

Im **coop** präsent

Wer aufhört zu **werben** um **Geld** zu **sparen**, kann ebenso seine Uhr anhalten, um **Zeit** zu sparen.

Dieses Zitat des amerikanischen Industriellen Henry Ford drückt aus, wie notwendig Werbung ist um Dienstleistungen erfolgreich bekannt zu machen.

Öffentlichkeitsarbeit...

Mit dieser grossen Werbeuhr werden wir zukünftig im Coop Frutigen auf uns aufmerksam machen.

Die Uhr wird im Eingangsbereich, rechts vom Lift platziert, so dass sie von überall her gesehen wird. Die Montage ist auf Mitte bis Ende Januar 2019 geplant.

Wir hoffen, dass die Uhr viele Blicke auf sich ziehen wird und die SpiteX Niesen in den Köpfen hängen bleibt.



Fachbereich Psychiatrie

Die Strukturen und die Organisation der Psychiatrie-Spitex Oberland NOI wurden angepasst. Zukünftig decken zwei eigenständige Teams die Psychiatrie SpiteX ab. Ein Team das Gebiet Brienz/Oberhasli und Interlaken und unser Team die Bevölkerung im Einzugsgebiet der SpiteX Niesen. Wichtig für die Klienten ist, dass sie auch weiterhin durch die ihnen bekannten Pflegefachpersonen betreut werden.

Team Psychiatrie SpiteX Niesen



v.l.n.r. Miriam Roca, Monika Lehmann, Erika Dietrich

Der Bedarf nach Psychiatrie Pflege nimmt stetig zu. Per 1. November 2018 hat Erika Dietrich die Arbeit im Psychiatrie Team aufgenommen. Wir sind froh, mit Erika eine versierte Psychiatrie Pflegefachfrau mit langjähriger Erfahrung, mit an Bord zu haben.

Allerdings benötigt das Team noch einmal Verstärkung. Wir suchen per sofort oder nach Vereinbarung eine Psychiatriefachperson 40-60%. Hinweise erwünscht :-).

Susanna Zurbrügg, Geschäftsleiterin

**Mitarbeiterin
Administration
und vieles mehr...**

Verabschiedung Elisabeth Schmid

Offiziell fingen die Dienstjahre für Elisabeth am 1. Januar 1997 zu zählen an. Just an dem Tag, als der Hauspflegeverein mit der Gemeindekrankenpflege Frutigen fusionierte. Wäre ganz korrekt gezählt worden, so wie Elisabeth das immer tat, kämen noch ein paar Jahre dazu. ;-)

Es war nämlich so, dass Elisabeth schon im Hauspflegeverein Sekretärin war und auch als Stellvertretung der Kassierin fungierte. Wohl verstanden, all diese Aufgaben wurden zu Hause in der guten Stube oder im eigens dafür eingerichteten Büro erledigt. Mietkosten für Büroräumlichkeiten fielen damals keine an. Elisabeth wirkte auch in der Arbeitsgruppe, welche die Fusion vorbereitete mit. Hier wurde beschlossen die Attikawohnung im Spital Frutigen zu mieten, bestehend aus einem grossen Raum und einer kleinen Küche. So kam Elisabeth zu ihrem ersten Büro.

Gemeinsam mit der damaligen Einsatzleiterin Rosette Brügger galt es, nebst den allgemeinen Sekretariatsarbeiten, auch Abläufe und Strukturen für die neue Organisation aufzubauen. Tatkräftig wirkte Elisabeth mit. Pionierarbeit wurde geleistet. UND Elisabeth besass als Erste und Einzige einen Computer. Ich (damals stellvertretende Einsatzleiterin) bewunderte sie, dass sie dieses für mich etwas suspekte Gerät, einfach so beherrschte!

Mit den Gemeindekrankenschwestern, –bruder ;-) und den Hauspflegerinnen kamen zwei völlig unterschiedliche Kulturen zusammen. Hier ein gemeinsames Verständnis zu finden, forderte nicht nur die Einsatzleitung, sondern auch Elisabeth.

