

Perspektiven

Das Coloplast-Magazin



Nr. 35 Sommer 2015
www.coloplast.de

Hochsommer
– gut durch
die heiße Zeit





Jetzt entscheide ich ...

... wann ich mit Freunden und Familie ausgehe

Peristeen® – Für ein selbstbestimmtes Darmmanagement

Endlich können Sie Ihren Darm so kontrollieren, wie Sie es sich wünschen. Mit Peristeen entscheidet nicht länger Ihre Verstopfung oder Stuhlinkontinenz, über Ihren Alltag. Ab jetzt entscheiden Sie.

Peristeen ist ein anales Irrigationssystem, das den Darm natürlich entleert und gleichzeitig »Unfälle« und Verstopfung verhindert. Alles was benötigt wird ist Wasser – daher ist Peristeen eine effektive Alternative zu anderen Darmmanagement-Methoden.

Für weitere Infos oder ein Beratungsgespräch einfach den Coupon ausfüllen oder uns im Internet besuchen unter www.peristeen.de.



The Coloplast logo is a registered trademark of Coloplast A/S. © 2015-05. All rights reserved Coloplast A/S, 3050 Humlebæk, Denmark.

Einfach ausfüllen und mehr über das Darmmanagement mit Peristeen erfahren!

- Ich möchte ein telefonisches Beratungsgespräch zu Peristeen. Bitte rufen Sie mich an.
- Bitte schicken Sie mir eine kostenlose Trainings-DVD zum Peristeen Anale Irrigation System.
- Bitte senden Sie mir ein Informationspaket zu Peristeen zu.

Ich verwende das Produkt

- für mich
- für Angehörige

Schicken Sie den Coupon in einem Umschlag an:
Coloplast GmbH, Postfach 70 03 40, 22003 Hamburg

Absender Herr Frau

Geburtstag / / Titel

Vorname Nachname

Straße, Nr. PLZ/Ort

Telefon E-Mail @

Mit meiner Unterschrift erkläre ich, dass meine vorstehend gemachten Angaben von der Coloplast GmbH gespeichert, verarbeitet und genutzt werden dürfen, um mich per Post, Email und/oder Telefon an allgemein auf meine Erkrankung und Versorgung bezogenen Informationen sowie an Coloplast-Angeboten und Marktforschungsbefragungen teilhaben zu lassen und zu Werbezwecken über Coloplast-Produkte und -Dienstleistungen zu informieren. Mein Einverständnis bezieht sich ausdrücklich auch auf die Angaben zu meinen gesundheitlichen Verhältnissen. Ich erhalte die angefragten Materialien auch dann, wenn ich diese Erklärung nicht unterschreibe. Mir ist bewusst, dass ich mein Einverständnis künftig jederzeit ganz oder teilweise durch eine an die Coloplast GmbH, Kuehnstraße 75 in 22045 Hamburg zu richtende Erklärung widerrufen kann.

Ort, Datum Unterschrift

Inhalt

Spektrum	4
Hochsommer – gut durch die heiße Zeit	6
Porträt: Jürgen Winkler	10
Interview zu ableitenden Inkontinenzhilfsmitteln	12
Conveen® Active: „Damit begann mein Leben neu“	13
ExpertenRat/Aus dem Alltag	14
Mit dem DRS in Bewegung: Handbiken	15
Recht: Genehmigungsfiktion	16
Homecare-Unternehmen an der Schnittstelle	17
Mögliche Nebenwirkungen einer Prostatakrebsoperation	18
Delikate Häppchen: Fingerfood	20
2. ASBH-Kongress	22
Rätseln Sie mit <i>Perspektiven</i>	24



Endlich Sommer!

Sommer, Sonne, gute Laune – so sollte es zumindest sein. Damit Ihnen die Sommerhitze den Spaß nicht verdirbt, haben wir in unserem Fokus ein paar Tipps für Sie zusammengestellt. Lesen Sie mehr ab Seite 6.

Da Jürgen Winkler aufgrund seiner hohen Querschnittslähmung nicht mehr schwitzen kann, muss er im Sommer und bei körperlicher Anstrengung – so unter anderem bei seiner Leidenschaft Handbiken – besonders auf Abkühlung achten. Der Tetraplegiker ist nicht nur Gründungsmitglied des TetraTeams, sondern gibt auch Seminare für Fachkräfte zum Thema Leben mit Querschnitt. Mehr über den bemerkenswerten 32-Jährigen lesen Sie in unserem Porträt ab Seite 10.

Und damit Sie endgültig in Sommerlaune kommen, haben wir ein paar köstliche Häppchen für Ihre nächste Gartenparty zusammengestellt. Die leckeren Fingerfood-Rezepte finden Sie auf Seite 20.

Und nun viel Spaß mit *Perspektiven*.



Jeanine Streckel,
Manager Consumer Marketing
Coloplast GmbH

IMPRESSUM

Perspektiven ist das Magazin für Kontinenzthemen der Coloplast GmbH

Herausgeber:
Coloplast GmbH
Kuehnstraße 75
22045 Hamburg
perspektiven@coloplast.com
Kostenfreies Coloplast ServiceTelefon 0800 780 9000
(Mo. bis Do. von 8 bis 17 Uhr und Fr. von 8 bis 16 Uhr)
Fax 040 669807-48
www.coloplast.de



Verlag und Redaktion:
mk publishing GmbH · Döllgaststr. 7–9
86199 Augsburg · Tel. 0821 3 44 57-0
info@mkpublishing.de · www.mkpublishing.de

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde in der Regel die männliche Schreibweise verwendet. Der Herausgeber weist an dieser Stelle ausdrücklich darauf hin, dass sowohl die männliche als auch die weibliche Schreibweise für die entsprechenden Beiträge gemeint ist.

Für die Inhalte der Websites, auf die in diesem Magazin hingewiesen wird, übernimmt Coloplast keine Haftung.

Coloplast bietet Produkte und Serviceleistungen, um das Leben von Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen zu erleichtern. In enger Zusammenarbeit mit Anwendern entwickeln wir Lösungen, die ihren sehr persönlichen medizinischen Bedürfnissen gerecht werden. Coloplast entwickelt und vertreibt Produkte für die Stoma-, Kontinenz- und Wundversorgung sowie für die Hautpflege und die Urologie. Darüber hinaus bietet Coloplast in Deutschland Homecare-Dienstleistungen an. Coloplast ist ein weltweit operierendes Unternehmen mit mehr als 8.000 Mitarbeitern.

The Coloplast Logo is a registered trademark of Coloplast A/S. © 2010-09
All rights reserved Coloplast A/S, 3050 Humlebæk, Denmark.

Serie: Das Gesicht zur Stimme

Vom Coloplast BeratungsService werden Sie individuell und kompetent betreut. Es interessiert Sie, wer hinter den Telefonstimmen steckt? Auch in dieser Ausgabe stellen wir Ihnen wieder einzelne Mitarbeiter vor.

„In den Kundengesprächen wird immer wieder deutlich, dass viele Anwender von Stoma- und Inkontinenzhilfsmitteln gar nicht genau wissen, was es alles für Versorgungsmöglichkeiten für sie gibt“, berichtet Doris Drews. Bei der Mitarbeiterin des Coloplast BeratungsService sind sie dann genau an der richtigen Adresse. „Mein Ansporn ist es, aus der Vielfalt der Möglichkeiten, die für sie passende Lösung zu suchen. Ich gebe da nicht auf“, sagt sie mit Nachdruck. Unabhängig davon, ob es um den jeweils optimalen Stomabeutel geht oder um zusätzliche Produkte aus der Brava®-Pflege-schutz-Serie – „von denen ich übrigens ein großer Fan bin, auch weil sie alkoholfrei sind, was für die empfindliche stomaumgebende Haut wichtig ist“ –, Doris Drews berät mit Leidenschaft. „Toll ist, dass wir uns auch wirklich Zeit für die Gespräche nehmen können.“ In ihrer Freizeit treibt sie viel Sport (z. B. Radeln und Fitnessstudio), ist gerne

mit Freunden unterwegs, schätzt aber auch Mußstunden mit einem guten Buch.

Hilfreich: Hinweise zum Rezept

Nadine Dantzer berät schwerpunktmäßig zu Inkontinenzthemen. „Hier ist es ebenfalls besonders wichtig, dass die Produkte zur individuellen Situation des Betroffenen passen. Wenn das richtige Produkt gefunden ist, unterstützen wir die Kunden auch gerne mit entsprechenden Informationen zur Rezepterstellung.“ Dies sei auch für die behandelnden Ärzte eine willkommene Hilfestellung. „Die Krankenkassen haben teils sehr unterschiedliche Vorgaben, was auf dem Rezept stehen muss. Die einen wollen zum Beispiel den Monatsbedarf angegeben haben, bei anderen sind auch längere Zeiträume möglich. Dank unserer Informationen zur Rezepterstellung wissen Arzt und Patient genau, was angegeben werden muss, damit das richtige Produkt



Doris Drews,
Coloplast
BeratungsService.



Nadine Dantzer,
Coloplast
BeratungsService.

bezogen und auch ordnungsgemäß abgerechnet werden kann.“ Als Ausgleich zu ihrer sitzenden Bürotätigkeit ist Nadine Dantzer in ihrer Freizeit gerne sportlich aktiv, am liebsten draußen mit dem Fahrrad oder den Inlinern. Aber auch beim „Power-Workout“ im Sportverein ist die engagierte Coloplast-Mitarbeiterin regelmäßig anzutreffen.



Gratis zu Ihnen nach Hause!

Sie sind noch kein Abonnent und möchten Ihr Coloplast-Kundenmagazin künftig regelmäßig und natürlich kostenfrei erhalten? Dann rufen Sie die untenstehende Servicenummer an oder registrieren sich

unter www.magazine.coloplast.de. Schon kommt die nächste Ausgabe kostenfrei direkt zu Ihnen nach Hause. Natürlich können Sie diesen Service ganz unbürokratisch auch wieder abbestellen.

