



## WIR KLÄREN AUF

Pflegegrad beantragen

## XANTENERPFLEGETEAM

Unsere Neuerungen im Team

## TIPP

Sommerliche  
Holunder-  
limonade

# WIR KÖNNEN MEHR!



HAUSNOTRUF

SICHERHEIT FÜR ZUHAUSE

AUF KNOPFDRUCK

LASSEN SIE SICH BERATEN 08000 365 000

DRK-Kreisverband Niederrhein e.V.

[www.drk-niederrhein.de](http://www.drk-niederrhein.de)



Xantener Pflegepost  
erscheint viermal jährlich.

Herausgeberin & Ansprechpartnerin  
für Angehörige & Patienten:  
Xantener Pflegeteam  
Jessica Steinhöfel  
Heinrich-Lensing-Straße 37  
46509 Xanten  
Tel.: 02801 - 988 40 35  
Fax: 02801 - 988 40 36  
[www.xantenerpfl egeteam.de](http://www.xantenerpfl egeteam.de)

Redaktion und Anzeigenplanung:  
pm pflegemarkt.com GmbH  
Oberbaumbrücke 1  
20457 Hamburg  
Tel.: +49(0)40 30 38 73 85-5  
Internet: [www.pflegemarkt.com](http://www.pflegemarkt.com)

Vertretungsberechtigter Geschäftsführer:  
Herr Peter Voshage

Grafische Gestaltung:  
Charlene Groß, [c.gross@pflegemarkt.com](mailto:c.gross@pflegemarkt.com)

Autoren dieser Ausgabe :  
Xantener Pflegeteam,  
Autoren der pflegemarkt.com GmbH

Beiträge, die mit vollem Namen oder auch Kurzzeichen des Autors gezeichnet sind, stellen die Meinung des Autors, nicht unbedingt auch die der Redaktion dar. Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Warenbezeichnungen und Handelsnamen in dieser Zeitschrift berechtigt nicht zu der Annahme, dass solche Namen ohne Weiteres von jedermann benutzt werden dürfen. Vielmehr handelt es sich häufig um geschützte Warenzeichen.

Druck:  
Onlineprinters GmbH  
Rudolf-Diesel-Straße 10  
Neustadt a. d. Aisch

Bildnachweise:  
Titelfoto © Xantener Pflegeteam  
S.6-7 © Blue Bello

Quellenangaben:  
Ausführliche Quellenangaben zu allen Texten unter  
[www.xantenerpfl egeteam.de](http://www.xantenerpfl egeteam.de)

Ausgabe: 02/2020

Liebe Patienten, liebe Angehörige,

die zweite Ausgabe ist für dieses Jahr nun endlich erschienen. Wir bedanken uns bei allen die an dieser Ausgabe beteiligt waren. Gerne nehmen wir Wünsche, Anregungen oder Kritik entgegen um unsere Zeitung noch informativer zu gestalten.

Wenn Sie die bisherigen Ausgaben verpasst haben, so können Sie die archivierten Zeitungen auf unserer Homepage nachlesen.

[www.xantenerpfl egeteam.de](http://www.xantenerpfl egeteam.de)

Nun viel Spaß beim lesen...

Ihre Jessica Steinhöfel-Peters & Team



## Inhalt

Pflegegrad berechnen	04	Mundschutzmasken	10
Neuerungen im Team	05	Holunderlimonade	13
Blue Bello	06	Rätselspaß	14
Corona-Krise-Hoffnung	08	Intertrigo - Hautwolf	16

## Pflegegrad beantragen

Wie geht das? Worauf muss ich achten?  
Bekomme ich überhaupt einen?

Fragen über Fragen die sich stellen, wenn plötzlich Pflegebedürftigkeit eintritt. Häufig entwickelt sich die Pflegebedürftigkeit schleichend, manchmal jedoch auch durch ein akutes Ereignis, wie z.B. einen Schlaganfall zu erleiden.

Sobald Sie oder ein Angehöriger den Eindruck haben, regelmäßig Hilfe im Alltag zu benötigen, sollten Sie einen Antrag bei Ihrer Pflegekasse auf einen Pflegegrad stellen. Ein einfacher Anruf bei Ihrer Pflegekasse genügt als formloser Antrag. Rufen Sie also Ihre Pflegekasse an und teilen Sie ihr mit, dass Sie bzw. die pflegebedürftige Person Leistungen aus der Pflegeversicherung benötigt. Damit ist das Wichtigste schon getan.

Pflegebedürftig ist man übrigens nicht erst, wenn man gar nichts mehr kann; entscheidend ist die Frage, ob körperliche und/ oder geistige Einschränkungen den Alltag erschweren.

In Kooperation mit der © 2020 pm pflegemarkt.com GmbH finden Sie auf unserer Internet Seite [www.xantenerpflegeteam.de](http://www.xantenerpflegeteam.de) unter der Rubrik „Pflegegrad berechnen“ das Selbstständigkeitsmeter. Mit diesem Selbstständigkeitsmeter können Sie ganz leicht nach Ihren Einschätzungen den möglichen Pflegegrad berechnen, sowie anschließend ausdrucken.

Das gleiche Prinzip gilt übrigens auch bei einer Höherstufung des Pflegegrads.

