



der Pflegedienst



Liebe Leserin, lieber Leser,
in Politik und Fachzirkeln wird bereits seit Jahren über den bedrohlichen Mangel an Fachkräften in der Altenpflege gesprochen. Wir freuen uns, dass dieses drängende Problem nun endlich auch öffentlich wahrgenommen wird und damit die Erkenntnis wächst: Eine qualitativ gute und menschliche Pflege zu Hause ist nur mit motivierten und gut bezahlten Mitarbeitenden zu machen. Fachkräfte auszubilden ist das eine. Sie motiviert im Beruf zu halten das andere. Was wir als regionaler Ausbilder und Arbeitgeber dafür tun, lesen Sie auf den Seiten 1 und 4 dieser Herbstausgabe unserer Hauszeitung.

Außerdem: Was können Gesundheits- und Medizin-Apps und was nicht? Und was macht sie zu wertvollen Helfern? Antworten auch auf diese Fragen hier in GEPFLEGT ZU HAUSE.

Waltraud Höfflin Vorstand
Pflegemanagement
Michael Szymczak Vorstandsvorsitzender
Geschäftsführung



MITARBEITENDE GEWINNEN UND HALTEN

Wir bilden aus

Man weiß es seit Jahren: Auf der einen Seite steigt der Anteil der Menschen, die ihren Lebensabend im gewohnten Umfeld verbringen möchten. Auf der anderen Seite fehlen qualifizierte und motivierte Pflegekräfte, die sie dabei unterstützen. Das treibt uns dazu an, Mitarbeitende selbst auszubilden und im Beruf zu halten.

SEIT 2013 investieren wir unsere Energie und unser Können in die Ausbildung von Fachkräften und bilden Mitarbeitende in der Altenpflegehilfe und Al-

tenpflege sowie zum Kaufmann/zur Kauffrau im Gesundheitswesen aus. Viele unserer ehemaligen Auszubildenden sind heute erstklassige Fachkräfte, die kompetent und engagiert bei uns mitarbeiten.

WIR WOLLEN, dass unsere Mitarbeitenden mit Freude, Einfühlungsvermögen und Professionalität ihrer Tätigkeit nachkommen. Dies gelingt nicht zuletzt, weil wir den wertschätzenden Umgang mit unseren Patienten von Anfang an in den Mittelpunkt der Ausbildung stellen.

JEDEM AUSZUBILDENDEN steht eine Praxisanleiterin zur Seite. Sie ist Ansprechpartnerin für die Altenpflegeschulen und verantwortlich dafür, dass theoretische Lerninhalte in der Praxis geübt werden. Im ersten Ausbildungsjahr werden Schüler-innen durchgehend von einer Fachkraft begleitet, die sie fachkundig in die bedürfnisorientierte Pflege einführt.

NEBEN DEN PRAXISANLEITERINNEN begleiten auch unsere Fachkräfte die Auszubildenden. Sie unterstützen sie in ihrem alltäglichen Arbeiten und vermitteln ihnen in Spezialgebieten wie Wund- und Palliativversorgung die aktuellen Herangehensweisen. Unsere Kinaesthetics-Tutorinnen bieten regelmäßige Schulungen für eine rücken schonende Arbeitsweise an.

Themen dieser Ausgabe

Seiten 2 + 3

Was können Gesundheits- und Medizin-Apps – und was nicht?

Seite 4

Bieten viel: Kirchliche Sozialstationen als Arbeitgeber

Hand in Hand durch die Ausbildung (von li.): O. Wunder-Lickert, C. Heisig, S. Aktas, M. del P. T. Guzmán, S. Schächtele, P. Ott



Unsere Praxisanleiterinnen Claudia Heisig (links) und Olga Wunder-Lickert

IN UNSEREN VIER GESCHÄFTSSTELLEN in Bötzingen, Gundelfingen, March und Umkirch, in den beiden Wohngruppen und den zwei Tagespflegen arbeiten multidisziplinäre Teams (Gesundheits- und Krankenpflege, Altenpflege, Hauswirtschaft und Alltagsassistenz). So lernen unsere Auszubildenden schon früh, was in der Pflege am wichtigsten ist: Pflege und Betreuung an den Bedürfnissen des einzelnen Patienten auszurichten. |

Auszubildende sind jung und deutsch? Nicht bei uns: Wir haben Auszubildende von 18 Jahren bis 55 Jahren und verschiedener Nationalität. Gerade Menschen in der Mitte ihres Lebens haben oft ein großes Interesse, sich beruflich neu zu orientieren. Sie wollen gerne im Kontakt mit Menschen sein und etwas Sinnvolles tun.