Ihr Kontakt zu Coloplast

Weiterführende Informationen zu Coloplast, unseren Produkten und Serviceleistungen finden Sie im Internet. Dort können Sie auch Produktmuster und Informationsmaterialien bestellen. Wenn Sie fachliche Fragen haben, rufen Sie uns einfach an oder schreiben uns eine E-Mail oder einen Brief. Und so erreichen Sie uns:

Coloplast GmbH
Postfach 70 03 40
D-22003 Hamburg



ServiceTelefon (kostenfrei): 0800 780 9000
Mo. bis Do., 8–17 Uhr, Fr., 8–16 Uhr

E-Mail: beratungsservice@coloplast.com
www.coloplast.de

Coloplast AG
Euro 1
Blegistrasse 1
CH-6343 Rotkreuz
Tel.: 041 799 79 79



E-Mail: swissinfo@coloplast.com
www.coloplast.ch

Terminhinweis für Erwachsene mit Spina bifida

Vom 2. bis 6. November 2015 findet das vierte Wochenseminar für erwachsene Menschen mit Spina bifida im Stephansstift Hannover statt. Das Seminarziel ist es, Betroffenen zu helfen, ihre individuelle gesundheitliche Situation besser einzuschätzen und neue medizinische Möglichkeiten kennenzulernen. Teilnehmer haben die Möglichkeit, Gesundheitschecks zu den Fachgebieten Orthopädie, Neurologie, Urologie, Darmmanagement, Mobilität und Hilfsmittelversorgung durchführen zu lassen. Ärzte und Therapeuten stehen für Untersuchungen und Einzelgespräche zur

Verfügung und informieren über aktuelle medizinische Erkenntnisse und geeignete Hilfsmittel. Vorträge, Gesprächs- und Übungsmöglichkeiten zeigen den Teilnehmern Wege, ihre Lebensqualität zu verbessern und verantwortungsvoll mit ihrer Behinderung umzugehen.

Weitere Informationen

www.asbh.de/termine

Kontakt:

Gunhild Lehmann, Tel.: 0511 5354346

E-Mail: gunhild.lehmann@ddh-gruppe.de



Das Organisationsteam der Veranstaltung (von links): Petra Rathfelder, Udo Rathfelder, Gunhild Lehmann, Dr. Stephan Martin.

Gesundheitsmanagement via Smartphone

Wann war eigentlich die letzte Vorsorgeuntersuchung und wann sollte die nächste stattfinden? Und welche Früherkennungsmaßnahmen zahlt die Krankenkasse? Die kostenlose App „APPzumArzt“ der Felix Burda Stiftung und der Assmann Stiftung für Prävention kann diese Fragen beantworten und dabei helfen, die Gesundheitsvorsorge zu managen. Mit ihrer Unterstützung bekommt der Benutzer einen Überblick über die von der Krankenkasse übernommenen Arztleistungen, kann diese koordinieren und er wird an anstehende Termine erinnert. Die App



Wichtige Vorsorgetermine im Überblick.

beinhaltet Vorsorge- und Früherkennungsmaßnahmen zu 13 Krankheiten und zu 13 Impfungen, basierend auf den Empfehlungen des Gemeinsamen Bundesausschusses und des Robert-Koch-Instituts. Sie ist für alle Altersklassen geeignet und bietet auch die Möglichkeit, die Gesundheitsvorsorge mehrerer Personen gleichzeitig zu managen und so alle wichtigen Vorsorgetermine der Familie im Blick zu haben. Erhältlich ist „APPzumArzt“ für iPhone und Android-Smartphones. Weitere Informationen finden Sie unter: www.appzumarzt.de.

Unsichtbar, aber nicht unbemerkt

Multiple Sklerose ist eine tückische Krankheit, nicht nur weil sie unheilbar ist. Solange die Erkrankten noch laufen können, wirken sie auf andere oft völlig gesund. Deshalb fällt es Außenstehenden schwer, nachzuvollziehen, was die Betroffenen durchmachen. Denn die Erkrankung des Nervensystems äußert sich in unsichtbaren, aber trotzdem nicht weniger gravierenden Symptomen: Beschwerden wie Blasen- und Darmfunktionsstörungen, Depressionen oder Seh-, Hör- und Geschmacksprobleme quälen die Erkrankten und

beeinträchtigen ihren Alltag und ihr Leben massiv. Caroline Régnard-Mayer beschreibt die Veränderungen, denen sie durch die Krankheit unterworfen ist, eindringlich, aber humorvoll.

Buchtipps

Caroline Régnard-Mayer, Wir haben MS und keiner sieht es! Multiple Sklerose – unsichtbare Symptome, 2015, CreateSpace Independent Publishing Platform, ISBN 1508418608, 5,99 Euro.

MS-typische Beschwerden bleiben für Außenstehende oft unsichtbar.



Sie gibt Betroffenen Tipps und veranschaulicht Angehörigen, was in ihren Lieben vorgeht.



Hochsommer – gut durch die heiße Zeit

Endlich Sommer! Wie lange haben wir auf die heißen Tage gewartet. Doch die steigenden Temperaturen können so manchem auch zu schaffen machen. Schon einfache Tipps helfen, den Sommer noch mehr zu genießen.

„36 Grad und es wird noch heißer“, tönt der Song der Band „2raumwohnung“ aus dem Radiolautsprecher. Und in der Tat zeigt das Thermometer gerade hochsommerwürdige Temperaturen an. Glückliche, wer jetzt ein Schattenplätzchen aufsuchen, zum Baden gehen oder sonstige Abkühlung erlangen kann. Denn die Sommerhitze kann unserem Körper ganz schön zusetzen.

Körpereigene Klimaanlage

Doch warum schlägt die Hitze eigentlich vielen auf den Kreislauf? Bei hohen Temperaturen weiten sich unsere Blutgefäße, um möglichst schnell viel Wärme abgeben zu können. Dadurch sinkt der Blutdruck und unser Herz muss mehr pumpen. Für Kleinkinder, Senioren, Patienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Übergewicht oder Venenschwäche ist das besonders belastend.

Um uns vor Überhitzung zu schützen, beginnt unser Körper zudem, vermehrt zu schwitzen, denn der auf der Hautoberfläche verdunstende Schweiß erzeugt Verdunstungskälte. Allerdings gehen dem Körper auf diesem Wege viel Wasser, Kochsalz sowie andere für die Körperfunktionen wichtige Mineralien verloren. „Daher lautet die wichtigste Regel an heißen Tagen: Ausreichend trinken!“, so Rolf Dietrich, Medizinprodukteberater bei Coloplast. „Als ein kleiner Indikator kann der Urin dienen. Er sollte hell gefärbt sein.“

Trinken, trinken, trinken!

Um den Flüssigkeitsverlust auszugleichen, sind Mineralwasser und Fruchtsaftschorlen oder lauwarmer Kräutertee, zum Beispiel Pfefferminz mit seiner kühlenden Wirkung, gut geeignet. Von einem kühlen Bier oder anderen alkoholischen Getränken sollten Durstige jedoch lieber Abstand nehmen. Alkohol erweitert die Blutgefäße zusätzlich und entzieht dem Körper indirekt Wasser. Auch von eiskalten Getränken heißt es die Finger lassen. Unser Körper muss sie erst wie-

der anwärmen, was uns in der Folge noch mehr Schweiß aus den Poren treibt. (Beim Essen gilt das Umgekehrte: Die Speisen sollten im Sommer idealerweise nicht zu heiß sein, da der Körper sie sonst auch noch abkühlen muss.) Besonders anstrengend für den Organismus sind schwül-heiße Tage, da die hohe Luftfeuchtigkeit dazu führt, dass unser Körper sich nicht mehr so gut durch Schwitzen abkühlen kann.

Vorsicht vor Überhitzung

Bei Menschen, bei denen das vegetative Nervensystem aufgrund von Multipler Sklerose, Querschnittlähmung oder einem anderen Handicap beeinträchtigt ist, kann auch der körpereigene Kühlmechanismus Schwitzen eingeschränkt sein. Tetraplegiker mit hohen Verletzungen des Rückenmarks können in der Regel gar nicht mehr schwitzen. All diese Menschen müssen besonders darauf achten, dass sich ihr Körper nicht überhitzt. Also unbedingt für Schatten und Abkühlung sorgen. Mitunter helfen schon kleine Tricks, um den Körper etwas zu entlasten: die Innenseiten der Handgelenke unter kühles Wasser halten, eine Schüssel mit kaltem Wasser für die Füße, mit einem nass-kühlen Schwamm oder Waschlappen das Gesicht und die Arme abtupfen oder feuchte Lappen um die Beine wickeln. „Empfehlenswert ist im Sommer natürlich lockere, luftige Kleidung“, betont Rolf Dietrich. Besonders angenehm sind Leinen sowie Baumwolle und Seide. Manche findigen Zeitgenossen legen ihre Kleidung sogar kurz in die



Rolf Dietrich, Medizinprodukteberater bei Coloplast.

Anzeichen für eine Überhitzung

- Kreislaufbeschwerden
- Erschöpfung
- Übelkeit
- Kopfschmerzen
- Schwindel
- Aggressivität
- Ohnmacht (sofort einen Notarzt rufen!)



Zehn Tipps bei Sommerhitze

1. Trinken Sie genügend, am besten Mineralwasser, Saftschorlen oder Kräuter- oder Früchtetees. Achtung: Die Getränke sollten nicht eiskalt sein!
2. Verzichten Sie auf Alkohol, koffein- und stark zuckerhaltige Getränke.
3. Nehmen Sie mehrere kleinere, leichte Mahlzeiten zu sich mit viel frischem Obst und Gemüse.
4. Lüften Sie morgens und abends und lassen Sie tagsüber Jalousien und Rollläden geschlossen. Stellen Sie die Klimaanlage nicht zu hoch ein (Erkältungsgefahr!) und schalten Sie nicht benötigte Elektrogeräte vollständig aus.
5. Verlegen Sie anstrengende körperliche Arbeiten und sportliche Aktivitäten möglichst auf die frühen Morgenstunden – dann ist auch die Ozonbelastung noch nicht so hoch – oder auf den späten Abend.
6. Lassen Sie kühles Wasser über die Innenseite der Handgelenke laufen oder nehmen Sie ein kühles Unterarm- und Fußbad.
7. Erfrischen Sie sich zwischendurch mit einem Wasserdampf aus der Sprühflasche (im Kosmetikfachhandel erhältlich oder aus der selbst mit Wasser, Eiswürfeln und evtl. ein paar Minzblättern gefüllten Sprühflasche für Pflanzen).
8. Tragen Sie luftige Kleidung und eine entsprechende Kopfbedeckung.
9. Verwenden Sie einen Sonnenschutz mit hohem Lichtschutzfaktor.
10. Fahren Sie defensiv Auto: Hitze beeinträchtigt die Reaktionsgeschwindigkeit. Lassen Sie niemals Menschen oder Tiere in einem geparkten Fahrzeug warten.



Glücklich, wer an heißen Tagen ins Schwimmbad oder an den Badesee gehen kann.

Gefriertruhe. Und es gibt sogar spezielle Kühlkleidung wie Westen oder Kopfbedeckungen, etwa von Aqua Coolkeeper (www.aquacoolkeeper.com/de), E.cooline (www.e-cooline.de) oder Coolmedics (www.coolmedics.de).

Rollstuhlfahrer: Druckstellen vermeiden!