**Das Xantener Pflegeteam steht Ihnen gerne für ein kostenloses Beratungsgespräch zur Verfügung.**

**XANTENER PFLEGETEAM**

**Notfalltelefon**  
0175 56 55 95 2

Home Impressum Kontakt

- Home
- Wir über uns
- Das Team ...
- Unsere Leistungen ...
- Essen auf Rädern
- Preise
- Pflegegeldrechner
- Pflegegrad berechnen
- Öffnungszeiten
- Xantener Pflegepost
- Datenschutz
- Stellenanzeigen
- Links

**Pflegegradberechnung**

Weitere Services Beratungstelefon

**SELBSTSTÄNDIGKEITSMETER**  
ER  
zur Berechnung Ihres Pflegegrads

Stellenausschreibung

TRANSPARENZBERICHT 2020

XANTENER Pflegepost

GEHIMMTELIXION

TIPP

## Neuerungen im Team



**Cassandra Kiwitt seit 01. April 2020**  
**Auszubildende Pflegefachfrau**

**Herzlich Willkommen im Team liebe Cassandra, schön dass du da bist!**

**Wir wünschen Dir drei erfolgreiche Lehrjahre.**

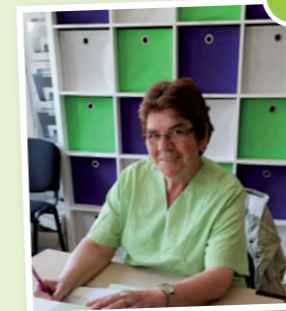
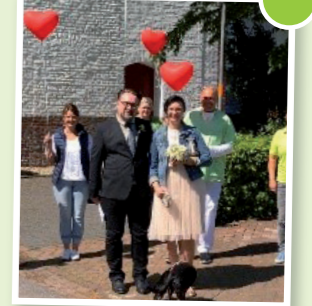


**Sabine von Contzen**

**Menübringdienst – Team Essen auf Rädern seit 01. März 2020**

**Herzlich Willkommen im Team und alles Liebe und Gute zu deiner Vermählung am 07. Mai 2020.**

*#Corona – Hochzeit 2020*



**Christel Rennings**

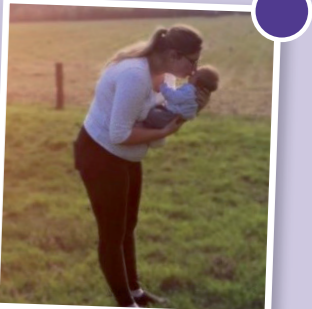
**Alltagshelfer seit 27. April 2020**

**Herzlich Willkommen im Team liebe Christel, schön dass du da bist!**



**Am 15. Februar 2020 erblickte die kleine Lia das Licht der Welt.**

**Wir gratulieren Jenny Ewert herzlich zur Geburt und wünschen der kleinen Familie alles Glück dieser Welt.**



## Blue Bello

### mein Partner auf Zeit

„BlueBello© – mein Partner auf Zeit“  
Das weiche Fell, der süße Blick oder die freundliche Begrüßung an der Haustür.

Es gibt viele Gründe, die dafür sprechen, sich einen Hund als Haustier anzuschaffen und für viele Menschen ist ein Leben ohne einen Vierbeiner gar nicht mehr vorstellbar. Dies ist nicht verwunderlich, denn Hunde sind nicht nur treue Weggefährten, sondern ihre Anwesenheit oder der Kontakt zu ihnen hat eine wissenschaftlich belegte, positive Wirkung auf das Wohlbefinden von Menschen.

Aus diesem Grund, werden in vielen betreuten Wohngruppen, Alten- und Pflegeheimen und Reha-Einrichtungen vermehrt Haustiere als Mitbewohner oder zu Besuchsdiensten eingesetzt, da der Kontakt zu ihnen, geistig fitter hält und Depressionen abbaut.

Auch viele ältere Menschen, die noch in den eigenen vier Wänden wohnen, wünschen sich sehnlichst ein Haustier, um sich weniger einsam zu fühlen. Doch die Sorge, die Verantwortung im Alter nicht mehr tragen zu können oder sich aus Krankheitsgründen nicht mehr um das Tier kümmern zu können, hält viele davon ab, sich ein Tier anzuschaffen.



Aktiv bleiben  
mit Hund ...

Diesem Problem hat sich die Firma „Blue Bello – mein Partnerhund auf Zeit“ angenommen. Katrin Rösemeier, Inhaberin von BlueBello, nimmt Ängste und gibt Sicherheit.

Für eine monatliche Servicepauschale und einer einmaligen Vermittlungsgebühr für den ausgesuchten Partnerhund von BlueBello, bleiben diese „Leihunde“ so lange vor Ort, wie die Senioren es sich zutrauen oder wünschen. Allerdings werden die Hunde nicht für einen Tag, eine Woche oder Monat verliehen. Es soll eine Beziehung zwischen Hund und Halter entstehen können, mit der Sicherheit, dass aber im Fall der Fälle für den Hund gesorgt ist.

Sollten Sie in den Urlaub oder auf Kur fahren oder gar ins Krankenhaus müssen, wird dafür gesorgt, dass der Hund innerhalb von 24 Std. bei Ihnen zu Hause abgeholt wird. Im Sterbefall fällt der Hund automatisch in das Eigentum von „Blue Bello“ zurück.

