MEDIS Aktuell

Wissenswertes und Interessantes - Ihr Ärztenetz berichtet

Aus dem Inhalt:

Seite 2
Ein Jahr MEDIS
Rückblick und Ausblick auf neue Projekte

Seite 3
MEDIS Netzpatient werden
Ihre Vorteile auf einen Blick

Seite 4
Palliativmedizin
umfassende Betreuung unheilbar Kranker

Seite 5
Händewaschen
der beste Schutz vor Erkrankung

Seite 7
Nüsse und Schokolade
was drin steckt

III / 2015

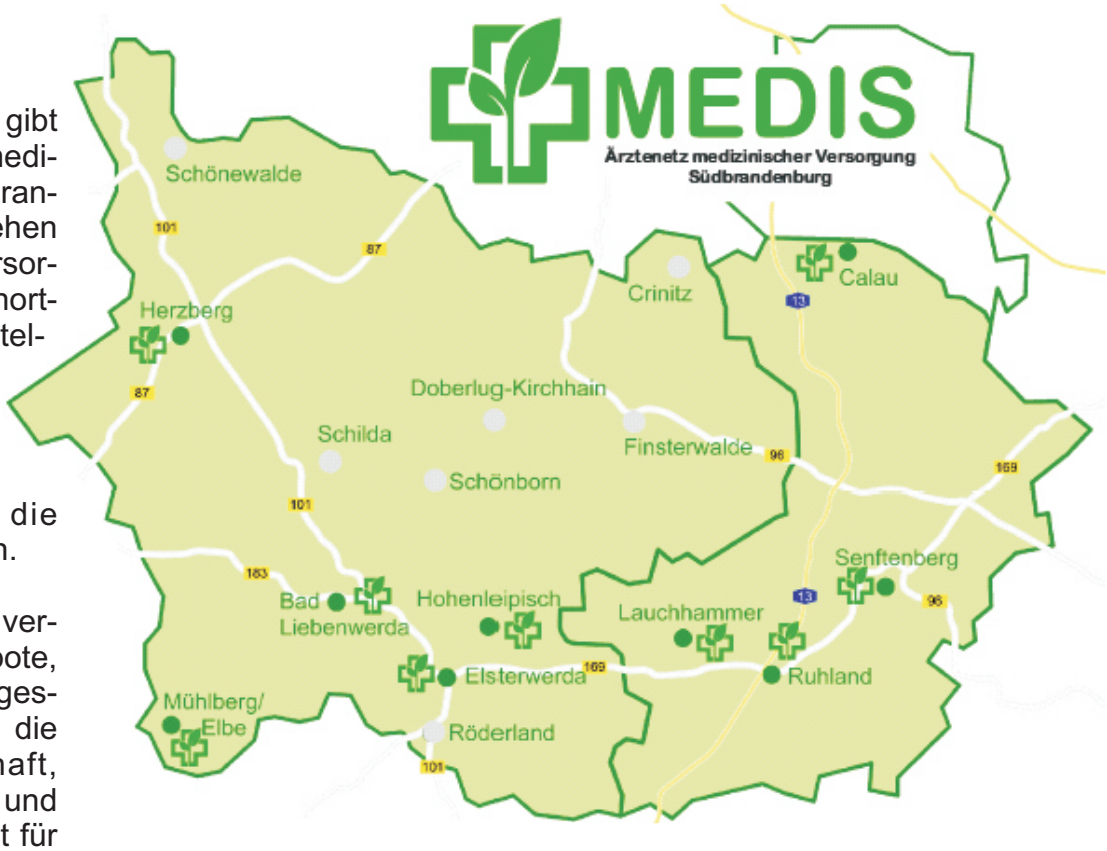
© MEDIS - Ärztenetz medizinischer Versorgung Südbrandenburg

Ein Jahr MEDIS - ein Blick zurück und

Sehr geehrte Patienten,
sehr geehrte Angehörige,

seit einem reichlichen Jahr gibt es das MEDIS Ärztenetz medizinischer Versorgung Südbrandenburg. Von Beginn an stehen die Qualität der Patientenversorgung und eine gute wohnortnahe Versorgung im Mittelpunkt unseres Tuns.
Die MEDIS-Praxen und deren Kooperationspartner sind starke Partner für unsere Patienten und die gesetzlichen Krankenkassen.