„Für Rollstuhlfahrer ist zudem wichtig, dass sich im Bereich des Sitzkissens und der Seitenteile des Rollstuhls keine Feuchtigkeit anstaut“, sagt Rolf Dietrich, der selbst Rollstuhlfahrer ist. „Denn wo die Haut über den ganzen Tag hinweg durchfeuchtet, bekommt man eine sogenannte Waschfrauenhaut. Die aufgeweichte Haut ist mechanisch nicht mehr so belastbar, es entwickeln sich schnell oberflächliche Hautschäden.“ Der Coloplast-Mitarbeiter empfiehlt daher, ein atmungsaktives Sitzkissen zu wählen, das in der Lage ist, Feuchtigkeit aufzunehmen und wieder abzugeben. „Ich persönlich finde Lammfellbezüge ganz gut“, sagt er. „Das klingt zwar im ersten Moment widersinnig für den Sommer, aber das Lammfell transportiert die Feuchtigkeit gut ab.“ Darüber hinaus rät er Rollstuhlfahrern, in der heißen Zeit die Haut besonders regelmäßig auf Druckstellen hin zu kontrollieren.

Hilfsmittel und Hitze

Für Anwender von Stoma- und Inkontinenzhilfsmitteln bringt der Hochsommer weitere zusätzliche Herausforderungen

mit sich: „Bei Stomaträgern kann es sein, dass die Basisplatte bei sehr großer Hitze öfter gewechselt werden muss. Wenn der Stomaträger mehr schwitzt, nimmt die Platte schneller mehr Feuchtigkeit auf und haftet nicht so lange wie gewohnt“, weiß Sonja



Sonja Eigenmann, Außendienstmitarbeiterin bei SIEWA Coloplast Homecare.

Eigenmann, Außendienstmitarbeiterin bei SIEWA Coloplast Homecare. Achtung Wasserratten: Auch die Wassertemperatur beim Baden sowie der Chlor- oder Salzgehalt des Wassers können die Haftung der Basisplatte negativ beeinflussen. Auf Urlaubsreisen sollte daher auf jeden Fall ausreichend Versorgungsmaterial einpackt werden. Und die gelernte Krankenschwester hat noch einen Tipp parat: „Gerade in der Sommerzeit kann es Stomaträgern noch mehr Sicherheit geben, ihre Versorgung zusätzlich zu fixieren, etwa mit einem Brava® Elastischen Fixierstreifen.“ Grundsätzlich empfiehlt es sich, Stoma- und Inkontinenzhilfsmittel möglichst kühl und trocken zu lagern, da sich beispielsweise Klebeflächen durch zu große Hitze verformen können oder die Haftung beeinträchtigt werden kann. „Das Schlafzimmer ist meist ein guter Ort hierfür oder ein trockener Keller“, so Sonja



Ein hoher Wassergehalt und kaum Kalorien – Wassermelonen sind der ideale Sommersnack.

Sommerzeit, Reisezeit

Erleichtern Sie sich die Urlaubsplanung mit dem Coloplast-Service „Mein ReisePaket“. Der Flyer „Meine ReiseInformation“ informiert darüber, welche Besonderheiten bei der Reise mit Auto, Bahn oder Flugzeug zu beachten sind und welche Alltagshilfen einen problemlosen Reiseablauf ermöglichen. Darüber hinaus enthält er nützliche Informationen zu Abrechnungsmodalitäten im Ausland. Checklisten helfen dabei, an alles zu denken. Auf der „SorgenfreiKarte“ sind Coloplast-Kontaktadressen in den zehn beliebtesten Reiseländern zusammengefasst. Der „Coloplast

HilfsmittelPass“ dient zur Vorlage bei der Gepäckkontrolle am Flughafen. In acht verschiedenen Sprachen wird erklärt, dass der Inhaber Verwender von Stoma- oder Inkontinenzhilfsmitteln ist und welche das sind. Der behandelnde Arzt kann die medizinischen Versorgungsartikel direkt auf dem HilfsmittelPass bestätigen. Bestellen können Sie „Mein ReisePaket“ unter www.meinreisepaket.coloplast.de sowie unter dem kostenfreien Coloplast ServiceTelefon **0800 780 9000**.



„Mein ReisePaket“ enthält viele nützliche Tipps und Informationen.

Eigenmann. Sie und ihr Coloplast-Kollege achten darauf, bei ihrer Außendiensttätigkeit nur sehr wenige Produkte im Auto mit sich zu führen – und die dann in einer Kühlbox.

Gut getrunken, gut gespült

Wie wichtig eine ausreichende Trinkmenge im Hochsommer ist, werden Kolostomieträger, die eine Irrigation, also eine Darmspülung zur Entleerung des Dickdarms, durchführen, eventuell schon einmal am eigenen Leib erfahren haben: „Wenn Sie zu wenig trinken, absorbiert der Darm das Wasser, das eigentlich zum Spülen eingeführt wurde, und der Darm kann sich nicht vollständig entleeren“, macht die Außendienstmitarbeiterin deutlich. „Wenn das Wasser also plötzlich ‚weg‘ ist und sich im Darm nicht viel tut, liegt

das also vielleicht am Flüssigkeitsmangel.“ Derselbe Effekt kann übrigens auch bei der Anwendung von Peristeen® Anale Irrigation auftreten. Bei der Irrigation weist Rolf Dietrich noch auf einen weiteren Aspekt hin: „Wenn Sie sich auf Reisen in einem Land befinden, in dem das Leitungswasser als bedenklich gilt, sollten Sie für die Irrigation stilles Mineralwasser aus Flaschen verwenden.“

Gut durch den Tag

„Strategisches Lüften“ (siehe Kasten „Zehn Tipps ...“) und Ruhepausen in der Mittagshitze sind weitere Möglichkeiten, um hohen Temperaturen zu begegnen. Im Hochsommer versucht auch Sonja Eigenmann, ihren Tagesablauf an die Hitze anzupassen: „Nach Möglichkeit plane ich die Termine mit der weitesten Anfahrt am

Morgen ein, damit ich die längste Strecke im Kühlen bewältigen kann. Und meine Arbeitspausen verbringe ich an einem Schattenplätzchen mit viel frischem Obst. So komme ich dann auch bei großer Hitze gut durch den Tag“, sagt die Außendienstmitarbeiterin.

Tip: Hitzewarn-Newsletter

Der Deutsche Wetterdienst erstellt in den Monaten Mai bis August Hitzewarnungen, um bei erwarteten Temperaturen über 32 °C vor Hitzebelastung bzw. bei über 36 °C vor extremer Hitzebelastung zu warnen. Unter www.dwd.de/newsletter können Sie den E-Mail-Newsletter „Hitzewarnungen“ abonnieren.

„Für sich
selbst
rausholen,
was geht“



Seit einem Badeunfall 2003 am Gardasee ist Jürgen Winkler ab Halswirbel 5/6 querschnittsgelähmt. In Alltag und Beruf lautet sein großes Ziel, anderen Menschen das Thema Behinderung näherzubringen und Betroffenen Mut zu machen.

Schulung in einer Rehaklinik, Sitzung des Marktgemeinderats Zusmarshausen, Vorbereitung für einen Firmenvortrag – es ist gar nicht so leicht, im Terminkalender von Jürgen Winkler eine Lücke für das *Perspektiven*-Interview zu finden. Der 32-Jährige ist fast ständig in Aktion – für sein Umfeld unmittelbar nach seinem Unfall im Sommer 2003 kaum vorstellbar. „Im Gutachten stand: ‚Herr Winkler wird in jeder Lebenslage auf Hilfe angewiesen sein.‘ Ich wollte zeigen, dass das nicht stimmt“, sagt er und fügt sofort hinzu: „Ohne die Unterstützung durch meine Eltern, meine damalige Freundin und meine Freunde wäre ich allerdings nicht da, wo ich jetzt bin. Meine Freunde haben anfangs einen regelrechten Besuchsplan aufgestellt, damit ich nicht in ein Loch falle.“

Und auch Jürgen Winkler legte sich selbst im Kopf einen Plan zurecht: Wieder nach Hause kommen, wieder so selbstständig werden wie möglich, ein Auto, eine Arbeit, eine eigene Wohnung ... „Und das habe ich dann nach und nach in Angriff genommen.“ Was sich jetzt so einfach anhört, gestaltete sich aufgrund seiner Lähmungshöhe als ein harter und langwieriger Prozess. „Am nervenaufreibendsten war das Darmmanagement. Nach etwa drei Jahren hatte ich die meisten Sachen – dank Kathetern auch meine Blase – wieder selbst im Griff. Bis ich dann an das Darmmanagement rangegangen bin, Peristeen® Anale Irrigation kennengelernt habe und mich endlich auch getraut habe, das Darmspülsystem anzuwenden, hat es noch einmal Jahre gedauert. Das war dann natürlich die Freiheit schlechthin“, so Jürgen Winkler. Davor konnte er nicht länger als eine Nacht allein wegbleiben, da er dann Hilfe bei der Darmentleerung benötigte. „Heute bin ich auch in diesem Punkt selbstständig und das ist genial!“

„Das Limit immer ein wenig weiter setzen“

Im Sternzeichen Skorpion Geborene haben selten Angst vor Herausforderungen, heißt es. Auf Jürgen Winkler zumindest trifft das voll zu: „Ein Tetra(plegiker)

kann nicht selbstständig werden. Ein Tetra kann nicht Liegebike fahren. Ein Tetra kann dies und das nicht ... Mit solchen Annahmen bin ich oft konfrontiert worden und wollte das Limit immer ein wenig weiter nach vorne versetzen“, erklärt der 32-Jährige.

Der gelernte Schreiner ist nach einer Umschulung zum Industriekaufmann als Berater für Inkontinenzhilfsmittel tätig, wird für Firmenvorträge gebucht oder für Produkttests angeworben. Und er wohnt mittlerweile komplett allein. Das bedeutet auch, alleine kochen, waschen, putzen. „Das Wort ‚schnell‘ bekommt halt eine andere Bedeutung“, sagt er mit einem Grinsen, bevor er sich für 20 Minuten ins Schlafzimmer begibt, um sich mal ‚schnell‘ für weitere Fotos in die Handbikeklamotten zu werfen ...

Das TetraTeam – mehr als nur ein Handbike-Team

Sechs Jahre nach seinem Unfall gründete Jürgen Winkler zusammen mit Bernd Jost das bundesweit aktive TetraTeam, um andere Tetraplegiker für den Handbikesport zu motivieren. Er hat bereits zahlreiche spektakuläre Touren organisiert und bestritten. „Bei der Vätternrundan 2009, einer 300 Kilometer langen Radrundfahrt in Schweden, starteten rund 17.000 Radfahrer und eine Handvoll Handbiker, darunter Bernd und ich als erste Tetras.“ Zwei Jahre später organisierte das TetraTeam eine ganz spezielle Deutschlandtour: In rund 70 Stunden und neun Minuten ging es in einer Staffeltour nonstop über 1.100 Kilometer von Sonthofen nach Flensburg. „Ich bin auf die Idee gekommen, jeden Kilometer der Tour an Sponsoren zu verkaufen. So haben wir einen stattlichen Betrag für ‚Wings for life‘, eine Stiftung für Rückenmarksforschung, zusammengebracht“, sagt er nicht ohne Stolz.