Im gemeinsamen Büro von Elisabeth und Rosette lief alles zusammen: Sekretariat, Buchhaltung, Planung, Sitzungen und Stützpunkt für das Team. Dieser Raum wurde zum Dreh- und Angelpunkt. Für Elisabeth, welche die Ruhe schätzt, war dies nicht immer einfach. Oft suchte sie die stilleren Randzeiten um ihre Arbeit zu erledigen.

Mit dem Aufbau der Spitex-Dienste Frutigen entstand eine solide Basis für weitere Fusionen. Total 4 Fusionen und den Wechsel auf etwa gleich viel verschiedene IT-Programme hat Elisabeth miterlebt.

All diesen Herausforderungen und Veränderungen begegnete Elisabeth mit Ruhe. Engagiert, zuverlässig und äusserst gewissenhaft erledigte sie ihre vielseitigen Aufgaben. Immer dachte sie mit und brachte auch Verbesserungsvorschläge ein. In all den Jahren war stets spürbar, dass es für Elisabeth nicht einfach nur Arbeit war. Die Spitex war ein Teil ihres Lebens. Wir werden sie vermissen.

Im Namen der Geschäftsleitung, der Teamleiterinnen, der Mitarbeitenden und der Klienten spreche ich Elisabeth ein ganz grosses Merci aus. Danke für deinen grossen Einsatz all die Jahre!

Auch Hans hat ab und zu einen Auftrag erhalten, etwa wenn wir froh waren, wenn ein Lehrerauge einen Blick auf den Jahresbericht hielt oder wenn ein kostengünstiger (sprich „gratis“-) Fotograf gefragt war!

Zum neuen Lebensabschnitt wünschen wir euch beiden von Herzen alles Gute!

Susanna Zurbrügg

**Bären
Reichenbach,
20. Dez. 2018...**



V.l.n.r. Hans und Elisabeth Schmid, Margrit Bohren, Teamleiterin Wimmis

Unsere Mitarbeiterinnen

Eintritte
„Wir heissen die neuen Mitarbeiterinnen herzlich willkommen.“



Erika Dietrich,
Pflegefachfrau,
Team Psychiatrie,
per 01.11.2018



Karin Hugi,
Fachfrau Gesundheit,
Team Reichenbach,
per 01.12.2018



Doris Bircher, Pflegeassistentin,
Team Adelboden, per 01.01.2019
Doris ist nicht unbekannt. Sie hat bereits in einer befristeten Anstellung bei uns gearbeitet. Nun ist sie zurück.

Austritt
„Wir danken herzlich für die geleisteten Dienste und wünschen für die Zukunft alles Gute.“



Elisabeth Schmid
Mitarbeiterin Administration,
Pension per 31.12.2018



Sandra Jäger
Pflegefachfrau, Team Aeschi
per 31.01.2019

Aufgabenaufteilung Administration

Mit der Neubesetzung der Stelle von Elisabeth Schmid wurden die Aufgaben etwas anders verteilt. Damit ihr die richtige Ansprechperson findet, nachfolgend eine Auflistung der Hauptaufgaben:

**Hauptaufgaben
Carmen Brügger...**



- Rechnungswesen (bezahlen der Rechnungen)
- Führen der Stützpunktkassenabrechnungen
- Verwaltung Büromaterial
- Mitglieder- und Spendenverwaltung
- Koordination Freiwilligenarbeit (Entlastung Angehörige)

**Hauptaufgaben
Therese Mani...**



- Kontrolle und Übertrag Leistungsdaten
- Löhne
- Rechnungen Klienten
- Mahnwesen
- Personal- und Klientenadministration
- Koordination Bedarfsabklärungen
- Rückmeldungen Krankenkassen bearbeiten

Ausbildungsabschluss

**Schwerpunkt
Palliative Care...**



Wir gratulieren Ursula Ming herzlich zu ihrem erfolgreichen Abschluss **CAS Palliative Care Level B2**.