Die Partnerhunde sind seniorenrecht ausgebildet und werden laufend von BlueBello medizinisch und mit Futteranlieferung versorgt.



Mehr Informationen erhalten Sie unter  
[www. bluebello.de](http://www.bluebello.de)  
oder telefonisch unter 0 51 59 - 825 402 9



## Corona-Krise-Hoffnung

Es gibt auch Schönes zu berichten.

Corona-Krise – ein Begriff, den man langsam einfach nicht mehr hören kann. Die Medien sind voll von Berichten über Neuinfizierte, Todeszahlen, wirtschaftliche Folgen und vielen negativen Fakten bzgl. des Coronavirus.

Doch die Krise bringt auch positive Effekte mit sich, über die wir zur Abwechslung berichten möchten.

### ENTSCHLEUNIGUNG

In unserer schnelllebigen Zeit kommen viele Menschen kaum noch zur Ruhe. Stress auf der Arbeit, Zeitdruck im Alltag und keine Möglichkeit auf Ausgleich. In vielen Fällen hat das gesundheitliche Folgen und kann zu einem Burnout oder psychosomatischen Erkrankungen führen. Der Lockdown ist für den einen oder anderen, der sich keine Auszeit gönnt, die „aufgezwungene“ Chance, sich auf das Wesentliche zu besinnen und zu entschleunigen. Es ist die Möglichkeit, darüber nachzudenken, was wichtig ist im Leben.

### WERTSCHÄTZUNG DER EIGENEN GESUNDHEIT

Das Coronavirus fordert viele Leben und in einigen Ländern wie Italien scheint der Tod in dieser Zeit allgegenwärtig zu sein. Dankbar darf jeder sein, der gesund durch diese Zeit kommt. Und gut ist daran getan, die Zeit für eine gesunde Lebensweise mit ausgewogener Ernährung und körperlicher Aktivität wie der Hausgymnastik zu nutzen, um der Gesundheit Gutes zu tun.

### KENNENLERNEN DES MINIMALISMUS

Die Isolation bietet auch die Möglichkeit, einfacher zu leben, weniger Neues zu kaufen, weniger unterwegs zu sein, weniger zu fliegen, weniger zu planen und zu tun und ganz überraschenderweise zufrieden zu sein, mit dem, was wir haben und sind. Ist der Anfang auch unfreiwillig initiiert, so kann dieser Weg nach der Krise freiwillig weitergegangen werden.

### ZEIT FÜR UNERLEDIGTE DINGE

Abgesehen von denjenigen, die durch den Lockdown eine Doppelbelastung wie Beruf und Kinderbetreuung zu stemmen haben, bringt er Zeit, Dinge zu tun, für die im normalen Alltag die Zeit fehlte. Im Garten arbeiten, basteln, mit Freunden telefonieren, Briefe schreiben, den Keller entrümpeln, Fotos sortieren, Brettspiele spielen, an der Steuererklärung arbeiten und viele Dinge mehr, die gewöhnlich unter der Floskel „ich habe keine Zeit“ abgetan werden. Vielleicht erfreut uns dieses Mehr an Zeit (für die schönste Nebensache der Welt) auch durch einen Babyboom im kommenden Jahr.

### HILFSBEREITSCHAFT UND SOLIDARITÄT

Vielerorts bieten Freiwillige ihre Hilfe an, um z. B. für ältere Nachbarn Einkäufe zu erledigen oder den Hund auszuführen. In den sozialen Netzwerken gibt es regionale Gruppen, in denen sich Helfende organisieren, und es sind Apps entwickelt worden, auf denen man Hilfsangebote finden kann. Eine herzerwärmende Hilfsbereitschaft blüht in unterschiedlichsten Facetten auf. Ellenbogenmentalität weicht Empathie und Solidarität. Bekannte Bilder dafür sind Menschen, die in den Abendstunden für das Krankenpflegepersonal klatschen, oder die Menschen in Italien, die gegen Einsamkeit, Angst und Langeweile gemeinsam auf den Balkonen singen.

### KUNST UND KREATIVITÄT

Auch das kulturelle Leben wurde durch den Lockdown eingefroren. Doch Künstler haben ganz unterschiedliche, kreative Wege gefunden, die Menschen dennoch zu erreichen. Konzerte und Lesungen finden online statt, Musiker geben Konzerte in den Gassen ihrer Stadt und auch der Körperkult kommt nicht zu

kurz – Onlinesportkurse oder Trainer, die auf der Straße Menschen auf den Balkonen zum Mitturnen animieren, sind Beispiele dafür.

### WENIGER UMWELTVERSCHMUTZUNG

Die Erde darf für einige Wochen durchatmen. Der Rückgang der Industrielleistung sowie der Schadstoffemissionen durch unsere Mobilität (Autofahren, Fliegen) führt zu einem Sinken der Umweltverschmutzung – zumindest für eine begrenzte Zeit.