Wir stellen uns vor



Olga Wunder-Lickert | Praxisanleiterin

Als langjährige Mitarbeiterin der Sozialstation bereitet es mir Freude, mein Wissen und Können an andere weiterzugeben. Aus dieser Motivation heraus habe ich 2014 die Qualifikation zur Praxisanleitung erworben. Als Koordinatorin der Praxisanleitung ist es meine Aufgabe, Schüler-innen durch die Zeit der Ausbildung zu begleiten und zu fördern. Mit unserem Praxisanleiter-Team arbeite ich daran, Schüler-innen eine lernförderliche Atmosphäre zu bieten, die ihnen ermöglicht, ihre Fähigkeiten zu entdecken und weiter auszubauen. Wichtig ist mir, dass meine Kollegin und ich von den Auszubildenden als Ansprechpartnerinnen wahrgenommen werden, mit denen man offen und vertrauensvoll sprechen kann. |

ÜBERWACHEN, MOTIVIEREN, GESÜNDER LEBEN



Wie Gesundheits- und Medizin-Apps helfen können

Mehr als 100.000 Gesundheits-Apps sind nach Schätzung von Experten heute auf dem Markt und jeden Monat kommen etwa 1.000 neue dazu. Die kleinen Programme fürs Smartphone können wertvolle Helfer sein, wenn es um Gesundheit und Fitness geht. Die Qualität ist aber recht unterschiedlich und es gibt einiges zu beachten, um sich in der Fülle des Angebots zurechtzufinden.

FÜR IMMER MEHR ältere Menschen ist es selbstverständlich, ein Smartphone zu besitzen. Die Nutzung ist in den vergangenen Jahren stark gestiegen und damit auch der Zugriff auf Gesundheits- und Medizin-Apps. In den Online-Stores von Apple und Google gibt es jede Menge der kleinen Computerprogramme, die den Anwender dabei unterstützen wollen, gesünder zu leben, seine Krankheit besser zu bewältigen oder effizienter mit dem Arzt zusammenzuarbeiten, zum Beispiel über ein elektronisch geführtes Patiententagebuch.

LIFESTYLE- ODER MEDIZINPRODUKT?

Eine festgelegte Systematisierung der Apps gibt es nicht, doch das Universitätsklinikum Freiburg hat kürzlich eine Bestandsaufnahme gemacht und die Ergebnisse in einer Studie festgehalten. Demnach zielen Gesundheits-Apps in der Regel darauf, die Fitness zu erhalten und einen gesunden Lebensstil zu fördern. Hauptsächlich handelt es sich dabei um Apps, die sich um Fitness und Workout, Gewichtskontrolle und Ernährung drehen. Sie sind in

den App-Stores meistens in der Kategorie „Gesundheit und Fitness“ zu finden. Medizin-Apps richten sich dagegen an Ärzte, medizinische Fachkräfte und Patienten mit meist chronischen Krankheiten. Dabei handelt es sich um Programme, die beispielsweise helfen, den Blutdruck zu überwachen und zu dokumentieren, oder Diabetiker-Apps, bei denen Blutzuckerwerte, Insulingaben und Mahlzeiten elektronisch erfasst werden. Dazu kommen Nachschlagewerke und Lexika sowie Apps mit Suchfunktionen, beispielsweise, um einen passenden Arzt zu finden.

GESUNDHEITSWERTE DOKUMENTIEREN

Gesundheits- und Medizin-Apps können gute Dienste leisten, darüber sind sich die meisten Gesundheitspolitiker, Krankenkassen und Verbraucher einig. Mehr als die Hälfte der Verbraucher hat Befragungen zufolge bereits Gesundheits-Apps installiert. Senioren nutzen die Apps hauptsächlich, um Gesundheitswerte wie Gewicht und Blutdruck

elektronisch zu dokumentieren (38 Prozent). Ein Viertel zeichnet Informationen zur eigenen Krankengeschichte auf und 15 Prozent halten ihre sportlichen Unternehmungen fest.

Bei der Vielzahl der angebotenen Apps ist es jedoch für Laien und auch Ärzte häufig nicht einfach, zwischen gut und schlecht zu unterscheiden. Mit

wenigen Ausnahmen sind die Gesundheits-Apps keine Medizinprodukte, die dem entsprechenden Gesetz unterliegen, wobei zunächst alleine der App-Anbieter entscheidet, ob seine App einem medizinischen Zweck dient.

Bei Gesundheits-Apps, die sich an gesunde Menschen richten und in erster Linie das Wohlbefinden steigern sollen, lauern kaum Gefahren.

Dann ist es lediglich ärgerlich, wenn beispielsweise

Kalorien falsch berechnet werden und das Abnehmen nicht wie gewünscht funktioniert.