Unser breites Spektrum verschiedener Leistungsangebote, wie beispielsweise die Tagespflege, der Ehrenamtskreis, die Demenz-Wohngemeinschaft, der ambulanter Pflegedienst und die Palliativversorgung steht für optimale Betreuung.



- MEDIS - Tagespflege
In der Villa auf der Berliner Straße werden die Gäste von einem erfahrenen Team liebevoll betreut. Alle Plätze im Haus sind zur Zeit leider belegt und es gibt eine lange Warteliste.

- Demenz-Wohngemeinschaft
Die große Nachfrage für diese alternative Wohnform hat uns bewogen, noch eine WG zu schaffen. Im kommenden Jahr ist die Eröffnung eines weiteren Objektes für 16 Gäste in Elsterwerda geplant.

- MEDIS ambulanter Pflegedienst seit Juli 2015
Das Fundament unserer Arbeit bilden Erfahrung und Qualifikation. Kontinuität im Pflegepersonal und Liebe zum Beruf zeichnen uns aus.

- Spezialsierte ambulante Palliativversorgung (SAPV)
Derzeit drei Palliativmediziner, zwei Koordinatoren und 20 vertraglich gebundene Pflegedienste betreuen pro Monat durchschnittlich 65 schwersterkrankte Patienten intensiv in ihrem häuslichen Umfeld.
(lesen Sie mehr dazu auf Seite 4)

- Ehrenamtskreis
Pflegende Angehörige werden von mehr als 60 speziell ausgebildeten Betreuern ehrenamtlich unterstützt.

- Auszeichnung
Im bundesweiten Innovationswettbewerb „Ausgezeichnete Orte im Land der Ideen“ 2014/15 wurde das MEDIS – Ärztenetz medizinischer Versorgung Südbrandenburg mit dem Projekt „Lebensfreude – Netzwerk für Demenzkranke“ als Preisträger ausgewählt.

Ausgezeichnete Orte im Land der Ideen

Nationaler Förderer Deutsche Bank

- Zertifikat
Bundesweit ist MEDIS eines der ersten Ärztenetze, dessen Management eine Zertifizierung nach der neuen Qualitätsmanagement-Norm DIN EN ISO 9001:2015 aufweisen kann.

MEDIS
Pflegeteam Südbrandenburg

Kontaktieren Sie uns in allen Fragen zu Gesundheit - Pflege - Demenz

Tel.: 03533 48 89 842 / Mobil: 0151 170 084 51

Ausblicke auf geplante Projekte

- Prävention hat einen hohen Stellenwert
Zum Elsterlauf im Mai haben fast 100 professionelle Läufer und Freizeitsportler mit dem grünen MEDIS-Shirt demonstriert, dass Gesundheitsvorsorge mit Bewegung beginnt. Am 29. Mai 2016 sind wir wieder dabei. Sie auch?

Einmal wöchentlich betreuen MEDIS-Ärzte die Herz-Kreislauf-Gruppe im Sun-Sport-Studio Elsterwerda.
Mit einem Gesundheitstag am 20. April 2016 unter dem Motto „Wenn das Herz ins Stolpern kommt...“ laden wir gemeinsam mit Kooperationspartnern in der Region Jedermann zur Gesundheitsberatung und Schnupperangeboten ein. Beachten Sie die Informationen und Einladungen im Vorfeld!

- Mit starken Partnern
Wir knüpfen an die bewährte Zusammenarbeit mit der AOK Nordost an. Im Sommer dieses Jahres war Vertragsunterzeichnung und Versicherte der Krankenkasse AOK Nordost können sich als Netzpatient bei MEDIS in den Vollversorgungsvertrag "Mein AOK-Gesundheitsnetz®" einschreiben. Sie erhalten eine umfassende medizinische und pflegerische Versorgung. Die Teilnahme an "Mein AOK-Gesundheitsnetz®" ist freiwillig und kostenlos.

Sie sind Mitglied einer anderen gesetzlichen Krankenkasse, möchten aber auch unsere Versorgungsangebote in Anspruch zu nehmen? Bitte sprechen Sie das Praxispersonal Ihrer Arztpraxis an.