### CHANCE, ZU LERNEN UND DINGE ZU VERBESSERN

Was alle bemerkt haben sollten, ist, dass es wirklich systemrelevante Berufe gibt, die uns in der Krise am Leben gehalten haben, und dass diese viel zu wenig Wertschätzung erhalten. Nach der Krise sollte dem wertschätzenden Klatschen für diese Berufsgruppen Anerkennung in Form von besseren Arbeitsbedingungen und besserer Bezahlung folgen. Auch lernen können wir aus der Flexibilisierung der Arbeit. Homeoffice, Telefon- und Videokonferenzen sind Normalität. Dienstreisen und physische Meetings sind scheinbar gar nicht immer zwingend notwendig und könnten vielleicht auch zukünftig reduziert werden.

Unbedingt lernen sollten wir aus der Bekämpfung des Virus und den Folgen der Maßnahmen, die ergriffen wurden. Das Coronavirus wird sicher nicht das letzte Virus sein, das die Welt herausfordert, und so sollten wir uns nach dem Coronavirus auf weitere Viren vorbereiten. Fehler, die gemacht wurden, sollten nächstes Mal nicht wiederholt werden und alles, was gut funktioniert hat, sollte wieder zum Einsatz kommen.



Warum nicht einfach mal zurücklehnen?

# Mundschutzmasken

## Fakten und Tragehinweise

Seit kurzem ist das Tragen von Mund-Nasen-Bedeckung in verschiedenen Situationen im öffentlichen Raum vorgeschrieben. Doch mit der Maskenpflicht ging jedoch auch das Verständnis für das Einhalten der wichtigen Hygienemaßnahmen verloren.

Was viele nicht wissen ist, dass sich das Virus im Stoff der Maske konzentriert und eine Übertragung durch Berühren auf die Gesichtshaut oder Finger ein Leichtes ist. Damit die Maske uns und unseren Gegenüber schützen kann, sind zum einen Tragehinweise zu beachten und es sind zum anderen unbedingt weiterhin die drei wichtigen Hygienemaßnahmen zu befolgen.

**Beides möchten wir Ihnen auf den folgenden drei Seiten noch einmal vorstellen:**

**Welcher Mundschutz sollte getragen werden und wann ist dies sinnvoll?**

Grundsätzlich sind drei Mundschutzarten zu unterscheiden:

**1. Atemschutzmaske (FFP2/FFP3-Masken)** - dienen dem Eigenschutz/Arbeitsschutz, um sich beim Umgang mit Covid-19-Patienten vor einer Infektion zu schützen.

**2. Medizinischer Mund-Nasen-Schutz (OP-Masken)** - dienen dem Fremdschutz und sollten von potenziell oder tatsächlich infizierten getragen werden.

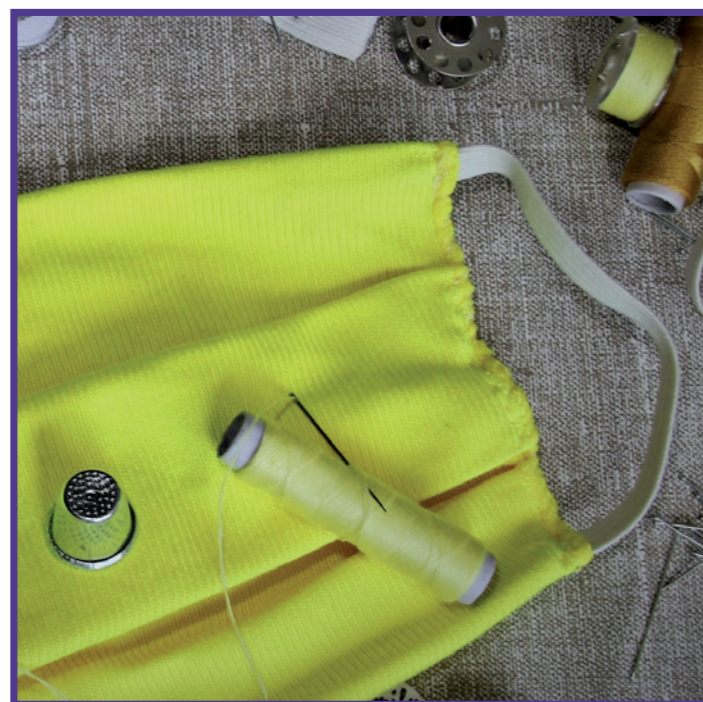
*Beide der oben genannten Maskenarten sind essentiell für den Schutz von medizinischem Personal und sollten ihm aufgrund der aktuellen Knappheit vorbehalten bleiben.*

**3. Behelfsmasken (selbst gemachte oder gekaufte Stoffmasken)** - sind nur für den Privatgebrauch geeignet. Ihr Tragen ist, je nach Bundesland in verschiedenen Situationen (z. B. beim Einkaufen, im öffentlichen Nahverkehr) vorgeschrieben.



### HINWEIS:

Der beste Schutz vor einer Infektion ist das konsequente Distanzieren von potentiell erkrankten Personen sowie das Einhalten der Hygienemaßnahmen. Dennoch kann das richtige Tragen einer Behelfsmaske eine gewisse Schutzfunktion vor größeren Tröpfchen und Kontakt mit kontaminierten Händen bieten.