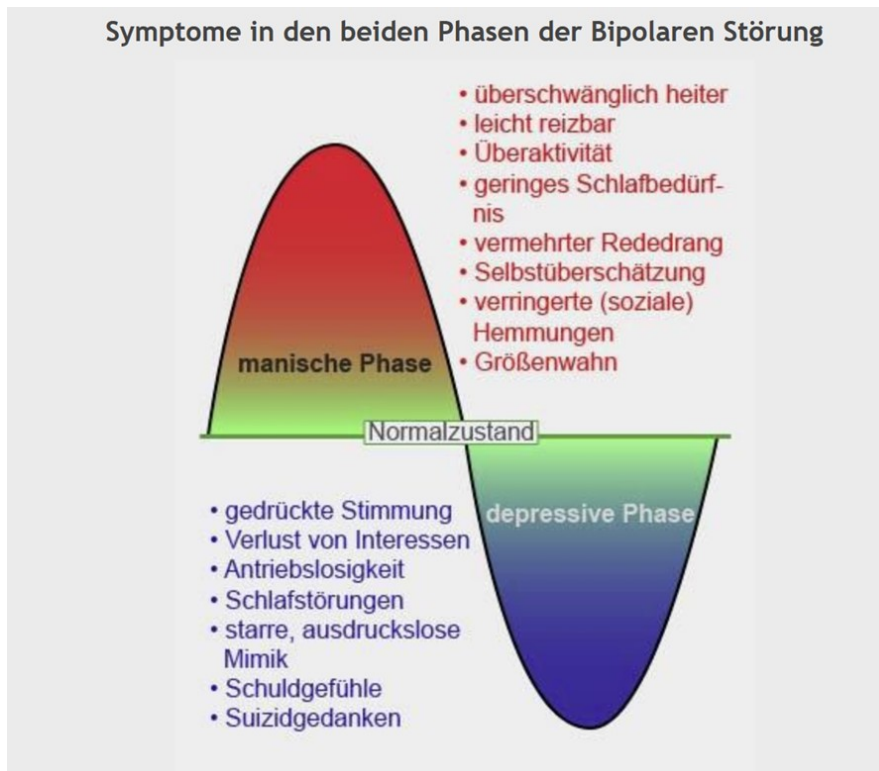
Nebst ihrer Arbeit als Pflegefachfrau im Team Aeschi wird Ursula, gemeinsam mit Silvia Schranz, Ansprechpartnerin für Fragen im Fachbereich Palliative Care sein. Wir wünschen Ursula viel Freude in dieser anspruchsvollen und wichtigen Aufgabe.

Bipolare Störungen

Bipolare affektive Störung

Bipolare affektive Störungen sind affektive Störungen, bei denen es im Krankheitsverlauf zu mindestens zwei Krankheitsphasen gekommen ist, davon mindestens eine manische oder hypomane Episode. Man unterscheidet je nach Schweregrad der aktuellen Symptomatik eine bipolare Störung mit:

- gegenwärtig hypomanischer Episode
- gegenwärtig manische Episode ohne psychotische Symptome
- gegenwärtig manischer Episode mit psychotischer Symptome
- gegenwärtig leichter oder mittelgradiger depressiver Episode
- gegenwärtig schwerer depressiver Episode ohne psychotische Symptome
- gegenwärtig schwerer depressiver Episode mit psychotischer Symptome
- gegenwärtig gemischte Episode
- gegenwärtig remittiert



Therapie

In der Therapie affektiver Störungen unterscheidet man prinzipiell 3 Stadien:

Akuttherapie:

Diese Phase umfasst die Zeitspanne, bis die Akutsymptomatik abgeklungen ist. Therapeutisches Ansprechen bezeichnet eine Besserung der Symptomatik um mind. 50% (Reponse) und Remission ein völliges Verschwinden der depressiven Symptomatik.

Erhaltungstherapie:

Diese Phase umfasst die Zeitspanne, in der die Akutsymptomatik abgeklungen ist, die biologisch darunter liegende Krankheitsepisode aber noch nicht wirklich beendet ist. Ein Wiederauftreten der Symptomatik in diesem Zeitraum von 6-12 Monaten ist als Relapse (Rückfall) zu werten.

Rezidivprophylaxische Therapie:

Diese Phase umfasst die Zeitspanne, in der die letzte Episode beendet ist. Ein Wiederauftreten der Symptomatik wird in dieser Phase als Widererkrankung bzw. Rezidiv gewertet.