Ihre Vorteile als MEDIS-Netzpatient auf einen Blick

- Sie erfahren eine hochwertige, medizinisch optimal abgestimmte Behandlung und warten weniger lange auf Arzttermine bei MEDIS-Ärzten.
- Sie werden nicht durch unnötige Doppeluntersuchungen belastet, da alle Ihre behandelnden Ärzte noch besser zusammen arbeiten und Untersuchungsergebnisse in der zentralen Patientenakte zur Verfügung gestellt werden können.
- Sie erhalten durch die zentrale Patientenakte und das persönliche Medikationskonto eine transparente Arzneimittelversorgung, durch die unnötige oder gefährliche Medikationen vermieden werden können.
- Sie erfahren mehr Aufmerksamkeit, da sich die Ärzte durch die Zusammenarbeit mit Fallmanagern (bspw. Übernahme von Hausbesuchen) mehr auf ihren Beruf konzentrieren können und so Zeit für die echten gesundheitlichen Probleme gewinnen.
- Sie erhalten bei Bedarf eine umfassende Betreuung durch unsere mobilen Krankenschwestern, die auf Veranlassung Ihres Arztes Hausbesuche durchführen, alle notwendigen Maßnahmen, wie z.B. Pflege oder Heil- und Hilfsmittel organisieren und koordinieren oder Ihnen bei Anträgen und Schriftwechseln mit Krankenkassen, Versorgungsämtern oder anderen Einrichtungen hilfreich zur Seite stehen.
- Sie erhalten ehrenamtliche Unterstützung bei der Betreuung eines an Demenz erkrankten Angehörigen, hierfür stehen mehr als 60 geschulte Betreuer zur Verfügung, die in einer 1:1 Betreuung zusätzlich zur Pflege eingesetzt werden können (Lebensfreude).
- Sie erhalten in besonders schweren Lebenslagen Unterstützung durch ein Team speziell ausgebildeter Palliativärzte und Palliativpflegekräfte, die 24 Stunden, 365 Tage im Jahr zur Verfügung stehen. So können wir vielen Patienten mit einer unheilbaren Erkrankung den Wunsch nach einer liebevollen, umfassenden und hochwertigen Betreuung bis zum letzten Moment in den eigenen vier Wänden erfüllen.
- Ein Team aus Pflege- und Betreuungskräften unterstützt Sie liebevoll in unserer Tagespflege mit dem Ziel Fähigkeiten und Fertigkeiten zu erhalten
- Durch das Pflegeteam sind Sie bei einem Pflegebedarf in besten Händen.
- Sie erhalten eine Woche Gratistraining und Präventionsberatung bei unserem Kooperationspartner Sun-Sport-Studio John in Elsterwerda.

Selbstverständlich haben alle Patienten Zugang zu unseren Leistungen. Fragen Sie einfach in Ihrer Arztpraxis.

Sterben - aber bitte zu Hause

Aus dem Eckpunktepapier des Bundesministeriums für Gesundheit „Verbesserung der Hospiz- und Palliativversorgung in Deutschland“ (10.11.2014)

„Schwerkranke und sterbende Menschen müssen in ihrer letzten Lebensphase die bestmögliche menschliche Zuwendung, Versorgung, Pflege und Betreuung erhalten. Wir wollen, dass Menschen in ihrer letzten Lebensphase nach ihren Wünschen begleitet werden. Deshalb wollen wir die Hospiz- und Palliativversorgung weiterentwickeln. Insbesondere in strukturschwachen und ländlichen Regionen fehlt es noch an ausreichenden Hospiz- und Palliativangeboten sowie an einer vertraglichen Umsetzung der spezialisierten ambulanten Palliativversorgung (SAPV).

Diese "weißen Flecken" in der Versorgungslandschaft müssen beseitigt und in ganz Deutschland ein flächendeckendes Hospiz- und Palliativangebot verwirklicht werden. ...

Auch die letzte Phase des Lebens soll durch Selbstbestimmung und den eigenen Willen geprägt sein. Sterben darf und kann deswegen nicht im Verborgenen, ausgelagert in Institutionen, stattfinden. Sterben ist Teil des Lebens. Wir wollen, dass Menschen überall, wo sie leben, auch in jeder Hinsicht gut versorgt sterben können. Deshalb werden wir die Hospiz- und Palliativversorgung weiter stärken.“

Durch die ambulante Palliativversorgung und speziell durch die SAPV soll auch bei schweren Krankheitsverläufen ein Verbleiben im häuslichen Umfeld - oftmals auch bis zum Lebensende - ermöglicht werden. Dies gelingt umso besser, je enger die Vernetzung aller Beteiligten und je intensiver die Begleitung sind, immer jedoch unter Beachtung der Wünsche der Patienten und ihrer Familien unter Wahrung ihrer ganz persönlichen Vorstellung von Würde und Autonomie.