## Regeln für das richtige Tragen von Behelfsmasken:

- Nutzen Sie die Maske nur für den privaten Gebrauch.
- Halten Sie auch mit Maske die drei Hygienemaßnahmen inklusive Abstand halten ein.
- Waschen Sie sich vor dem Anlegen gründlich die Hände mit Seife.
- Berühren Sie während des Anlegens der Maske nicht die Innenseite.
- Die Maske muss an den Rändern eng anliegen und sowohl den Mund als auch die Nase gut abdecken.
- Das normale Atmen sollte möglichst wenig behindert sein.
- Nehmen Sie die Maske bei Durchfeuchtung umgehend ab und tauschen Sie sie aus.
- Berühren Sie nicht die Außenseite der gebrauchten Maske, auf ihr können sich potentielle Erreger befinden.
- Waschen Sie sich nach dem Absetzen die Hände gründlich mit Seife.
- Lagern Sie getragene Masken luftdicht verschlossen und waschen Sie sie möglichst zeitnah, am besten umgehend, um Schimmelbildung zu vermeiden.
- Waschen Sie die Maske nach einmaliger Nutzung bei mind. 60, besser 95 Grad und lassen Sie sie vollständig trocknen.
- Beachten Sie, sofern vorhanden, unbedingt alle Herstellerhinweise.

## Die drei wichtigsten Maßnahmen

Die wichtigsten Schutzmaßnahmen sind das:

1. Einhalten der Husten-und-Nies-Etikette,
2. Abstandhalten
3. und die gründliche und regelmäßige Händehygiene.

### Husten-und-Nies-Etikette:



Niesen Sie nicht in die Hände, da Sie mit den Händen Gegenstände (z. B. Türgriffe und Treppengeländer) oder Ihr Gesicht anfassen und so Keime verbreiten könnten.



Husten und niesen Sie stattdessen in die Armbeuge oder in ein Taschentuch (danach entsorgen) und drehen Sie sich von anderen Personen weg.



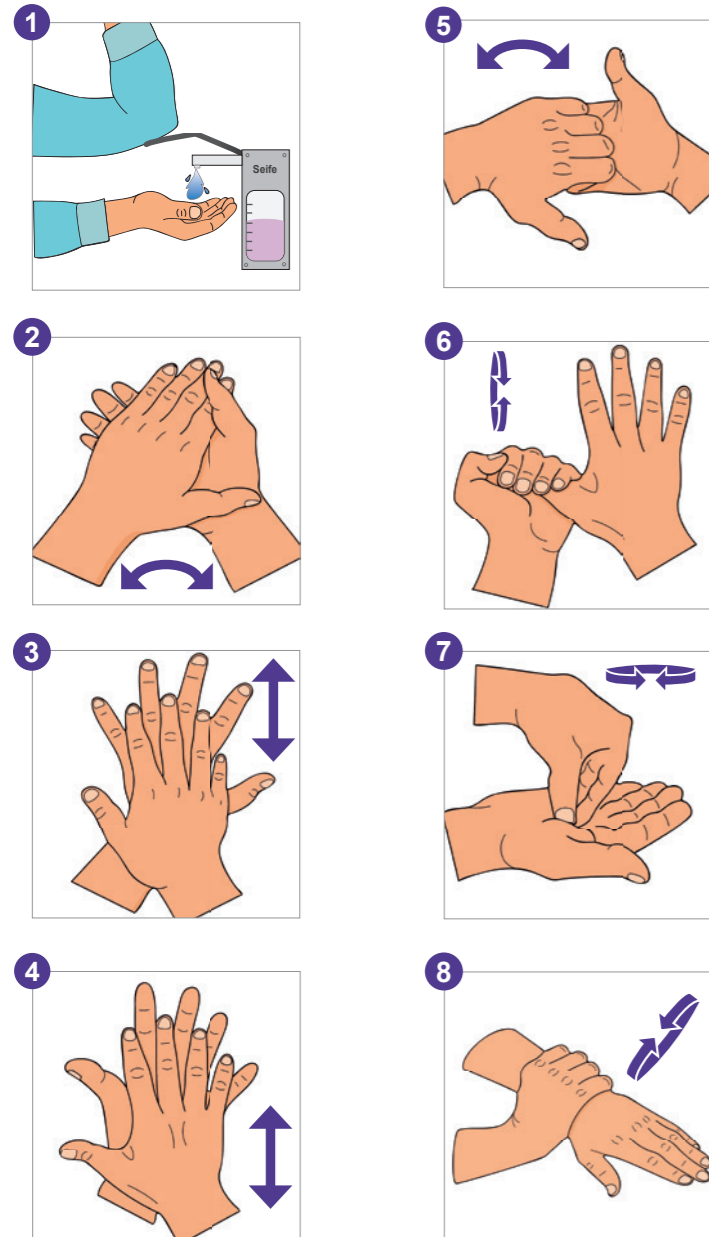
### Abstand halten

Abstand halten ist eine weitere wichtige Schutzmaßnahme. 1-2 Meter Abstand bei Unterhaltungen mit anderen Personen kann vor einer Keimübertragung beim Sprechen schützen. Außerdem sollten Begrüßungsgewohnheiten wie Umarmungen, Küsse oder Händeschütteln vermieden werden.