Eine Umrundung des Sella-Massivs oder der Weltrekord über die Marathondistanz (Division H1.1) in 1:36:57 Stunden beim Heidelberg-Marathon 2013 sind nur einige seiner herausragenden sportlichen Erfolge. Doch um den Sport allein geht es den Gründern des TetraTeams längst



Viel unterwegs: Das eigene Auto ermöglicht Jürgen Winkler einen großen Aktionsradius.

nicht mehr: „Wir wollen vor allem unsere Alltagserfahrungen weitergeben und dadurch anderen Mut machen.“ Es kann nicht jeder Tetra selbstständig leben, das weiß auch Jürgen Winkler. „Aber jeder sollte versuchen, für sich rauszuholen, was geht.“ Wichtig sei es, einen geregelten Alltag hinzubekommen und auch, sich nicht zu verstecken. Seit zwei Jahren sind er und Bernd Jost für das TetraTeam als Dozenten in Querschnitteinrichtungen aktiv. „Alltagsbewältigung im Rollstuhl“, lautet der Titel eines Seminars für Physio- und Ergotherapeuten sowie Pflegekräfte. Darin geht es beispielsweise um das An- und Ausziehen, Blasen- und Darmmanagement, den Transfer vom Rolli ins Bett oder Auto, aber auch um Themen wie Haushalt, Freizeit oder Umgang mit Spastiken. Die Seminare liegen Jürgen Winkler sehr am Herzen: „In den Rehakliniken behandeln die Therapeuten in der Regel Frischverletzte. Was alles möglich ist, sehen sie selten. Wir wollen ihnen helfen, ihren Patienten eine Perspektive aufzuzeigen.“

Weitere Informationen

www.juergen-winkler.net
www.das-tetratteam.de

Wir müssen den Druck erhöhen

Nach den aufsaugenden Inkontinenzhilfsmitteln haben die Krankenkassen nun auch die ableitenden Inkontinenzhilfsmittel als Sparmöglichkeit entdeckt, befürchtet Helmut Schreiber, Vorstands- und Gründungsmitglied des Selbsthilfeverbands Inkontinenz e. V.



Helmut Schreiber,
Vorstands- und
Gründungsmitglied
des Selbsthilfe-
verband
Inkontinenz e. V.

Wie schätzen Sie die derzeitige Versorgungslage bei ableitenden Inkontinenzhilfsmitteln ein?

Helmut Schreiber: Aufgrund der aktuellen Entwicklung ist zu befürchten, dass sie sich – zumindest für Versicherte einiger Krankenkassen – verschlechtert. Schon bei aufsaugenden Inkontinenzprodukten gibt es eine Kasse, deren Monatspauschale bei 12,50 Euro liegt. Damit kann keine bedarfsgerechte Versorgung mehr erfolgen. Und auch bei Kathetern ist uns ein Rahmenvertrag dieser Kasse mit einem Hersteller bekannt, bei dem der vereinbarte Preis etwa 30 Prozent unterhalb des Festbetrags liegt.

Warum ist es gerade bei Kathetern so wichtig, ein individuell passendes Produkt zu erhalten?

Helmut Schreiber:
Etliche Katheter-
nutzer benötigen

aufgrund ihrer eingeschränkten Handmotorik beispielsweise ganz bestimmte Produkte, um sich überhaupt selbst und vor allem auch hygienisch katheterisieren zu können. Der Einsatz ungeeigneter Produkte kann Folgeschäden wie Harnwegsentzündungen hervorrufen, was wiederum weitere Kosten für das Gesundheitswesen nach sich zieht. Nur werden diese Kosten in die Kalkulation der Hilfsmittelausgaben leider nicht einbezogen.

Was sollte ich als Betroffener tun?

Helmut Schreiber: Grundsätzlich haben Sie eine gewisse Mitwirkungspflicht. Das heißt, wenn Ihnen ein neues Produkt angeboten wird, müssen Sie es schon ausprobieren. Passt die Versorgung für Sie nicht, sollten Sie sich – immer schriftlich (und bei Widersprüchen am besten auch per Einschreiben) – bei Ihrem Leistungserbringer und Ihrer Krankenkasse beschweren. Wir müssen

den Druck auf die Kassen und die Politik erhöhen, damit die Vertrags- und Ausschreibungskriterien künftig so gestaltet werden, dass ein ausreichendes Qualitätsniveau in der Versorgung gewährleistet und sich nicht nur am billigsten Preis orientiert wird. Je mehr Menschen sich Gehör verschaffen, desto eher werden die Versorgungsprobleme ernst genommen.

Wir planen übrigens gerade einige Aktionen, von einer bundesweiten Infokampagne bis hin zu einer weiteren Petition für mehr Versorgungsqualität. Schauen Sie doch ab und zu mal auf unsere Website.

Weitere Informationen

www.selbsthilfeverband-inkontinenz.org

Unter der Rubrik „Service & Infos“ finden sich u. a. nützliche Tipps zum Hilfsmittelrezept.

Wenn Sie von Ihrem Lieferanten nicht mehr die gewohnten Hilfsmittel erhalten, eine Aufzahlung wegen eines „Mehrbedarfs“ leisten sollen oder eine geringere Stückzahl erhalten als zuvor, rufen Sie den Coloplast BeratungsService kostenfrei unter **0800 780 9000** an, damit wir Sie unterstützen können.

Anwender von
Kontinenzhilfsmitteln
sollten das für sie
passende Produkt
bekommen.

„Damit begann mein Leben neu“



Andreas Günther ist zu 100 Prozent harninkontinent. Dank einer Hilfsmittelversorgung mit Kondom-Urinalen und passenden Beuteln, insbesondere dem neuen diskreten Beinbeutel Conveen® Active, kann er wieder ungebremst sportlich aktiv sein.

Vor acht Jahren wurde bei Andreas Günther Prostatakrebs festgestellt. Sechs Mal wurde er operiert. Den Krebs hat er besiegt, ist aber komplett harninkontinent. „Als Hilfsmittel empfahl man mir lediglich aufsaugende Einlagen. Das war eine einzige Katastrophe“, sagt er rückblickend. „Ich habe mich nirgendwo mehr hin getraut. Zu groß war die Angst vor Durchnässen und Geruchsbelästigung.“

In einer Prostatakrebs Selbsthilfegruppe erfuhr er Jahre später schließlich von der Versorgungsmöglichkeit mit Kondom-Urinalen und Beinbeuteln. „Damit begann mein Leben neu“, sagt Andreas Günther. „Ich konnte wieder Rad fahren, ins Fitnessstudio gehen und überhaupt wieder ohne Angst unter Leute. Die Kondom-Urinalen sind so weich und elastisch,

dass ich sie beim Tragen gar nicht spüre. Und dank der Ableitung in den Beutel ist wieder ein ganz normaler Alltag möglich“, sagt der 68-Jährige. Vor Kurzem lernte er Conveen Active kennen, einen kleinen, diskreten Oberschenkelbeutel mit einem Fassungsvermögen von 250 Millilitern. Der Urinbeutel ist in ein komfortables elastisches Befestigungsband integriert. Silikon-Haftflächen auf der Innenseite halten den Beutel sicher an seinem Platz.

Praktisch und unauffällig

„Gerade bei der Gartenarbeit oder für den Sport ist das eine tolle Lösung! Conveen Active ist weich und angenehm zu tragen und macht sogar meine Step-Aerobic-Kurse problemlos mit, ohne zu verrutschen“, freut sich der äußerst aktive Rentner. Andreas Günther schätzt zudem, dass Conveen Active selbst unter Shorts nicht auffällt. „Wenn ich mit meinem Enkel das Paddelboot zu Wasser lasse, muss ich schon knietief ins Nass – mit einem Unterschenkelbeutel schwierig... Der Oberschenkelbeutel ist unter meiner kurzen Hose nicht zu sehen.“

Der Potsdamer rät, den Beutel jeweils vor dem Sport noch einmal vollständig zu entleeren. Darüber hinaus empfiehlt er generell, die Versorgung an den individuellen Tagesablauf anzupassen. „Nachts verwende ich selbstverständlich Bettbeutel, bei längeren Autofahrten oder wenn

ich aus anderen Gründen eine höhere Beutelkapazität benötige, immer einen Unterschenkelbeutel. Zum Sport, bei der Gartenarbeit oder Ähnlichem trage ich jetzt nur noch Conveen Active. Das ist wirklich eine große Befreiung!“

Der Urinbeutel ist in ein komfortables elastisches Befestigungsband integriert.



Weitere Informationen

Mehr über Kondom-Urinalen und Beinbeutel finden Sie unter www.conveen.coloplast.de.

Hinweis: Conveen® Active ist in Deutschland erhältlich. In der Schweiz empfehlen wir den Conveen® Security Plus Beinbeutel, 350 ml.



Wie verbinde ich was?

Für Männer mit Harninkontinenz stellt eine Versorgung mit Kondom-Urinalen und unsterilen Beinbeuteln eine sichere und diskrete Alternative zu aufsaugenden Vorlagen dar.

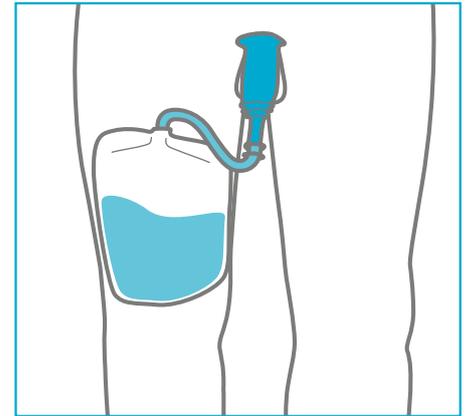


Uwe Papenkordt, Fachkrankenpfleger und Fachberater bei Coloplast.

Frage: Ich bekomme in Kürze Kondom-Urinalen und Beutel. Wie werden diese miteinander verbunden?