In der Therapie bipolarer Störungen kommen insbesondere Stimmungsstabilisierer und Antipsychotika der 2. Generation zum Einsatz. In der Akuttherapie bipolarer Störungen spielt die medikamentöse Therapie die entscheidende Rolle. In der Erhaltungstherapie und Rezidivprophylaxe sind in zunehmendem Maße auch psychosoziale und psychotherapeutische Ansätze bedeutsam. Ziel der Therapie ist immer die vollständige Remission, da Restsymptome immer mit einem schlechteren Erkrankungsverlauf assoziiert sind.

Akuttherapie manischer Episoden

Die Behandlung ist erschwert, da sich Pat. aufgrund fehlender Krankheitseinsicht i.d.R. der Behandlung widersetzen. Dadurch müssen sie unter Umständen stationär oder auch gegen ihren Willen behandelt werden. Wichtig ist, sich nicht mitreissen oder provozieren lassen, distanziert und entschieden aufzutreten und die Abschirmung von Aussenreizen (z.B. ein paar Stunden allein im Zimmer), um sprachliche und motorische Erregung nicht zu fördern. Häufig ist auch das Schliessen von Kompromissen notwendig, um es dem Pat. leichter zu machen einer Behandlung zuzustimmen. Und auch wichtig ist die Normalisierung des Schlaf-Wach-Rhythmus.

Medikamentöse Therapie:

Bei Manien werden Stimmungsstabilisierer, Antipsychotika und Benzodiazepine alleine oder meist in Kombination eingesetzt.

Therapie depressiver Episoden

Die Behandlung einer Depression bei einer bipolaren Störung mit einem Antidepressivum birgt immer die Gefahr eines Umschwungs (Switch) in die Manie und der Induktion eines Rapid Cycling. Deshalb ist immer Vorsicht geboten bei Antidepressiva bei bipolaren Störungen. Bei schweren Depressionen kommt man aber oft nicht drum herum, diese zu verabreichen. Besonders kritisch sind trizyklische Antidepressiva wie Saroten oder die Gruppe Serotonin- und Noradrenalin Wiederaufnahmemhemmer, oder auch aus der Gruppe der selektiven Serotonin-Wiederaufnahmemhemmer. Wenn, dann sollten Antidepressiva immer nur unter dem Schutz eines Stimmungsstabilisierers verordnet werden, um die Induktion einer manischen Episode zu verhindern. Seit neustem ist eine gute Wirksamkeit des Antipsychotikums Quetiapin (Seroquel) zur Behandlung von mittelschweren und schweren Depressionen im Rahmen bipolarer Störungen gezeigt. Auch für Lamotrigin konnte eine Wirksamkeit bei akuten schweren bipolaren Depressionen belegt werden. Es wirkt auch rezidivprophylaktisch bei bipolaren Depressionen und beim Rapid Cycling, in der Prophylaxe manischer Episoden hat es keine sichere Wirksamkeit.

Eine rezidivprophylaktische Behandlung ist indiziert, wenn innerhalb von 4 Jahren 2 Krankheitsepisoden aufgetreten sind. Häufig wird jedoch wegen der Schwere der Erkrankung bereits nach Auftreten der ersten manischen Phase eine Rezidivprophylaxe begonnen.

Immer mehr Pat. werden auch psychotherapeutisch behandelt, da die Phamakotherapie allein häufig nicht zu der notwendigen Stabilisierung führt. Evaluert sind kognitiv-verhaltenstherapeutische und familienfokussierte Ansätze, die neben individuellen Therapieplänen zur Stressbewältigung und Bearbeitung zwischenmenschlicher Konflikte auch psychoedukative Elemente einschliessen.

Pflege

Klare Regeln im Team besprechen und diese auch mit dem Patienten klar kommunizieren. Dies ist wichtig in der manischen Phase. In der depressiven Phase ist es wichtig, den Patienten in kleinen Schritten zu unterstützen. Auch sollte bei der Körperpflege Hilfe zur Selbsthilfe geboten werden und je nach Tagesform auch unterstützend dem Patienten zur Seite stehen. Zudem ist es wichtig eine Tagesstruktur zu fördern, eine klare und deutliche Kommunikation ist unerlässlich.