## Gründliche und regelmäßige Händehygiene

### Gründliches Händewaschen

- ✓ Das Händewaschen sollte 30 Sekunden dauern (singen Sie beim Waschen 2x Happy Birthday)
- ✓ Hände unter fließendem Wasser nass machen
- ✓ Hände von allen Seiten mit Seife einseifen. (siehe Schaubilder unten)
- ✓ Hände unter fließendem Wasser abspülen
- ✓ Hände sorgfältig mit einem sauberen Papiertuch trocknen



### Regelmäßiges Händewaschen

direkt nach dem Nach-Hause-/ Zur-Arbeit-Kommen



vor und während der Speisezubereitung



vor den Mahlzeiten



vor und nach dem Kontakt zu Erkrankten



nach dem Toilettenbesuch oder dem Windelwechseln



nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen



nach dem Kontakt mit Tieren



nach dem Kontakt mit Abfällen



### WICHTIG: HÄNDE AUS DEM GESICHT!

Ungewaschene Hände sollten Sie aus dem Gesicht fernhalten, d. h. berühren Sie damit nicht Mund, Nase oder Augen.

## Holunderlimonade

### Das ultimative Sommergetränk

#### Zubereitung:

Den Holunder mit Wasser abbrausen, Zitronen in Scheiben schneiden und dann alle Zutaten in eine Schüssel geben, gut durchrühren und 5 Tage an einen warmen Ort oder in die Sonne stellen. Täglich mehrmals umrühren.

Dann die Limo durch ein Sieb gießen und in Flaschen abfüllen. Einen weiteren Tag ziehen lassen und dann im Kühlschrank bis zum Verzehr lagern.

*Viel Spaß beim Ausprobieren!*

6 Holunderblütendolden  
2 Liter stilles Wasser  
2 Bio-Zitronen  
250 g braunen Zucker

Sommerliche  
vitaminbombe



# ORIGINAL UND FÄLSCHUNG

Die beiden Fotos unterscheiden sich in zehn Einzelheiten. Können Sie die entdecken?



## Sudoku Rätsel

Mittelschweres Rätsel

	2		1	3		5	
8						2	9
	5		7				
				5	7		4
9			2		4		5
5		3		7			
					3	4	
4		6					2
	9			4	1	6	

Mittelschweres Rätsel

	5						7	
		1	9	3			2	
9			7			6		
	2		1			4		5
5		3			2		9	
		8			9			7
	7			4	3	2		
	6						8	

Kraft	Stadt an der Bode			männlicher Artikel	Sprecher bayr. Mundart (linguis.)	Sieben-eck	spanisch: Insel	Infektionskrankheit	Weinort in Südtirol	
Hygieneutensil			10							
	1			Regie-begriff		festsit-zendes Nessel-tier				
Nadel-baum d. Mittel-meers	Zu-behör-teile		Schot-ten-rock				Handy-Software			
Mann von Anstand								Eingänge	3	
rotes Wurzel-gemüse		Gibbon-affe			9	Trend	machen			
			Hunds-tern			Ausge-staltung			franzö-sischer Philo-soph †	
Anmut	Zucker-pflanze	Geheim-agent					intensiv lernen (ugs.)	Faultier	5	
						Zier-strauch	Fremd-wortteil: vor	6		
		Um-gangs-form	Teil des Mittel-meers							
eurasi-scher Staaten-bund	Lymph-organ		7			jetzt		nicht diese		
größter Meeres-säuger						chile-nische Währung	zustim-mende Antwort			
				früh-christlicher Eremit		ein Vorname von Rubens	8			
moderne Hose	sehr große Eile	bepflan-zungs-fähig		optisch wahr-nehmen	2			Küsten-schiff		
Körper-teil						geist-liches Gericht im MA.	stehen-des Ge-wässer			
				Tier-kadaver	4	linke Konto-seite			Leicht-metall (Kurz-wort)	
deutsche Anrede		afrika-nische Lilie					ehem. portug. Kolonie in Indien		englisch: bei	
ital. Wein-schaum-creme						11	Jubel-welle im Stadion (La ...)			
Be-sorgnis erregend						Streit-gespräch				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11



## Intertrigo - Hautwolf

Eine Gefahr, die der Sommer mit sich bringt.