Uwe Papenkordt: Wenn Sie einen

unsterilen Urinbeutel von Coloplast nutzen, liegen Konnektoren der Beutelverpackung separat bei. Sie können den Schlauch des Urinbeutels auf die benötigte Länge kürzen, anschließend den Konnektor aufstecken und ihn dann mit dem Kondom-Urinal verbinden. Noch ein Hinweis für Dauerkatheternutzer: Den sterilen Beinbeuteln Conveen® Contour liegt ebenfalls ein separater Konnektor bei. Jedoch gilt hier zu beachten, dass der Schlauch nur mit einer sterilen Schere in einer sterilen Umgebung



Eine saubere Sache: Harnableitung mit Kondom-Urinalen und Beuteln.

gekürzt werden sollte. Bei den sterilen Conveen® Security Plus Beinbeuteln sind die Konnektoren bereits aufgesteckt.

Kontakt

Wenn auch Sie eine Frage an unser Beratungsteam haben, dann schreiben Sie uns: Coloplast GmbH, BeratungsService, Kuehnstraße 75, D-22045 Hamburg, oder an beratungsservice@coloplast.com.

Mehr Selbstständigkeit dank Peristeen®



Jürgen Winkler: „Ich habe mich lange nicht rangetraut, jetzt ermöglicht es mir ein großes Stück Freiheit.“

Unter dem Motto „Aus dem Alltag“ veröffentlicht Perspektiven Ihre Tipps und Erfahrungen. Jürgen Winkler (siehe auch Seite 10 f.) ist Tetraplegiker. Trotz seiner hohen Lähmung und der fehlenden Fingerfunktion kommt er mit Peristeen® Anale Irrigation zurecht. Eine Tatsache, die andere Betroffene ermutigen kann, mit ihrem Arzt über das Darmspülsystem zu sprechen:



Peristeen® Anale Irrigation.

„Das Blasen- und Darmmanagement sind wohl die wichtigsten Themen, wenn es um die Alltagsbewältigung mit Querschnitt geht. Peristeen war für mich der letzte Baustein auf dem Weg in die völlige Selbstständigkeit. Ich habe den Vorteil, dass ich sensibel inkomplett bin, also spüre, wo ich mit dem Katheter bin. Hilfreich ist es ansonsten, einen Spiegel

auf den Boden zu legen und etwa mit einem Duschstuhl drüberzufahren, um zu kucken, wie weit man den Katheter eingeführt hat. Selbst als Tetra ist Peristeen für mich gut zu handhaben. Der Schlauch lässt sich gut durch die Finger fädeln, auch wenn ich nicht richtig greifen kann. Die Steuereinheit bediene ich zunächst mit dem Mund, bis der Katheter geblockt ist. Vielleicht nicht ganz nach Anwendungsempfehlung, aber praktikabel ...“

Kontakt

Haben Sie auch einen Tipp aus Ihrem Alltag? Dann schreiben Sie uns: Coloplast GmbH, Redaktion Perspektiven, Kuehnstraße 75, 22045 Hamburg, oder an perspektiven@coloplast.com.

„Das beste Fortbewegungsmittel überhaupt“

Ob bei einer gemütlichen Radtour mit Familie und Freunden oder als sportliche Herausforderung bei einem Marathon – Handbiken ist einer der Klassiker unter den Rollstuhlsportarten und extrem beliebt. Zu recht, wie Antonio Hömpler findet.



Erstmals waren Handbiker bei den Sommer-Paralympics 2004 in Athen am Start, dann 2008 in Peking und 2012 in London.

„Für mich ist das Fahrrad das beste Fortbewegungsmittel überhaupt: Man kommt aus eigener Kraft schnell und weit voran, bleibt fit und schont die Umwelt“, erläutert Antonio Hömpler, Leiter der Breitensportsparte Handbike beim Deutschen Rollstuhl-Sportverband e. V. Seit einem Snowboardunfall 2010 sitzt der Psychologiestudent im Rollstuhl, Fahrrad fährt er jedoch weiterhin.

Vom Rollstuhl zum Handbike

Mithilfe eines Adaptivbikes lässt sich jeder Stahlrahmenrollstuhl in ein Fahrrad verwandeln. Das Bike wird quasi als Vorderrad vor den Rollstuhl gespannt und mithilfe von Kurbeln und Schaltung betrieben. Da das Kurbeln gelenkschonend ist, ist Handbiken ein Sport für alle Altersklassen. „Sogar Gelähmte ohne Greiffunktion können mit spezieller Technik im Rollstuhl Fahrrad fahren. Wichtig ist dabei, das Bike individuell an die Einschränkungen des Fahrers anzupassen“, erklärt Antonio Hömpler. Bei der Montage von Adaptivbikes gibt es zwei Möglichkeiten: Adaptivbikes

ohne Kupplung werden mit einer variablen Klemmzwinde befestigt. Eine weitere Möglichkeit, ein Adaptivbike anzubringen, ist die Montage per Kupplung. Durch die festere Verbindung funktioniert die Kraftübertragung zudem noch besser. Da die Kupplung selbst jedoch fest am Rollstuhl angebracht wird, muss der Rollstuhlfahrer deren Gewicht auch fortbewegen, wenn er gerade kein Handbike fährt. „Für jemanden, der so wie ich fast täglich mit dem Fahrrad unterwegs ist, lohnt sich das aber“, berichtet Antonio Hömpler.

Schnelles Vorwärtkommen

Hilfreich beim Adaptivbiken ist eine Radstandsverlängerung. Denn ohne sie liegt zu wenig Gewicht auf dem Vorderrad und zu viel auf der Rollstuhllachse. Nur mit ihrer zweiten Achse kann man Steigungen gut bewältigen und hat außerdem deutlich weniger Rollwiderstand sowie einen kurzen Bremsweg. Die Geschwindigkeiten, die Adaptivbikes erreichen können, sind mit denen normaler Fahrräder vergleichbar. Bei Wett-

kämpfen sind jedoch reine Rennbikes im Einsatz, die ohne Rollstuhl auskommen. Bei Handbike-Marathons erzielen ihre Fahrer Geschwindigkeiten von mehr als 40 Stundenkilometern durchschnittlich.

Weitere Informationen

Deutscher Rollstuhl-Sportverband e. V.
(Francisco) Antonio Hömpler
E-Mail: franciscohoempler@googlegmail.com
Website: www.drs.org; Rubrik:
„Sport“, „Breitensport“, „Handbiken“

Weitere interessante Links
zum Thema Handbiken:
www.handbike.de
www.handbikesport.de

Termintipp:
Verkehrssicherheitstraining Handbiken des
DRS im September in Hamburg, weitere
Infos auf der DRS-Website (siehe oben).

Frist verstrichen, Kasse musste zahlen

Gesetzliche Krankenkassen müssen innerhalb eines bestimmten Zeitraums über einen Antrag auf Leistungen entscheiden. Dies bestätigte das Sozialgericht München in einem aktuellen Urteil, wie Christian Au, Fachanwalt für Sozialrecht, aus der eigenen Praxis berichtet.



Christian Au, LL.M.,
Rechtsanwalt
und Fachanwalt
für Sozialrecht in
Buxtehude, www.
rechtsanwalt-au.de.



Wer Hilfsmittel wie etwa ein Therapiedreirad benötigt, muss diese vorher beantragen.

Mit seinem Urteil vom 16. April 2015, Az.: S 2 KR 872/14, hat das Sozialgericht München meinem Mandanten die Kostenerstattung für ein inzwischen selbst beschafftes Liege-Therapiedreirad zugesprochen. Obwohl ein gerichtlicher Sachverständiger die medizinische Notwendigkeit des Hilfsmittels verneint hatte, hat das Sozialgericht den Anspruch allein wegen der abgelaufenen Entscheidungsfrist des § 13 Abs. 3a SGB V („Genehmigungsfiktion“) zugesprochen. Das Urteil ist durch Rechtsmittelverzicht der Krankenkasse sofort rechtskräftig geworden. Auch das Landessozialgericht Nordrhein-Westfalen hatte bereits am 26. Mai 2014 in einem Eilverfahren diese weitreichenden positiven Folgen für

gesetzlich Krankenversicherte bestätigt (Az.: L 16 KR 154/14 B ER).

Das sagt das Gesetz

Die aktuelle Urteilsentscheidung ist eine konsequente Umsetzung des § 13 Abs. 3a SGB V. Dort ist festgeschrieben, dass eine Krankenkasse über einen Antrag auf Leistungen spätestens bis zum Ablauf von drei Wochen nach Antragseingang zu entscheiden hat. Wird eine gutachtliche Stellungnahme eingeholt, insbesondere des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung (Medizinischer Dienst), verlängert sich die Frist auf fünf Wochen ab Antragseingang. Zudem heißt es im Gesetz: „Wenn die Krankenkasse eine gutachtliche Stellungnahme für erforderlich hält, hat sie diese unver-

züglich einzuholen und die Leistungsberechtigten hierüber zu unterrichten. Der Medizinische Dienst nimmt innerhalb von drei Wochen gutachtlich Stellung. (...) Kann die Krankenkasse Fristen nach Satz 1 oder Satz 4 nicht einhalten, teilt sie dies den Leistungsberechtigten unter Darlegung der Gründe rechtzeitig schriftlich mit.“ Und nun kommt der für die Versicherten entscheidende Punkt: „Erfolgt keine Mitteilung eines hinreichenden Grundes, gilt die Leistung nach Ablauf der Frist als genehmigt. Beschaffen sich Leistungsberechtigte nach Ablauf der Frist eine erforderliche Leistung selbst, ist die Krankenkasse zur Erstattung der hierdurch entstandenen Kosten verpflichtet.“ (Für Leistungen zur medizinischen Rehabilitation gelten die §§ 14, 15 des Neunten Buches zur Zuständigkeitsklärung und Erstattung selbst beschaffter Leistungen.) Ich rate Versicherten, auch wenn die Kasse nicht innerhalb der gesetzlich vorgeschriebenen Frist entschieden hat, auf einen Bescheid zum eingereichten Antrag zu bestehen und im Fall einer Ablehnung Widerspruch einzulegen. Dabei sollten sie auch auf die Genehmigungsfiktion hinweisen.

Lexikon

„Genehmigungsfiktion“:

Eine beantragte Genehmigung gilt nach Ablauf einer für die Entscheidung festgelegten Frist als erteilt.

Homecare-Unternehmen an der Schnittstelle



Ein Beitrag von Norbert Bertram, Leiter Krankenkassenmanagement bei Coloplast.

Das Entlassmanagement ist als Teil des Anspruchs auf Krankenhausbehandlung bereits im GKV*-Versorgungsstrukturgesetz konkretisiert worden. Vorhandene Leistungslücken konnten damit oft nicht geschlossen werden. Im Juni wurden neue Gesetzespläne im Bundestag beraten.

Seit dem GKV-Versorgungsstrukturgesetz von 2012 umfasst die Krankenhausbehandlung auch ein Entlassmanagement. Dadurch sollen Probleme beim Übergang von der Versorgung im Krankenhaus in den häuslichen Bereich gelöst werden. Allein die Einführung des Entlassmanagements als Begriff im Gesetz hat jedoch noch nicht dazu geführt, dass generell ein nahtloser Übergang vom Krankenhaus nach Hause stattfindet.