Die spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV) wird von Ihrem niedergelassenen Hausarzt oder, bei Entlassung aus einer Klinik, vom Stationsarzt verordnet. Je nach Schwerpunkt der vorliegenden Problematik machen einer unserer Palliativmediziner, unser erfahrener Palliativkoordinator oder die -koordinatorin den Erstbesuch beim Patienten.

Dieser kann in der Klinik, zu Hause oder auch im Pflegeheim stattfinden. Eine enge Zusammenarbeit mit dem betreuenden Hausarzt ist ebenso unerlässlich wie der ständige Informationsaustausch mit den beteiligten Fachdiensten, allen voran den Palliativpflegediensten.
Seelsorgerische Hilfe oder der ehrenamtliche Hospizdienst werden auf Wunsch mit einbezogen.

Die SAPV beinhaltet außerdem:
- Information und Beratung der Patienten, ihrer Angehörigen und der beteiligten Fachdienste
- Einleitung und Überwachung einer Schmerztherapie sowie die Behandlung anderer belastender Symptome
- Unterstützung in schwierigen Situationen im familiären und psychosozialen Bereich
- Erarbeitung von Behandlungs- und Krisenplänen
- 24-h-Rufbereitschaft

Der Bedarf an ambulanter Palliativversorgung ist hoch. Um dem weiterhin gerecht werden zu können, fand auf Initiative und unterstützt durch MEDIS im III. Quartal eine Inhouseschulung statt.

Insgesamt 160 Unterrichtseinheiten umfasst der theoretische Teil der SAPV - Ausbildung. Ein Praktikum schließt sich an. Anfang November nahmen 16 Pflegekräfte ihre Zertifikate entgegen.

Ihr Kontakt zum MEDIS SAPV - Palliativnetz Südbrandenburg:

MEDIS SAPV
Ackerstraße 20
04910 Elsterwerda

Telefon: 03533 488 98 46
Telefax: 03533 488 98 49
E-Mail: sapv@medis-netz.de

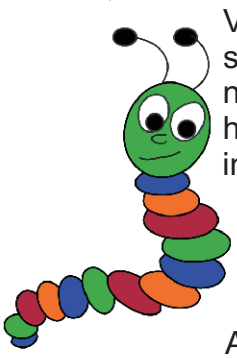
Keine Chance für Bakterien, Viren und co

Wer sich häufig die Hände wäscht, wird seltener krank. Was Generationen vor uns bereits wussten und immer wieder mahnend an ihre Kinder weitergaben, ist heute wissenschaftlich belegt.

Die Hände kommen den ganzen Tag über mit Gegenständen und Menschen in Berührung – und deshalb auch mit Keimen aller Art. Da die Erreger von den Händen leicht auf die Schleimhäute von Augen, Nase und Mund übergehen können, ist es wichtig, der Hygiene der Hände besondere Beachtung zu schenken.

Regelmäßiges Händewaschen besonders vor dem Zubereiten von Speisen, vor dem Essen, nach dem Umgang mit Tieren und nach dem Toilettengang sollte zur grundlegenden Hygiene gehören, ist aber auch eine wichtige Maßnahme, um Magen-Darm-Infektionen vorzubeugen oder Erkältungskrankheiten abzuwehren, besonders in der nasskalten Jahreszeit, wenn fast jeder schnieft und hustet.

Beim Husten ist „Hand vor den Mund“ zwar gut gemeint, aber ungesund. Zumindest für die Mitmenschen. Schließlich katapultieren sich dabei eine große Anzahl von Viren aus dem Körper, die dann an den Händen kleben bleiben. Berührt man nun Gegenstände oder Mitmenschen, dann verbreiten sich die Viren weiter. Man sollte also lieber nicht in die Hand husten, sondern in die Armbeuge. Außerdem ist es angebracht, beim Husten größtmöglichen Abstand zu anderen Personen zu halten.