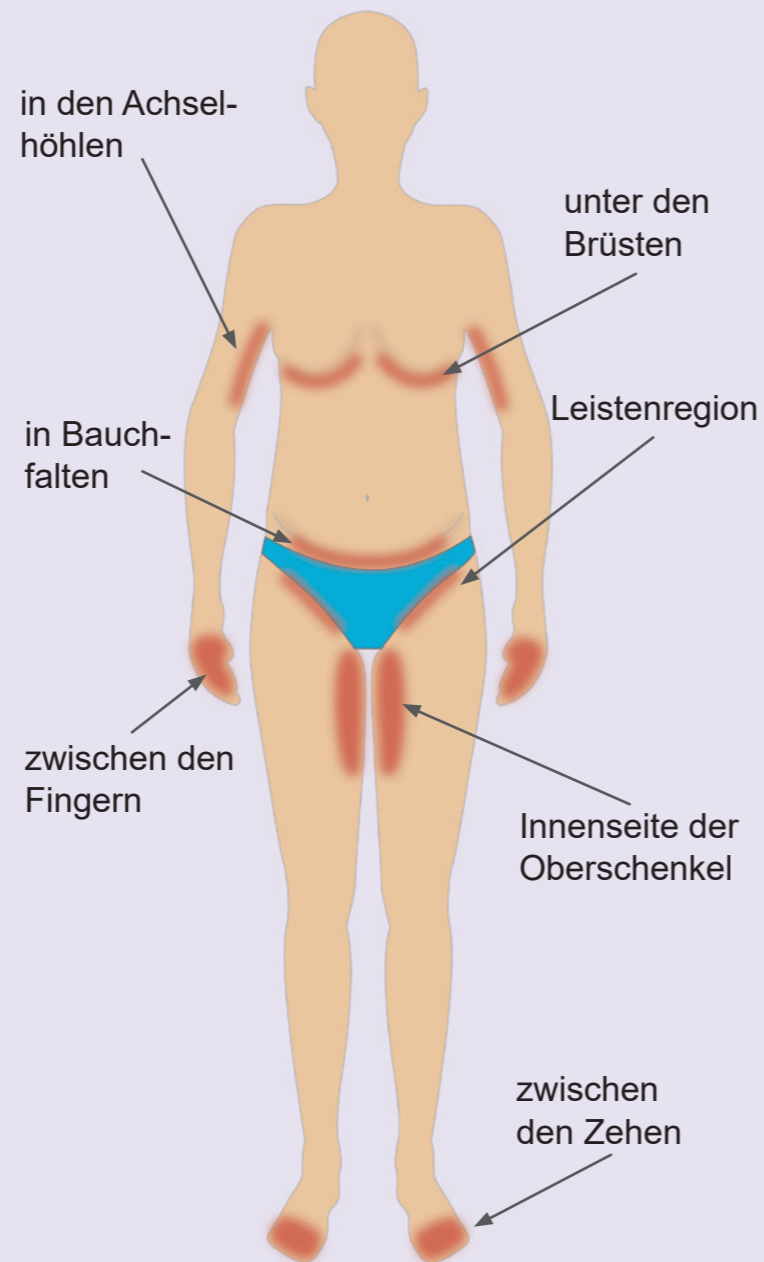
Die Intertrigo (lat. wund gerieben) ist eine häufig auftretende, entzündliche Hauterkrankung, die an Hautoberflächen in Hautfalten entsteht. Umgangssprachlich wird dieses Haut-auf-Haut-Problem „Hautwolf“ genannt.


Eine Intertrigo äußert sich durch Hautrötungen, die brennen und jucken. Die Haut wirkt oft aufgequollen und weist Abschürfungen auf. Kennzeichen sind außerdem Feuchtigkeit in den betroffenen Hautfalten sowie ähnliche Rötung auf beiden Hautseiten der Hautfalte.

Als Hauptursachen gelten die Reibung der Hautoberflächen aufeinander sowie gestaute Feuchtigkeit und Wärme. Daher tritt eine Intertrigo besonders im Sommer häufig auf, wenn sich bei sommerlichen Temperaturen Schweiß in den Hautfalten sammelt. Infolge wird die Hautbarriere geschädigt und es kann zu einer Infektion kommen.

Häufig betroffen von einer Intertrigo sind adipöse Personen oder Menschen, die besonders stark schwitzen. Auch das Tragen von Kleidung aus synthetischen Materialien kann eine Intertrigo begünstigen. Aber auch in Hautfalten gestauter Urin z. B. bei Inkontinenz oder unzureichende Hygiene hat dieselbe intertrigobegünstigende Wirkung, wie Schweiß - Wärme und Feuchtigkeit sind die optimalen Lebensbedingungen für Bakterien und Pilze.

Die folgende Abbildung zeigt typische Körperregionen an denen eine Intertrigo auftritt.



 **HINWEIS:**

Personen, die Gelenkversteifungen/Kontrakturen oder Spastiken aufweisen, können zusätzlich auch dort wo Haut auf Haut liegt eine Intertrigo entwickeln.



Was können Sie tun, um eine Intertrigo vorzubeugen?

- Überprüfen Sie regelmäßig, ob an den gefährdeten Hautregionen feuchte oder rötliche Stellen zu finden sind, um frühzeitig Gegenmaßnahmen zu ergreifen.
- Sorgen Sie für eine regelmäßige Körperpflege mit pH-neutraler Seifenlotion. **Achtung!** Gefährdete Regionen nur mit Wasser behandeln.
- Vermeiden Sie das (lange) Baden.
- Trocknen Sie die Haut immer sehr gut ab (tupfen, nicht reiben).
- Halten Sie gefährdete Regionen frei von Deodorant oder Parfüm.
- Setzen Sie keine Fettsalben und kein Puder ein.

Bei starkem Schwitzen sollten Sie außerdem die Kleidung häufig wechseln und kühlende Waschungen vornehmen, um das Schwitzen zu reduzieren und die Hautdurchblutung zu steigern. Das Reiben von Haut auf Haut vermeiden, können Sie, indem Sie ein Leinen- oder Baumwolltuch in die betroffenen Regionen legen und regelmäßig wechseln.

 **HINWEIS:**

Es ist wichtig, andere Erkrankungen, z. B. eine Allergie oder einen Dekubitus auszuschließen.