Patrizia Kernen, Studierende Pflegefachfrau HF, 6. Semester

Grundwortschatz Pflegeberuf

Rest T, U und
weiter mit V...

Tumor	krankhafte Anschwellung; eines der 5 Zeichen der Entzündung; Geschwulst, gut- oder bösartiges Gewächs
Turgor	Flüssigkeitsdruck im Gewebe; osmotisch bedingter Spannungszustand der Zellen
Tussis	Husten
Ulcus, Ulkus	Geschwür
Ulna	Elle
Urämie	krankhafte Konzentration harnpflichtiger Substanzen im Blut aufgrund einer Niereninsuffizienz, „Harnvergiftung“
Ureter	Harnleiter
Urethra	Harnröhre
Uterus	Gebärmutter
Varizen	Krampfadern



Berner Ausbildungsmesse 2018

Öffentlichkeitsarbeit...

Der Spitex-Stand wurde gemeinsam von den SPITEX Organisationen Aare-Gürbental, Burgdorf-Oberburg, Biel, Bürglen, Grauholz, Köniz, Niesen, Region Lueg und Thun im Auftrag des kantonalen Spitex-Verbandes betrieben.

Ziel war es, aufzufallen und die jungen Menschen neugierig zu machen. Die Neugier sollte sie zum Stand führen, wo wir mit allen, die es wünschten, ins Gespräch kommen konnten.



Am Donnerstag 08. November machten sich Andrea Moor, unsere FaGe-Lernende im dritten Lehrjahr und Martin Fuhrer auf den Weg nach Bern, ins BEA-Gelände. Dort wurden wir vom Verantwortlichen für den Spitex-Stand, über unsere Aufgaben an diesem Tag instruiert.

Für jenen Donnerstag waren 174 Klassen für die BAM angemeldet, wir rechneten mit einem grossen Aufmarsch an Schülern. Tatsächlich war einiges los, wir instruierten die Interessierten wie sie die bunten „Hochzyts-Täfelchen“ in ein Medidosett richten können. Diejenigen, die es schafften, korrekt zu richten, wurden mit einem Röhrli Smarties, natürlich in den Spitexfarben blau und grün, belohnt. (und diejenigen, die es nicht schafften auch ;-)

Wer sich nach einer Lehr- oder Praktikumsstelle erkundigte bekam einen Flyer und wurden informiert wie sie sich über die Web-Plattform myoda für ein Praktikum anmelden können.

Interessierten, die wir beraten durften, gaben wir aktiv Spitex-Taschen (siehe Bild) mit diversem Informationsmaterial ab. Zudem konnten alle an einem Wettbewerb teilnehmen, mit einem zweihundertfranken-Zalando Gutschein als Hauptpreis. Es war ein interessanter Tag mit vielen anregenden Begegnungen.

Martin Fuhrer, Berufsbildungsverantwortlicher und Leiter Pflege

Herbstmärkte

Die Spitex Niesen war an den Herbstmärkten Aeschi, Adelboden, Frutigen und Wimmis mit einem Stand vertreten. Rege wurde vom Angebot, sich den Blutdruck und den Blutzucker messen zu lassen, Gebrauch gemacht. Herzlichen Dank an alle, welche mit vollem Einsatz zum guten Gelingen beigetragen haben! *Susanna Zurbrügg*



Mittagstisch im Pro Senectute Haus Frutigen

Geselligkeit und feines Essen für unsere Klienten...

Am 27. November 2018 fand der Mittagstisch im Pro Senectute Haus in Frutigen statt. Die Vorbereitungen gingen schon im September los mit den ersten Aufgaben wie Dekoration besprechen, organisieren und vorbereiten, Einladungsbriefe und Menükarten gestalten wie auch die Servietten falten und die Tische so zu dekorieren und aufzutischen damit es einen einladenden Eindruck hinterliess.

Als dann die ersten Bewohner vom Pro Senectute Haus zum Mittagstisch hinunterkamen, ging es nicht mehr lange und da traf das erste Taxi von Kander Reisen mit einigen unseren Spitex Klientinnen und Klienten ein. Als dann alle Bewohner und Klient/innen ihren Platz ausgewählt hatten, starteten wir mit der ersten Runde Getränke.