Neues Gesetz

Mit dem GKV-Versorgungsstärkungsgesetz (das vorbehaltlich der Zustimmung des Bundesrats in weiten Teilen zum 1. August 2015 in Kraft treten soll) und der noch stärkeren Implementierung eines Krankenhaus-Entlassmanagements will die Bundesregierung nun die Versorgung an die sich wandelnden Anforderungen an das Gesundheitssystem in Deutschland anpassen. Sektorenübergreifende Angebote für eine älter werdende Gesellschaft, innovative Möglichkeiten der Behandlung und Lösungsansätze für die sich abzeichnenden unterschiedlichen Versorgungssituationen in Städten und ländlichen Räumen sollen Patienten eine bedarfsgerechte, flächendeckende medizinische Versorgung sichern. Zukünftig wird es insbesondere die Aufgabe der jeweils zuständigen Krankenkasse sein, gemeinsam mit dem behandelnden Krankenhaus rechtzeitig vor der Entlassung die für die Umsetzung des Entlassplans erforderliche Versorgung zu organisieren. Dazu gehört z. B. die früh-

zeitige Kontaktaufnahme mit den weiterbehandelnden Vertragsärzten, Rehabilitationseinrichtungen, Pflegediensten oder mit auf die Hilfsmittelversorgung im häuslichen Bereich spezialisierten Homecare-Unternehmen. Auf diese Leistungen des Entlassmanagements werden gesetzlich Versicherte einen unmittelbaren Rechtsanspruch haben.

Zuverlässige Partner

Bereits seit vielen Jahren haben gerade Homecare-Unternehmen die zwingende Notwendigkeit eines reibungslosen Übergangs vom Krankenhaus in den häuslichen Bereich erkannt. So wurden z. B. in der Stoma- und Inkontinenzver-

sorgung längst Strukturen geschaffen, die eine nahtlose Hilfsmittelversorgung über alle Sektorengrenzen garantieren und qualitativ hochwertig sicherstellen. Auch unter der neuen Gesetzgebung spielen Homecare-Unternehmen weiterhin eine wichtige Rolle, um die Hilfsmittelversorgung ab der Klinikentlassung sicherzustellen. Sie stehen an der Schnittstelle zwischen dem Krankenhaus und der Häuslichkeit bereit, um den Patienten „an die Hand zu nehmen“ und mit den weiteren an der Versorgung beteiligten Leistungserbringern eine optimale und patientenorientierte Versorgung zu gewährleisten.

*GKV = Gesetzliche Krankenversicherung



Dank Homecare sind viele Menschen auch zu Hause gut versorgt.

Überwiegend erfolgreich behandelbar

Ist eine Prostatakrebsoperation erforderlich, können als Nebenwirkungen Erektionsstörungen und Inkontinenz auftreten. Über Therapiemöglichkeiten sprach die Redaktion mit Univ.-Prof. Dr. med. Dr. h. c. Axel Heidenreich, Direktor der Klinik für Urologie der Uniklinik RWTH Aachen.

Erektionsstörungen sind eine häufige Folge von Prostataoperationen. Doch zum Glück gibt es vielfältige Behandlungsmöglichkeiten.



Univ.-Prof. Dr. med. Dr. h. c. Axel Heidenreich, Direktor der Urologischen Klinik, Universitätsklinikum Aachen.

Bei Männern macht der Prostatakrebs fast 20 Prozent aller Krebsneuerkrankungen aus. Muss operiert werden, stellen Potenz- und Kontinenzprobleme die häufigsten Nebenwirkungen dar. „Die Häufigkeit ist dabei abhängig von der Art des Therapieverfahrens – und dieses unter anderem wiederum von der Größe und Lokalisation des Tumors –, dem Alter und den Begleiterkrankungen des Patienten“, sagt Univ.-Prof. Dr. med. Axel Heidenreich, Direktor der Urologischen Klinik der Universitätskliniken Aachen. „So ist beispielsweise eine nervenschonende Operation nur dann möglich, wenn das Prostatakarzinom noch nicht weit fortgeschritten ist und die Kapsel der Prostata noch nicht durchbrochen hat. Und natürlich spielt auch die Erfahrung des Operateurs eine Rolle.“ Am Uniklinikum Aachen werden die an der Prostata operierten Patienten vierteljährlich u. a. bezüglich des Kontinenz- und Potenzverhaltens befragt. „Drei Monate postoperativ benötigen 85 Prozent der Patienten keinerlei Hilfs-

mittel mehr, sie sind komplett kontinent. Sechs Monate postoperativ haben 92 Prozent der Patienten eine Kontinenz erreicht. Das heißt andererseits, dass ca. acht Prozent der Männer nach wie vor Kontinenzprobleme haben. Bezüglich der Potenz sehen wir, dass generell ein Erektionserhalt – mit oder ohne Unterstützung durch Medikamente wie z. B. Levitra, Cialis oder Viagra – bei durchschnittlich 60 Prozent der Männer erreicht wird“, berichtet der Direktor der Klinik für Urologie.

Therapie bei Kontinenzproblemen

Doch wie gehen die Experten bei einer operationsbedingten Inkontinenz vor? „Zunächst gilt es, die Beckenbodenmuskulatur durch eine intensive

Physiotherapie zu verbessern. Hierzu ist es erforderlich, dass der Patient die Übungen unter fachgerechter Anleitung eines Physiotherapeuten durchführt, der eine entsprechende Qualifikation im Beckenbodentraining erreicht hat“, macht Prof. Dr. Heidenreich deutlich. Zeigt sich durch konservative Methoden wie Beckenbodentraining, Magnetstuhltherapie, Elektrostimulation und Co. nach sechs bis neun Monaten keinerlei Verbesserung der Kontinenz, sind weitergehende Untersuchungen erforderlich. Hier stehen die Urodynamik zur Beurteilung der Blasen- und Blasenschließmuskelfunktion sowie die Urethrozystoskopie (Harnröhren- und Blasen Spiegelung) im Vordergrund. „Besteht eine geringgradige Inkontinenz und ist bei dem Patienten keine Strahlentherapie im kleinen Becken durchgeführt worden, kann der Einsatz einer Schlinge zur Unterstützung der Harnröhre angezeigt sein. Bei einer ausgeprägten Inkontinenz bzw. wenn im Vorfeld eine Strahlentherapie durchgeführt wurde, sind die Behandlungsergebnisse der Schlingenimplantation in der Regel nicht zufriedenstellend und es sollte direkt ein künstlicher Schließmuskel implantiert werden“, so Prof. Dr. Heidenreich. Und in jedem Fall bleibt den Männern die Möglichkeit der Harnableitung mit Kondom-Urinalen und Urinbeuteln.



Die Prostata: winzig, aber wichtig.



Behandlung von Erektionsstörungen

„Bei Patienten mit Potenzproblemen ist zunächst eine medikamentöse Therapie durch die Anwendung von 5-Phosphodiesterase-Hemmern, also Tabletten wie Viagra, Cialis oder Levitra, angezeigt. Dies setzt jedoch voraus, dass bei dem Patienten die Testosteron-Serumkonzentrationen im Normbereich liegen“, so der Aachener Urologe. Tritt auch nach mehrwöchiger Anwendung der oralen Medikation keine Verbesserung des Potenzstatus ein, können sich die Männer zum einen ein erektionsauslösendes Medikament direkt in den Schwellkörper spritzen (Schwellkörper-Autoinjektionstherapie, SKAT) oder als Gel mit einem Applikator in die Harnröhre einführen. Prof. Dr.

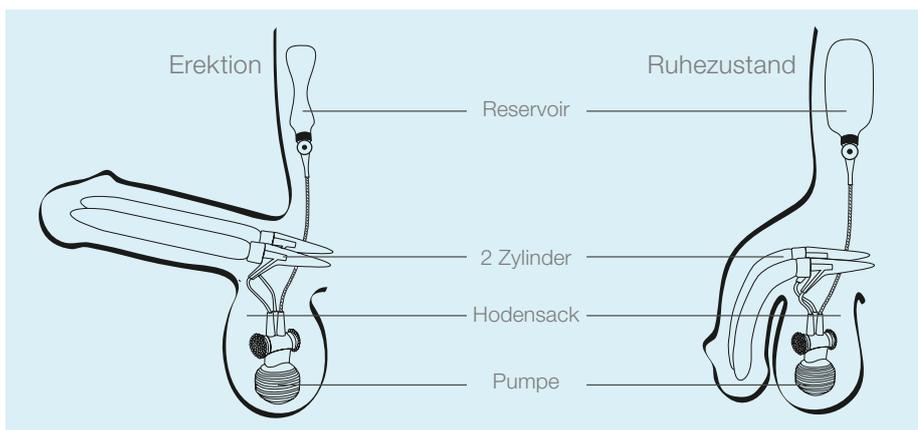
Heidenreich resümiert: „Gerade nach Schwellkörperinjektionen zeigt sich ein Erfolg bei weit über 90 Prozent der Patienten, der auch für die Partnerin entsprechend zufriedenstellend ist. Sollten auch die medikamentösen Injektionsverfahren nicht zu einem gewünschten Erfolg führen, kann als Ultima Ratio – also als letzte Therapiemöglichkeit – ein Penisimplantat operativ eingelegt werden.“

Gute Erfahrungen mit Penisimplantaten

„Die Implantation ist operativ einfach durchzuführen und von einer hohen Erfolgsrate begleitet. Entsprechende wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass sowohl die Betroffenen als auch deren Partnerinnen zu über 90 Prozent der

Fälle mit dem Implantat zufrieden sind. Gefühlsempfindungen und die Orgasmusfähigkeit bleiben völlig normal erhalten“, führt Prof. Dr. Heidenreich aus. „In aller Regel sind die Implantate von einer langen Lebensdauer. Bei ca. 20 Prozent der Patienten ist im Verlauf der ersten zehn bis zwölf Jahre nach Implantation jedoch mit erneuten chirurgischen Eingriffen zu rechnen, um mögliche defekte Anteile des Penisimplantats auszutauschen.“

Betroffenen Männern mit einer postoperativen Inkontinenz bzw. Impotenz rät der Experte, sich nicht zu schnell mit ihrer Situation abzufinden, sondern eine zweite Meinung bezüglich der weitergehenden Diagnose- und Therapieverfahren einzuholen: „In der Regel kann sowohl die postoperative Inkontinenz als auch die postoperative Impotenz durch moderne Therapien effektiv behandelt werden.“



Schwellkörperimplantat: Durch Betätigung der Pumpe wird eine Erektion herbeigeführt.