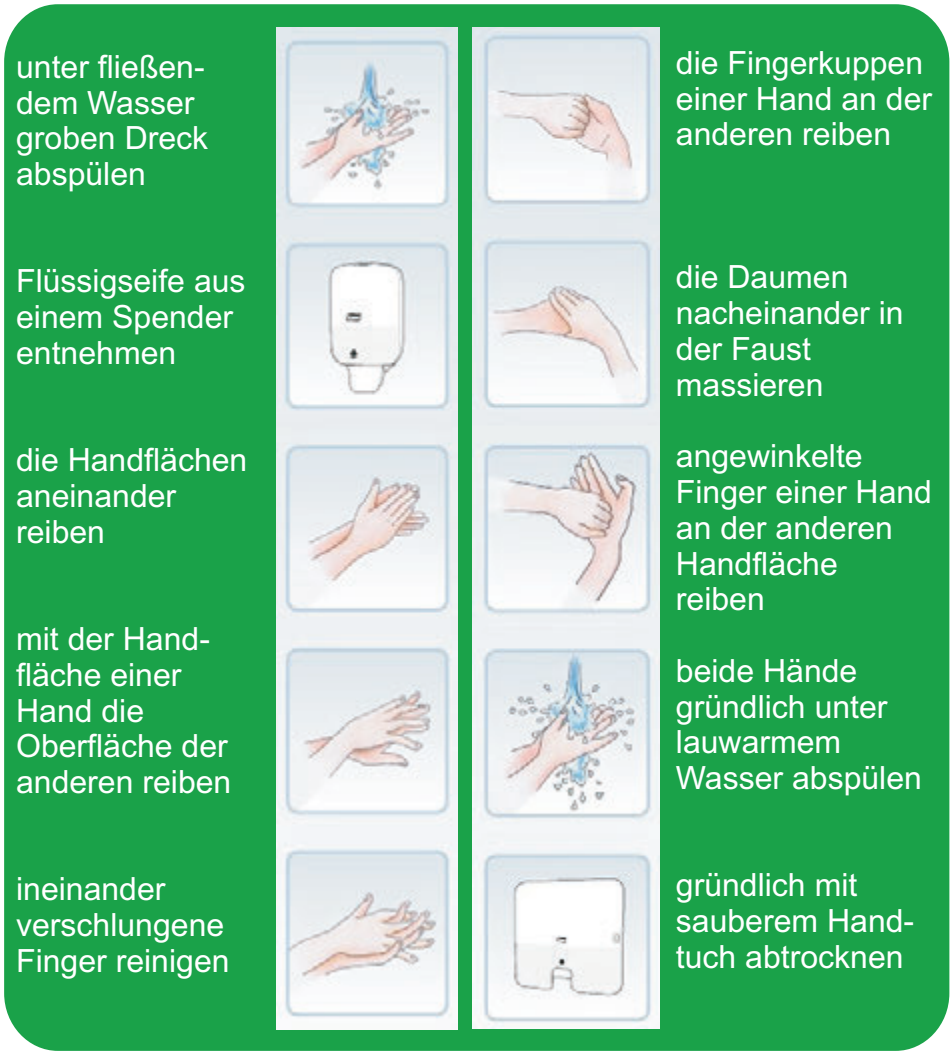


Wenn man es richtig macht, sind beim Händewaschen teure Chemie mit antimikrobiellen Zusätzen oder gar Desinfektionsmittel überflüssig. Man braucht eine ganz normale Seife und etwas Zeit.

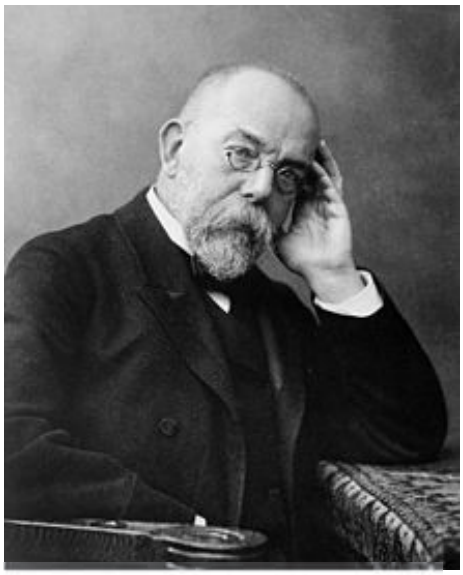
Etwa 40 Sekunden bis eine Minute dauert es, bis die Hände richtig sauber sind. Nasse Haut überträgt Keime besser als trockene; Abtrocknen sollte deshalb ein essentieller Bestandteil der Handhygiene sein. Am geeignetsten sind dabei Papierhandtücher.