- » Wenn ein süßlicher Geruch, nässende Hauterosionen oder Pusteln auftreten, kann dies auf eine bakterielle Entzündung hinweisen.
- » Weiße Beläge können ein Hinweis auf eine Pilzinfektion sein.

Bei Verdacht auf eine Infektion sollte Rücksprache mit einem Arzt gehalten und nicht eigenständig mit Cremes und Salben experimentiert werden.

Zur Vermeidung einer Ausbreitung der Infektion sollte bei der Körperpflege darauf geachtet werden, dass betroffene und gesunde Körperteile nicht mit demselben Waschlappen, Handtuch und Waschwasser gereinigt werden. Verwenden Sie am besten Einmalwaschlappen und waschen Sie verwendete Handtücher bei 60 Grad.

## Leistungen der Pflegeversicherung

Leistungen	PG1	PG2	PG3	PG4	PG5	Bemerkungen
<b>Pflegegeld für selbst beschaffte Pflegehilfen</b>	Kein Anspruch	316 € monatlich	545 € monatlich	728 € monatlich	901 € monatlich	Pflegegeld und Pflegesachleistung können auch in Kombination in Anspruch genommen werden.
<b>Pflegesachleistung (ambulante Pflege)</b>	Kein Anspruch, jedoch Einsatz des Entlastungsbetrages von 125€ monatlich möglich	689 € monatlich	1298 € monatlich	1612 € monatlich	1995 € monatlich	Pflegegeld und Pflegesachleistung können auch in Kombination in Anspruch genommen werden.
<b>Vollstationäre Pflege</b>	125 € monatlich	770 € monatlich	1262 € monatlich	1775 € monatlich	2005 € monatlich	
<b>Entlastungsbetrag</b>	125 € monatlich	125 € monatlich	125 € monatlich	125 € monatlich	125 € monatlich	Nur bei PG 1 für körperbezogene Pflegemaßnahmen einsetzbar.
<b>Kurzzeitpflege</b>	Kein Anspruch, jedoch Einsatz des Entlastungsbetrages von 125€ möglich	1612 € jährlich	1612 € jährlich	1612 € jährlich	1612 € jährlich	
<b>Verhinderungspflege</b>	Kein Anspruch	1612 € jährlich	1612 € jährlich	1612 € jährlich	1612 € jährlich	Zusätzlich können bis zu 50% des Kurzzeitpflegebudgets (806€) welches nicht verbraucht wurde, in Verhinderungspflege umgewandelt werden. Somit kann man auf in Gesamtbudget von 2418€ jährlich kommen.
<b>Tages- und Nachtpflege</b>	Kein Anspruch, jedoch Einsatz des Entlastungsbetrages von 125€ möglich	689 € monatlich	1298 € monatlich	1612 € monatlich	1995 € monatlich	Diese Leistungen können in vollem Umfang neben dem Pflegegeld oder Pflegesachleistung in vollem Umfang in Anspruch genommen werden.
<b>Zuschüsse für Maßnahmen zur Verbesserung des Wohnumfelds</b>	4000 € pro Maßnahme	4000 € pro Maßnahme	4000 € pro Maßnahme	4000 € pro Maßnahme	4000 € pro Maßnahme	Der Zuschuss wird pro Maßnahme gewährt. Ändert sich die Pflegesituation z.B. durch eine Verschlechterung des Gesundheitszustandes
<b>Versorgung mit Pflegehilfsmitteln</b>	40 €	40 €	40 €	40 €	40 €	Für Pflegeverbrauchsmittel (Einmalhandschuhe, Desinfektionsmittel, Bettschutzunterlagen ect.)
<b>Qualitätssicherungsbesuche</b>	Anspruch 2x jährlich	Pflicht halbjährlich	Pflicht halbjährlich	Pflicht vierteljährlich	Pflicht vierteljährlich	Bei Nichteinhaltung kann das Pflegegeld gestrichen werden.



## Essen auf Rädern



### „WAS EIN GLÜCK DAS DIESE BEIDEN SICH GEFUNDEN HABEN“...

freuen sich die Kunden über diese hervorragende Idee des Zusammenschlusses für das **„Essen auf Rädern“** Angebot der Traditionsmetzgerei von **Ludger Lemken** und des **Xantener Pflage teams** von Jessica Steinhöfel.

Jessica Steinhöfel hat viele Kunden die auch gerne das Essen nach Hause bekommen möchten, warm und servierfertig und Ludger Lemken, der sein Essen auch gerne weiterhin bei Menschen sieht die den Weg nicht mehr so unbeschwert zu seiner Metzgerei auf der Marsstraße schaffen.

Weiterhin hat das Xantener Pflage team natürlich sein altbekanntes Angebot für Sie im Programm und versorgt seine Kunden neben den umliegenden Dörfern bis hin zur Weseler Rheinbrücke.

**Sprechen Sie uns an!**



**XANTENER PFLEGETEAM**

**JESSICA STEINHÖFEL**

Heinrich-Lensing-Straße 37 | 46509 Xanten

**Bestellnummer: 0176 3173 7575**

info@xantenerpflage team.de

**WWW.XANTENERPFLEGETEAM.DE**