Weitere Informationen

www.urologische-klinik-aachen.de/krankheiten-und-hilfen/krankheiten/prostata/

Zu Therapien bei Erektionsstörungen und Harninkontinenz erhalten Sie weitere Informationen auch unter www.coloplast.de/Urologie/Endkunde.

Delikate Häppchen

Klein, praktisch, köstlich – Fingerfood ist auf jeder Party der Renner. Die Minisnacks sind schön anzusehen, leicht zu essen und bieten durch ihre Vielfalt für jeden genau das Richtige.

Fingerfood ist nicht nur lecker, es lässt sich meistens auch gut vorbereiten. So können die Gastgeber ganz entspannt zusammen mit ihren Gästen essen, lachen und feiern. Von den angerichteten Häppchen nimmt sich einfach jeder das, was ihm schmeckt. Zudem können die Feiernden im Stehen essen, ohne einen aufwendigen Balanceakt mit Teller, Besteck und Gläsern vollführen zu müssen. Sie legen sich die leckeren Minisnacks einfach auf die Serviette oder schieben sie gleich in den Mund.

Planung ist alles

Damit das Fingerfood-Buffet ein Erfolg wird, ist gute Planung das Wichtigste. Denn die Minisnacks herzustellen und ansprechend anzurichten, dauert. Zum Schluss sollte der Gastgeber noch Zeit einplanen, um den einzelnen Köstlichkeiten den letzten Schliff zu verleihen: So müssen manche Häppchen vor ihrem „Auftritt“ noch aufgewärmt werden. Und essbare Dekoration wie Kräuter sollte erst kurz vor dem Servieren angerichtet werden.



Seeteufel-Spiedini mit Pancetta, Rosmarin und Zitronen-Aioli

Ergibt 20 Stück

- 350 g Seeteufelfilet ohne Haut
- 10 lange Scheiben Pancetta
- 20 Rosmarinzwige (10 cm lang)
- 1 EL Olivenöl

Für die Marinade: • 4 EL Olivenöl • abgeriebene Schale und Saft von ½ Bio-Zitrone
• 1 Knoblauchzehe*, fein gehackt • ½ TL Salz • ½ TL gemahlener schwarzer Pfeffer

1. Das Fischfilet in 20 Würfel (2,5 cm groß) schneiden. Die Pancettascheiben längs halbieren.
2. Von den Rosmarinzwigen die Nadeln jeweils bis auf die Zweigspitze abstreifen und beiseitelegen. Die dicken Zweigenden mit einem scharfen Messer anspitzen.
3. Für die Marinade 1 EL Rosmarinnadeln grob hacken. In einer Schüssel mit Öl, Zitronenschale und -saft, Knoblauch, Salz und Pfeffer verrühren. Die Fischwürfel sorgfältig in der Marinade wenden und abgedeckt 30 Min. kühl stellen.
4. Je 1 Fischwürfel auf jeden Pancetta-streifen legen. Fest aufrollen und auf 1 Rosmarinzwig stecken.
5. In einer schweren Pfanne 1 EL Öl erhitzen und die Spiedini darin von jeder Seite 1 Min. scharf anbraten. Warm mit Zitronen-Aioli servieren.

Variante: Wickeln Sie die Fischwürfel statt in Pancetta in Prosciutto. Dafür jede Prosciuttoscheibe in vier Streifen teilen.

aus: Victoria Blashford-Snell, Eric Treuille: Fingerfood, Crostini · Spieße · Shots · Fritters · Wraps & Co.



Pizzette mit Aubergine und Pinienkernen

Ergibt 20 Stück

- 1 Pizzateig • 1 mittelgroße Aubergine
- 1 EL Olivenöl • 1 Knoblauchzehe*, zerdrückt • 2 EL fein gehackte Petersilie • 125 g Tomatenpüree (aus der Packung) • 4 EL frisch geriebener Parmesan • 3 EL Pinienkerne • Salz
- schwarzer Pfeffer • Mehl zum Arbeiten
- Außerdem: runde Ausstechform mit glattem Rand (5 cm Ø)

1. Den Backofen auf 200 °C (Umluft 180 °C) vorheizen. Ein Backblech mit Mehl bestäuben.
2. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche 2–3 mm dick ausrollen und 20 Kreise ausstechen. Diese auf das Backblech legen.
3. Die Aubergine längs halbieren und die Hälften in 5 mm dicke Scheiben schneiden.
4. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Auberginenscheiben darin mit Knoblauch und Petersilie unter Rühren 5 Min. anbraten.
5. Die Teigkreise mit je 1 TL Tomatenpüree bestreichen und mit den gebratenen Auberginenscheiben belegen. Mit Parmesan, Pinienkernen, Salz und Pfeffer bestreuen. Im Ofen in 10 Min. knusprig goldbraun backen. Warm servieren.

Gut vorbereiten: Die Pizzette bis zu 1 Tag im Voraus zubereiten und abgedeckt kühl stellen. Zum Servieren im auf 200 °C (Umluft 180 °C) vorgeheizten Backofen in 10 Min. knusprig backen.

aus: Victoria Blashford-Snell, Eric Treuille: Fingerfood, Crostini · Spieße · Shots · Fritters · Wraps & Co.

* Hinweise für Stomaträger:

Die langen Fasern von Nüssen können bei Ileostomaträgern zu Verstopfungen führen. Deshalb je nach Verträglichkeit Nüsse gut zerkleinern oder weglassen. Wegen der Geruchsentwicklung verzichten viele Stomaträger auf Knoblauch. Bitte prüfen Sie selbst, was Sie vertragen.



Torteletts mit Kräuterguss

Zutaten für 12 Stück

Für den Mürbeteig: • 15 g geriebener Parmesan • 120 g Mehl • ½ TL Salz
• 1 Prise Zucker • 70 g Butter • 1 Eigelb

Für den Guss: • 80 g gemischte Kräuterblättchen (z. B. Petersilie, Oregano, Schnittlauch) • 80 g Sahne
• 80 ml Milch • 1 Ei • Salz • Pfeffer

Für den Belag: • 1 kleine Birne
• 3 EL Haselnusskerne* • Außerdem:
12 Tortelettförmchen • 1 EL weiche Butter
• 150 g getrocknete Hülsenfrüchte

1. Für den Teig Parmesan, Mehl, Salz, Zucker, Butter und Eigelb mit den Händen verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten kühl stellen.
2. Die Förmchen mit Butter einfetten. Den Teig in diese verteilen und mit den Fingern gleichmäßig in die Förmchen drücken. Backpapier auf die Förmchen legen, die Hülsenfrüchte darauf verteilen und Förmchen auf einem Backblech im vorgeheizten Backofen bei 220 °C backen.
3. Einige Kräuterblättchen für Deko beiseitelegen. Den Rest hacken und mit Sahne und Milch pürieren. Das Ei dazugeben und untermixen. Den Guss mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
4. Birnen waschen, längs vierteln und entkernen. Jedes Viertel in drei Stücke schneiden, Haselnusskerne hacken. Förmchen aus dem Backofen nehmen. Backpapier und Hülsenfrüchte entfernen.
5. Guss in die Förmchen füllen und mit je 2 Birnenstücken und gehackten Haselnüssen belegen. Im Ofen weitere 10 bis 15 Minuten backen, bis der Guss gestockt ist. Torteletts vorsichtig aus dem Förmchen lösen, mit Kräutern garniert servieren.

Tip: Anstatt Nüsse und Birne passen auch 200 g gesalzene und gepfefferte Pfifferlinge als Belag.

aus: Susanne Walter:
Fingerfood – Partyhäppchen ohne Besteck



Schokoladentarte

Für den Mürbeteig: • 150 g Mehl
• 20 g Kakaopulver • 1 Msp. Backpulver
• 80 g weiche Butter • 40 g Zucker • 1 Ei
Für die Füllung: • 180 g Bitterschokolade

• 135 g weiche Butter • 120 g Zucker
• 1 Prise Zimt • 3 Eigelb • 45 g Mehl
• Außerdem: 1 Tarteform (quadratisch
11 cm x 35 cm bzw. rund ca. 11 cm Ø)
• Butter • 150 g Hülsenfrüchte
• 3 EL Pistazienkerne • 1 EL Puderzucker
• essbare Blüten für die Deko

1. Tarteform mit Butter einfetten. Mehl, Kakao- und Backpulver in eine Schüssel sieben und mischen. Butter, Zucker und Ei hinzufügen und mit dem Handrührgerät zu einem Teig kneten.
2. Teig mit den Händen gleichmäßig auf Boden und Rand der Form verteilen. Den Boden mit einer Gabel mehrmals einstechen und großzügig mit Backpapier belegen. Die Hülsenfrüchte darauf verteilen. Den Teig im auf 200 °C vorgeheizten Ofen 20 Minuten blindbacken.
3. Inzwischen für die Füllung Schokolade im Wasserbad schmelzen. Butter, Zucker und Zimtpulver mit Handrührgerät schaumig schlagen. Flüssige Schokolade und Mehl hinzufügen und unterziehen.
4. Füllung auf den fertiggebackenen Tarteboden geben und gleichmäßig verteilen. Weitere 20 Minuten backen, bis die Schokoladenmasse gar ist. Pistazienkerne hacken. Tarte herausnehmen und mit Pistazien, Puderzucker und Blüten garniert servieren.

aus: Susanne Walter:
Fingerfood – Partyhäppchen ohne Besteck



Buchtipp

Unendliche Vielfalt

Spieße, Krustaden, Quesadillas, Dips und Shots: Der Vielfalt sind keine Grenzen gesetzt. Über 200 Rezepte zu mundgerechten Köstlichkeiten haben Victoria Blashford-Snell und Eric Treuille gesammelt. Außerdem verraten sie Grundrezepte teils außergewöhnlicher Fingerfood-Leckereien wie Crostini, Wan-Tan-Blättern oder Vanillemeringen und geben Tipps rund um die Party.

Victoria Blashford-Snell, Eric Treuille: Fingerfood, Crostini · Spieße · Shots · Fritters · Wraps & Co., Dorling Kindersley, 2013, ISBN 978-3-8310-2440-7, 16,95 Euro.



Buchtipp

Klein und fein

Susanne Walter bietet alles für die perfekte Fingerfood-Party – angefangen von Tipps für die Vorbereitung über essbare Schälchen für die zubereiteten Köstlichkeiten bis hin zu selbst gemachten Partygetränken. Ihre Rezepte bieten Kleinigkeiten zum Knabbern wie Mediterrane Teigschnecken, Deftiges wie Spicy Lammfiletspieße oder Süßes zum Dessert wie Schokoladentarte.