www.infektionsschutz.de/haendewaschen

Händewaschen ist eine wirkungsvolle Methode, um sich vor Krankheiten zu schützen - wenn man es richtig macht:



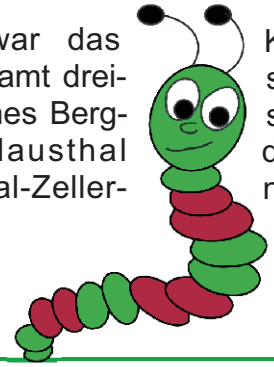
Robert Koch - Medizin-Nobelpreisträger



Robert Koch wurde am 11. Dezember 1843 geboren. 2015 jährt sich sein Geburtstag das 172. Mal.

Robert Koch zählt zu den bedeutendsten deutschen Medizinern und Mikrobiologen.
Anhand der Entwicklung von naturwissenschaftlichen Standardmethoden konnte er als Erster beweisen, dass die Ursache der ansteckenden Krankheiten wie Cholera, Milzbrand, Tuberkulose, Malaria, Schlafkrankheit und Pest, spezielle Bakterien sind. Mit seinen wissenschaftlichen Forschungen legte er den Grundstein für Hygiene, Desinfektion und Sterilisation in der Medizin.

Robert Koch war das dritte von insgesamt dreizehn Kindern eines Bergmannes in Clausthal (heute Clausthal-Zellerfeld, Harz).



Nach dem Abitur studierte er in Göttingen zunächst ein Semester Physik und danach Medizin. Am 16. Januar 1866 promovierte er und am 12. März 1866 bestand er das Staatsexamen in Hannover.

Seine ersten Forschungen galten dem Milzbrandbazillus, der 1849 als erster Krankheitserreger von dem Arzt Aloys Pollender entdeckt wurde. Regelmäßig wurde das Vieh der Bauern von dieser oftmals schweren Infektionskrankheit heimgesucht.

„Wenn der Arzt hinter dem Sarg seines Patienten geht, so folgt manchmal die Ursache der Wirkung.“

Robert Koch

1876 veröffentlicht Robert Koch seine Entdeckung der Sporen des Milzbranderregers. Schon während dieser Zeit berichtete der bis dahin noch völlig unbekannte Kreisphysikus über absolut neue Bekämpfungs- und Erforschungsmethoden von Infektionskrankheiten.
Bahnbrechend waren seine Studien über die Züchtung von Bakterien auf künstlichen Nährböden, um sie dort nachzuweisen und zu vernichten. Im Auftrag der Regierung wurde Koch 1880 nach Berlin berufen, wo er sich am Kaiserlichen Gesundheitsamt nur noch auf die Weiterentwicklung seiner Forschung konzentrieren sollte.

Kochs internationalen wissenschaftlichen Ruhm begründete sein Vortrag über die “Ätiologie der Tuberkulose” im März 1882, nachdem er den Nachweis des Erregers der Volksseuche (Koch’scher Bacillus) erbracht hatte. 1883 folgen Reisen nach Ägypten und Indien, bei denen Robert Koch den Cholera-Erreger wissenschaftlich nachweisen kann.
Danach arbeitet Robert Koch in Berlin als Universitätsprofessor, Leiter des Hygiene-Institutes und Arzt an der Charité.
Doch Robert Koch feiert nicht nur Erfolge. Er stellt 1890 auf dem 10. Internationalen Mediziner-Kongress in Berlin einen Impfstoff vor, der der weit verbreiteten Tuberkulose ein Ende bereiten soll: das Tuberkulin. Tausende Tuberkulose-Kranke strömen herbei, da sie sich von der Koryphäe Koch Heilung versprechen. Leider hält das Serum nicht, was Koch verspricht. Zahlreiche Probanden sterben, Koch muss das Mittel wieder zurückziehen.

1891 wird er Direktor des Königlich Preußischen Instituts für Infektionskrankheiten, dem heutigen Robert Koch-Institut. Ab Mitte der 1890er Jahre erforscht er vor allem Tropenkrankheiten wie Malaria und die Schlafkrankheit. Zu diesem Zweck hält er sich jahrelang in den Tropen auf, zumeist in Afrika.

