Dr. Birgit Gabriele Höbel, Psychiatrie, Geyerschütt, Waagplatz 7/TOP 17, Klagenfurt, Tel. 0463 504430
- Dr. Christine Härb-Winding, Allgemeinmedizin, Dietrichsteinerstr. 13, Faak am See
- Dr. Saschah Zaheri Khameneh, Allgemeinmedizin, Schillerstr. 5, St.Veit/Glan, Tel. 045212 5440

➤ **EIGENE ERKLÄRUNG**

Die Ausführungen zu diesem Informationsblatt sind eher kurzgehalten. Wenn Sie nähere Informationen benötigen oder die Inhalte für Sie nicht zufriedenstellend und nachvollziehbar sind, wenden Sie sich bitte an die Vertreter der SHG. Sachliche Informationen und Korrekturen werden gerne angenommen.

Informationen zu den Datenschutzbestimmungen und Ihren Rechten finden Sie auf www.alzheimer-demenz.jimdo.com, als Aushang im Veranstaltungsort (Pflegeheim Kreuzberg) und auf Anfrage bei den Kontaktpersonen der SHG Alzheimer Klagenfurt.

Der Einfachheit halber wird in diesem Schriftstück nur die männliche Form verwendet. Die weibliche Form ist selbstverständlich immer miteingeschlossen.

Die Schriftstücke der SHG Alzheimer Klagenfurt werden teilweise aus dem Fördertopf der Kärntner Selbsthilfegruppe gefördert.

Weitere Informationen und alle Termine auf www.alzheimer-demenz.jimdo.com

Hannelore Pacher
10. April 2019