Ein größeres Risiko gibt es bei Apps, die anbieten, eine Diagnose zu stellen, beispielsweise zu ermitteln,

wie gefährlich ein Muttermal ist. Und noch größere Sicherheit müssen Apps bieten, die medizinische Messwerte ermitteln, erfassen und auswerten.

Sie sind auf jeden Fall zulassungspflichtige Medizinprodukte. Falsche



Werte könnten hier zu Therapiefehlern führen, beispielsweise zu einer falschen Insulindosis, was unter Umständen lebensgefährlich sein kann.

HEUTE: DIE APP AUS DEM STORE

Die Experten des Universitätsklinikums Freiburg zeigten in ihrer Studie, dass Verbraucher bislang bei der Suche nach Gesundheits-Apps auf eigene Faust vorgehen, ohne mit ihrem Arzt zu sprechen. Sie durchsuchen die Stores nach Stichworten und wählen aus den angezeigten Treffern die App aus, die ihnen am meisten zusagt. Dabei lassen sie sich vom Preis, den Bewertungen, den Kommentaren anderer Nutzer und der Zahl der Downloads leiten. Die größten Bedenken, die mit der Nutzung einer App verbunden sind, beziehen sich darauf, dass die persönlichen (Gesundheits-)Daten ausgespäht werden könnten. Diese Angst ist nicht ganz unbegründet, denn oftmals fielen schon bei Tests Datenschutz-mängel auf.

MORGEN: DIE APP AUF REZEPT

Zukünftig könnte sich das Vorgehen bei der Auswahl einer App jedoch deutlich verändern, denn es wird erwartet, dass Krankenkassen Apps empfehlen oder sogar verordnen und die Leistungen entsprechend erstatten. Das könnten Entspannungs-Apps sein, die helfen abzuschalten und den Stresslevel zu kontrollieren, Programme zur Raucherentwöhnung oder Apps als Unterstützung für chronisch kranke Menschen, wie Schmerzpatienten und Diabetiker.

Bereits in den letzten Jahren haben die Krankenkassen selbst ihr Angebot an Gesundheits-Apps deutlich ausgebaut. Oft handelt es sich dabei um Suchmaschinen, die helfen, Ärzte, Apotheken oder Gesundheitsangebote in der Region zu finden. Darüber hinaus gibt es Apps, die Dokumentationshilfen zur Erfassung von Impf- und Vorsogedaten bieten oder Erinnerungshilfen beispielsweise für Vorsorgetermine. |



Darauf sollten Sie achten



Wenn Sie eine Gesundheits-App aus den entsprechenden Stores nutzen wollen, achten Sie auf die folgenden Punkte. Sie sind Hinweise auf vertrauenswürdige Angebote:

- In der Beschreibung sind alle Funktionen übersichtlich aufgelistet und werden verständlich erklärt.
- Auf den Screenshots (Bildschirmansichten) der App erkennen Sie, welche grundsätzlichen Funktionen die App bietet.
- Sie erkennen klar, wer die App herausgegeben hat. Ein Link führt Sie zu der Internetseite des Anbieters.
- Es gibt eine Kontaktadresse, an die Sie sich bei Fragen, Anregungen oder Beschwerden wenden können.
- Die App hat eine vollständige und vor allem verständliche Datenschutzerklärung.
- Die App verlangt nicht mehr Zugriffsrechte als notwendig. (Will die App auf Ihre Kontakte zugreifen, sollten Sie misstrauisch werden.)
- Es gibt ggf. ein Qualitätssiegel mit anerkannten Prüfkriterien oder wissenschaftlich verlässliche Studienergebnisse über den Nutzen.

Bewertungen anderer Nutzer können als erste Einschätzung dienen, sind aber oft widersprüchlich oder manchmal auch gekauft, deshalb sollten Sie sich im Zweifel auf Ihre persönliche Einschätzung verlassen.

Bequem zu nutzen: Entspannungs-Apps, die helfen, abzuschalten und den Stresslevel zu kontrollieren.

© GEPFLEGT ZU HAUSE | Autorin Sabine Anne Lück
GRIESHABER Redaktion + Medien | Bonn |
www.grieshaber-medien.de

ZUSÄTZLICHE HILFE BEI DER APP-SUCHE

→ www.healthon.de

Die Informationsplattform bietet Zugriff auf eine Datenbank mit getesteten Apps, die anhand der Qualitätskriterien des Healthon-Ehrenkodex überprüft wurden. Außerdem können Sie Gesundheits-Apps über einen Online-Test auf der Seite selbst auf Vertrauenswürdigkeit testen und anderen Nutzern empfehlen.



→ www.appcheck.de

Hier werden Apps zu verschiedenen Themen wie Diabetes, Asthma und Demenz von Experten getestet. Zusätzlich wird über Qualitätskriterien informiert.

