

Infos für Ihr Wohlbefinden

von Martina
Holzer

Wann spricht man von chronischem Schmerz?

„Wenn über einen Zeitraum von mehreren Monaten entweder anhaltend oder immer wieder Schmerzen bestehen. Die Krankheitsursachen sind zwar häufig erkennbar, jedoch nicht heilbar. Es gibt aber Fälle, in denen die Ursachen des chronischen Schmerzes nicht ausgemacht werden können. Der Schmerz selber wird zur Krankheit. Er hat keine Schutz- und Warnfunk-



Ass. Dr. Lorenz Breitfeld
Abteilung für Anästhesiologie und Intensivmedizin, BKH Lienz

tion des Körpers mehr, er verselbstständigt sich und wird eigenständig. Eine der häufigsten chronischen Schmerzen sind etwa Rückenschmerzen. Da meist weder auf dem Röntgenbild noch durch die Untersuchung eine eindeutige Schmerzsache festgestellt werden kann, werden durchschnittlich 80 % der Rückenschmerzen als ‚unspezifisch‘ bezeichnet. Mithilfe einer interventionellen Schmerzdiagnostik kann die Ursache aber in der modernen Schmerzforschung fast immer festgestellt werden.“

Wer allergisch auf Stiche von Bienen, Wespen oder Hornissen reagiert, sollte immer ein Notfallmedikament bei sich haben.



Bis Sommer 2012 gibt es Palliativ-Betten

Die Vorbereitungen für die Installierung von vier Palliativ-Betten im Krankenhaus Lienz laufen auf Hochtouren. Somit wird es neben der kürzlich angelaufenen ambulanten Palliativbetreuung auch bald eine stationäre geben.

Seit Anfang Mai gibt es – wie bereits berichtet – ein Palliativ-Konsiliarteam am Lienzener Spital, bestehend aus drei Fachkräften. „Wir arbeiten jedoch ambulant, weil es noch keine Palliativ-Betten gibt“, betont Palliativärztin Dr. Daniela Zojer. Die notwendigen Betten werden bis Sommer nächsten Jahres installiert sein. „Der genaue Zeitpunkt hängt davon ab, wie schnell die Vorbereitungsarbeiten verlaufen“, informiert Prim. Univ.-Doz. Dr. Andreas Mayr, der ärztliche Krankenhausleiter.

Auf „Internen“

Für die Errichtung einer stationären Abteilung sind bauliche Maßnahmen notwendig, ein Neubau ist allerdings nicht vorgesehen. „Die Betten werden

voraussichtlich auf der Internen Abteilung untergebracht und in Folge mit entsprechend Personal ausgestattet.“ Auf der Station wird es Einzelzimmer und ein Doppelzimmer geben, damit ein Angehöriger beim Patienten übernachten kann. „Dies ist ja auch jetzt möglich. Die Kosten dafür übernimmt die Sozialversicherung“, erklärt OA Dr. Wilhelm Raneburger (Innere Medizin).

Was ist Palliativmedizin?

„Es ist ein Ansatz, mit dem die Lebensqualität von Patienten und ihren Familien in der letzten Lebensphase verbessert werden soll“, meint Palliativärztin Zojer. Einfühlsame Gespräche, die dem kranken Menschen Sicherheit geben, sind ein Teil. Dazu gehören insbesondere auch vorausschauende

medizinische, pflegerische, soziale und spirituelle Maßnahmen. „Begleitet werden aber auch Menschen, deren letzte Lebensphase noch Jahre dauert.“ Das Team sorgt sich aber nie alleine um die Patienten, „sondern immer in Zusammenarbeit mit anderen Fachkräften oder Einrichtungen. Wir haben eine Art Schlüsselfunktion, sind dafür da, die besten Maßnahmen für den Patienten zu organisieren, damit er etwa auch gut zuhause weiter betreut werden kann“, so Zojer. Auch bieten die drei Fachkräfte Trauerbegleitung an. „Denn nach dem Tod eines Menschen sind oft noch viele Fragen seitens der Angehörigen offen.“

Fixe Dienstzeiten

Das Palliativ-Team ist aber nicht mit einem „Notfallteam“ zu verwechseln. „Wir haben fixe Dienstzeiten, sind somit nicht jederzeit abrufbar“, informieren die Schwestern Karin Green und Marion Greil. Erreichbar ist das Team von Montag bis Freitag von 8 bis 12 Uhr (Dr. Zojer, Sr. Green) bzw. bis 14 Uhr (Sr. Greil). „Die Abteilung ist derzeit noch ein Pilotprojekt, das über zwei Jahre läuft und vom Land gestützt wird. Danach muss es das Krankenhaus alleine schaffen, die Station zu erhalten“, so Mayr.

Dr. Daniela Zojer (Mitte) mit den Schwestern Marion Greil (l.) und Karin Green. Foto: Martina Holzer

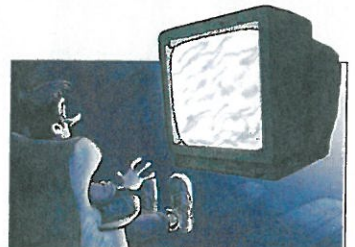


Hilfe bei Insektenstichen

Bereits 5 % der Osttiroler reagieren auf Stiche von Bienen, Wespen und Hornissen allergisch.

Meist ist ein Stich von Bienen, Wespen oder Hornissen lediglich schmerzhaft, gefährdet aber das Leben nicht, sofern die Tiere nicht in den Rachen gelangt sind. Schlimm kann es allerdings werden, wenn der Gestochene

allergisch reagiert, und das sind immerhin bereits 5 % der Osttiroler Bevölkerung. Die Allergie erkennt man an großflächigen Rötungen, Schwellungen, Erbrechen, Kreislaufkollaps oder Fieber. Der Patient muss mit erhöhtem Oberkörper gelagert und enge Kleidung gelockert werden. Wichtig wäre für Allergiker, immer das Notfallmedikament dabei zu haben. Ist man kein Allergiker, reicht es nach einem Stich aus, kalte Umschläge zu machen. Bei einem Bienenstich sollte man schauen, ob noch der Stachel in der Haut steckt. Wenn ja, dann mit einer Pinzette entfernen. Wenn die Tiere in den Rachen gelangen und dann zustechen, besteht Erstickungsgefahr. Unbedingt Eis lutschen und kalte Umschläge um den Hals legen. Die Rettung muss unbedingt alarmiert werden.



Mehr TV, weniger Schlaf

Gemütliches Fernsehen gehört für viele Menschen zum Tagesausklang. Doch viele ärgern sich spätestens in der Früh, dass sie wegen dem einen oder anderen Film wieder viel länger aufgeblichen sind als geplant. Die Müdigkeit am Morgen quält und bringt viele Negativwirkungen wie Unkonzentriertheit oder Gesundheitsprobleme mit sich. Das Fernsehen hat laut Forschern heute den größten Einfluss auf den Beginn der Schlafenszeit des Menschen. „Weit mehr als Sonnenuntergang oder andere biologische Faktoren“, erklären sie.