1905 nimmt er den Medizin-Nobelpreis für seine Arbeiten zur Tuberkulose entgegen.
Robert Koch stirbt am 27. Mai 1910 während eines Aufenthalts in Baden-Baden. Seine Urne wird auf eigenen Wunsch hin in seinem Berliner Forschungsinstitut beigesetzt. Ein Marmorsaal im Westflügel dient bis heute als kleines Mausoleum.

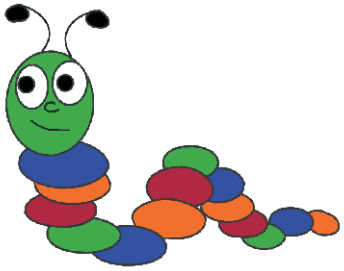
(www.wikipedia.de)

Mann, oh Mann

Noch ein paar Nüsse...?

Weihnachten ist Hoch-Zeit für Nüsse aller Art. Und das ist gut so, denn sie sind sehr gesund. Und sie haben einen ausgesprochen belebenden Einfluss auf die Spermien von Männern. Das ist wissenschaftlich untersucht. Amerikanische Forscher ließen junge Männer zwölf Wochen lang täglich 75 Gramm Walnüsse essen. Das Ergebnis: Bei den Walnuss-Essern verbesserte sich die Vitalität, Konzentration und Bewegungsfreude der Spermien. Nüsse punkten mit einem hohen Eiweißgehalt. Und so ganz nebenbei senkt MANN mit den Nüssen auch sein Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Nüsse enthalten relativ viele Kalorien und verderben leicht. Man sollte sie kühl lagern, kann sie sogar ins Gefrierfach packen. Riechen Nüsse muffig oder schimmeln sie gar, dann Finger weg!



MEDIS wünscht frohe Weihnacht und einen gesunden Start ins neue Jahr

Auf die Dosis kommt es an. Auch Bitterschokolade kann ein wahrer Dickmacher sein, enthält auf der anderen Seite aber auch wertvolle pflanzliche Inhaltsstoffe.

Ein (kleines) Stück Schokolade ist keine Sünde

Schokolade gehört zu Weihnachten. Und wer sie in Maßen genießt, sündigt nicht. Die Urform aller Schokoladen war flüssig und wurde von den Azteken und Mayas als "Speise der Götter verehrt". Süß war sie nicht. Mit Wasser vermischt und ohne Zucker, statt dessen mit Chili oder Pfeffer gewürzt, wurde sie als bitteres Heilmittel gehandelt. Davon ist die Schokolade von heute weit entfernt. Doch zumindest dem Kakao werden etliche gute Eigenschaften nachgesagt. Er enthält eine Vielzahl an sekundären Pflanzenstoffen. Darunter auch Flavanole. Diese wirken nachweislich als Gefäßschutz. Zudem bringt Kakao das Gedächtnis auf Trab und wirkt als Stimmungsaufheller. Je höher der Kakaogehalt, umso besser.

MDR I Hauptsache gesund | 11.12.2014

Impressum

MEDIS aktuell

MEDIS Management GmbH
Ackerstraße 20
04910 Elsterwerda

Tel.: 03533 4889840
kontakt@medis-netz.de
www.medis-netz.de

HRB 11829 CB
StNr. 057/114/02413

Geschäftsführung:
Marit Weber / Jens Zierz /
Dr. Carsten Jäger

Redaktion / Anzeigen:
Gabriele Strödel

Quellen - Fotos:
Titel: maria lanznaster- pixelio
Seite 4 MEDIS
Seite 5 tobias sellmaier - pixelio
grafik: © 2010 SCA Hygiene Products
Seite 7 oben: wolfgang floedl
unten: grace winter - pixelio

Ihre Patienten können sich auf Sie verlassen.
Und Sie sich auf die Deutsche Bank.

Wenn es um Finanzierungen geht, stehen Ihnen unsere Experten mit individuellen Lösungen zur Seite. Gemeinsam mit Ihnen entwickeln wir einen Finanzierungsmix, der auf Ihre Ansprüche und Anforderungen abgestimmt ist.

Sprechen Sie jetzt mit uns.

Investment & FinanzCenter Senftenberg
Bahnhofstraße 8
01968 Senftenberg
Telefon 01 73 / 2 18 60 02

Leistung aus Leidenschaft.

Deutsche Bank