Auch Vegetarier kommen bei dem handlichen Snackfood nicht zu kurz.
Susanne Walter: Fingerfood – Partyhäppchen ohne Besteck, GU KüchenRatgeber, 2014, ISBN 978-3-8338-3964-1, 8,99 Euro.

Miträtseln & gewinnen!

Lösen Sie das Kreuzworträtsel auf Seite 24 und gewinnen Sie mit etwas Glück eines von fünf Büchern „Fingerfood – Partyhäppchen ohne Besteck“.

Erneut ein voller Erfolg!

Im April 2015 hatte die Arbeitsgemeinschaft Spina bifida und Hydrocephalus (ASBH) zu ihrem zweiten Fachkongress in die Wagnerstadt Bayreuth geladen. Auch diesmal standen Wissens- und Erfahrungsaustausch im Vordergrund.



Ilona Schlegel, Geschäftsführerin der ASBH Selbsthilfe gGmbH.

Das Wissen um Spina bifida und Hydrocephalus hat in Deutschland einen Standard erreicht, der Lebensqualität und Lebenserwartung immer weiter verbessert. Für Menschen, die mit diesen Behinderungen leben, sowie für ihre Eltern wird

es aber auch immer herausfordernder, auf dem aktuellen Stand zu bleiben und Entscheidungen über Therapien oder Hilfsmittel zu treffen. „Wir freuen uns daher, dass wir bei unserem 2. Kongress wieder mehr als 200 Menschen – Teilnehmer, Referenten und Aussteller – aus

Deutschland und der Schweiz zusammenbringen konnten“, sagt Ilona Schlegel, Geschäftsführerin der ASBH Selbsthilfe gGmbH. „Auch diesmal haben wir uns für ein sehr breites Themenspektrum entschieden, von der pränatalen Therapie bei Spina bifida, die noch in den Kinderschuhen steckt, über Chancen und Grenzen von Naturheilverfahren bei Spina bifida bis hin zu Inklusion oder dem rechtlichen Schutz von Menschen mit Hydrocephalus im Arbeitsverhältnis, um nur einen kleinen Eindruck zu vermitteln.“

Die größten Barrieren sind im Kopf

Eines wurde beim Thema Inklusion wieder einmal deutlich: Die größten Barrieren sind im Kopf. „Die Tatsache, dass wir ständig automatisch zwischen behindert und nichtbehindert unterscheiden zeigt,



Intensiver Informationsaustausch.

Spina bifida

ist eine Neuralrohrfehlbildung, die entsteht, wenn sich die Neuralrinne des Embryos am Ende des ersten Schwangerschaftsmonats nicht vollständig zum Neuralrohr schließt und ein Wirbelbogenspalt offen bleibt. Bei 80 Prozent der mit dieser Behinderung geborenen Kinder liegt gleichzeitig ein Hydrocephalus, eine Störung des Hirnwasserkreislaufs, vor.

dass wir noch einen langen Weg vor uns haben, bis wahre Inklusion wirklich in der Mitte der Gesellschaft angekommen ist“, macht die ASBH-Geschäftsführerin deutlich. Auf dem Kongress wurde Inklusion dagegen voll gelebt – selbst die Tanzfläche eroberten Fußgänger und Rollstuhlfahrer bei der Kongressparty gemeinsam.

In den Kongresspausen hatten die Teilnehmer Gelegenheit, sich an vielen Ausstellungsständen – so auch bei Coloplast und SIEWA Coloplast Homecare – zu informieren. Der nächste ASBH-Kongress findet zwar erst 2017 statt, aber für das kommende Jahr steht bereits ein ganz besonderes Ereignis an: 2016 feiert die ASBH ihr 50-jähriges Vereinsjubiläum!



In den Kongresspausen bestand Gelegenheit, Hilfsmittel wie etwa Peristeen® kennenzulernen.

Weitere Informationen

ASBH Selbsthilfe gGmbH
Grafenhof 5, 44137 Dortmund
Tel.: 0231 861050-0
www.asbh.de
www.facebook.com/asbhdeutschland

Conveen® Active
Conveen® Optima

2 von 3
Männern
bevorzugen
Conveen*



Herr Fernandez, Conveen-Anwender Frankreich

Testen Sie die neue diskrete Kontinenzversorgung für Männer

Verlässlich und diskret

Conveen Optima und Conveen Active sind verlässliche Alternativen zu Einlagen und schützen sicher vor Geruch. Für ein aktives Leben mit Freunden und Familie.

Überzeugen Sie sich selbst und bestellen Sie sich gleich Ihr persönliches Musterpaket kostenfrei nach Hause.

www.conveen.de



*2 von 3 Anwendern bevorzugen Conveen gegenüber aufsaugenden Produkten. Quelle: Chartier-Kastler E et al: randomisierte, prospektive, multizentrische crossover Studie zum Vergleich der Lebensqualität im Zusammenhang mit Kondom- Urinalen versus aufsaugenden Produkten bei Männern mit Inkontinenz, British Journal of Urology, Veröffentlichung Sept. 2010

Coloplast GmbH, Postfach 70 03 40, 22003 Hamburg, Tel. 040 669807-77
www.coloplast.de The Coloplast logo is a registered trademark of Coloplast A/S. © 2015-03 All rights reserved Coloplast A/S.

Hier abtrennen

Bitte schicken Sie mir unverbindlich mein persönliches Conveen Musterpaket kostenfrei nach Hause.

Herr* Frau* Geburtsdatum: _____ / _____ / _____

Name, Vorname* _____

Straße, Nr.* _____

PLZ, Ort* _____

Telefon (für evtl. Rückfragen) _____

E-Mail _____ @ _____

Anwender* Angehörige/r* Generelles Interesse*

Coloplast ist ein Unternehmen, das sich für den Schutz Ihrer Daten stark macht. Wir verarbeiten Ihre Daten unter strenger Beobachtung der gesetzlichen Vorgaben und betreiben keinen Handel mit diesen. Weitere Informationen können Sie bei Interesse unter www.datenschutz.coloplast.de abrufen.

Mit meiner Unterschrift erkläre ich, dass meine vorstehend gemachten Angaben von der Coloplast GmbH gespeichert, verarbeitet und genutzt werden dürfen, um mich per Post, E-Mail und/oder Telefon an allgemein auf meine Erkrankung und Versorgung bezogenen Informationen sowie an der Coloplast-Angeboten und -Marktforschungsbefragungen teilhaben zu lassen und zu Werbezwecken über Coloplast-Produkte und -Dienstleistungen zu informieren. Mein Einverständnis bezieht sich ausdrücklich auch auf die Angaben zu meinen gesundheitlichen Verhältnissen. Ich erhalte die angefragten Materialien auch dann, wenn ich diese Erklärung nicht unterschreibe. Mir ist bewusst, dass ich mein Einverständnis künftig jederzeit ganz oder teilweise durch eine an die Coloplast GmbH, Kuehnstraße 75 in 22045 Hamburg zu richtende Erklärung widerrufen kann.

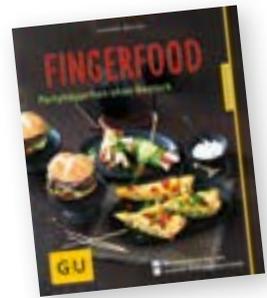
Ort/Datum* _____ Unterschrift* _____

*erforderliche Angaben

Coupon ausfüllen und verschicken. An: Coloplast GmbH, Kontinenzversorgung, Kuehnstr. 75, 22045 Hamburg

Rätseln Sie mit Perspektiven!

Lösen Sie unser Kreuzworträtsel und gewinnen Sie eines von fünf Büchern „Fingerfood. Partyhäppchen ohne Besteck“.



Finanz- experte	Trocken- gras	fröhlich, heiter	großer Stein	scharfe Biegung	Art der Körper- reini- gung	Anzeige- stift auf dem Kompass	Kopfsalat mit kraus gefiederten Blättern	Sport- mann- schaft (engl.)	franz.: Frau	Flächen- maß	Nach- schlage- werk	engl.: Rechnung
Pfriem			Glas- flasche mit Stöpsel					graugelb, gelblich				
uner- forsch- tes Gebiet					Umstands- wort	Tobsucht				6		
Liebes- be- zeigung			9	erblicken	blauer Jeans- stoff			3	Nachlass emp- fangen	Abk.: extra large		
öster. Schrift- stellerin (Elfriede)	unbe- festigt		Halstuch			Ver- zeichnis		elektron. Brief, Nachricht (engl.)				
					Speisen- folge	Inhalts- losigkeit				eine ganze Anzahl		Vorname des Schau- spielers Williams †
			Teil vom Stoß- dämpfer	Zauber				Mienen- spiel	nicht hinter		2	
Futter- behälter	kundtun, aus- sprechen		kehren	7		weib- liches Huffier		Schaf- rasse				
weldm.: fressen					blut- unter- laufener Streifen	Fels- stück	10			Stamm- mutter, Vor- fahrin		Bogen- reihe
Ertrag, Gewinn	Stand- bild	Ge- meinde- behörde		mehr- sätziges Musik- stück				nord- amerik. Hirsch- art		Rand- gebirge des Pamir		
							8	Gebäude für Pferde	Laut- äußerung eines Pferdes			
Sing- vogel				ein Mineral	gebra- tene Fleisch- schnitte					Tätig- keits- wort	Besucher	freund- lich
weib- liches Borstentier			Brauch; Anstand					Abk.: Stunde		streng vege- tarisch		5
Teil- strecke eines Rad- rennens					Titelfigur bei Brecht	franz. Herr- scher- anrede				Ab- schie- ds- gruß		
Zucker- rohr- schnaps			4	Zauber- schutz, Mas- kotchen						Zurück- setzen eines PCs		1
Strom- an- schluss- gerät						jemand, der Ei- gentum stiehlt				Abk. für einen Spreng- stoff		®

Schicken Sie uns einfach die Lösung bis zum 30. Oktober 2015 per E-Mail an: gewinnspiel@coloplast.com oder per Post an: Coloplast GmbH, Redaktion *Perspektiven*, Kuehnstraße 75, 22045 Hamburg.

<input type="text"/>									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

TEILNAHMEBEDINGUNGEN: Teilnahmeberechtigt sind Personen, die mindestens 18 Jahre alt sind. Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt und sind mit der Veröffentlichung ihres Namens einverstanden. Die Gewinnspieltatnahme ist unabhängig vom Erwerb eines Abos oder sonstiger Waren der Coloplast GmbH.



Lösung der Ausgabe Frühjahr 2015: **Rollitennis**
Die Gewinner der Winterausgabe erhalten das Buch „Darm mit Charme“: Renate Heim, Chemnitz; Dr. med. Margret Hüffer, Bonn; Günter Menn, Kreuztal; Käthe Engelhardt, Neukirchen, und Markus Behrens, Appel.