Nach einer kurzen Rede bei der Martin Fuhrer alle Willkommen geheissen hatte, ging es dann schon bald mit der Vorspeise los.

Das Mittagsmenü war zur Vorspeise eine Hafercremesuppe, zum Hauptgang gab es Rippli mit Kartoffelgratin und Sauerrüben. Zum Dessert gab es ein Herbstdessert im Weckglas, dies war ein Marroni Tiramisu. Das ganze Menü war mit viel Liebe zum Detail angerichtet.

Wir bekamen viele gute Rückmeldungen dieser Menüwahl. Als der Hauptgang eingenommen war, starteten wir mit der ersten Runde Kaffee.

Für die Unterhaltung war das Duo Riesel Huusmusig mit Handorgel und anderen Instrumenten zuständig. Es wurde mitgeklatscht und man konnte dieser Musik gemächlich folgen.

Kurz nach 15:00 Uhr wurde dann das Marroni Tiramisu serviert, dies wurde innert kürzester Zeit restlos aufgegessen. «Es war sehr fein» tönte es aus allen Ecken als wir abgeräumt haben. Dann wurde eine zweite Runde Kaffee serviert und es wurde sich noch rege ausgetauscht an einigen Tischen, es schien als wären alle satt und zufrieden.

Um ca. 15:30 Uhr machten sich die ersten Bewohner und Klient/innen auf den Heimweg. Einige der Spitex Klient/innen wurden wieder mit dem Kander Reisen Taxi abgeholt und nach Hause gebracht.

Als sich dann alle verabschiedet und den Speisesaal verlassen hatten, ging es für uns Lernende Nathalie Dänzer und Patricia Pinto ans Aufräumen mit den Mitarbeiterinnen vom Pro Senectute Haus. Um 17:00 Uhr waren wir dann am Ende unseres Tages vom Mittagstisch und gingen dann mit einem glücklichen und erfüllten Gefühl nach Hause.

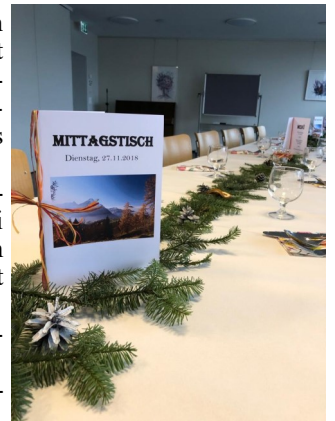
Wir hoffen dass es jedem gefallen und geschmeckt hat und sie hoffentlich das nächste mal wenn es heisst «Einladung zum Mittagstisch» wieder zu sehen sind.

Vielen Dank an alle und auch an dich Karin, dass du uns den ganzen Tag begleitet und betreut hast.

Es war für mich eine gute Erfahrung an diesem Tag, es hat mir grosse Freude gemacht viele Klient/innen von uns so glücklich zu sehen.

Es würde mich freuen, wenn ich im Frühling auch wieder dabei sein dürfte.

Natalie Dänzer, Lernende Fachfrau Gesundheit



Duo Riesel Huusmusig...



Gesund durch das Jahr...

Teamrapport Frutigen...



Die Verteilung der Alternativ-Produkte zur Grippeimpfung, veranlasste die Teamleiterin Marianne Aebersold, auch noch andere Gesundheitsthemen aufzugreifen...

Team Aeschi - Krattigen

Am 14.12.2018 haben wir uns zum Weihnachtsessen im Restaurant Bärenatze getroffen. Kulinarisch verwöhnt und mit weihnachtlichem Ambiente, haben wir auch unsere zwei Mitarbeiterinnen verabschiedet. Wir wünschen Mirka und Sandra alles Gute auf ihrem weiterem Weg.
Janka Müller, Team Aeschi-Krattigen



Impressum

Spitex Niesen
Adelbodenstrasse 27
3714 Frutigen
Tel. 033 672 22 37
info@spitexniesen.ch
www.spitexniesen.ch

Redaktion: Susanna Zurbrügg
Auflage: 110 Ex.
Erscheint: vierteljährlich
Nächste Ausgabe: April 2019