



# Rundum gut versorgt

Die Pflege und Betreuung der uns anvertrauten Menschen ist unsere Kernaufgabe. Darüber hinaus besuchen uns regelmäßig verschiedene Ärzte, Therapeuten und Dienstleister für eine umfassende Versorgung direkt vor Ort.

Wer pflegebedürftig und dadurch in seiner Mobilität eingeschränkt ist, braucht im St. Elisabeth nicht auf Behandlungen und Service zu verzichten. Das trägt wesentlich zur Verbesserung der Lebensfreude und des Wohlbefindens bei. Auch die Pflegenden schätzen die gute Zusammenarbeit und profitieren vom professionellen Austausch, denn jede Berufsgruppe bringt ihren eigenen Blick auf die Menschen mit sich.

### Physiotherapie: Bewegung und Mobilität

Physiotherapie, früher hieß es Krankengymnastik, trainiert die Beweglichkeit und Mobilität und setzt verschiedene Methoden ein, um Schmerzen zu behandeln. Die Anwendungsgebiete sind sehr vielfältig, zum Beispiel die Verbesserung der Beweglichkeit nach einem Unfall oder einem Schlaganfall, Sturzvorbeugung, Muskelaufbau oder die Vermeidung von Kontrakturen bei Bettlägerigen. Bei vielen hochbetagten Menschen gibt es gute Gründe für den behandelnden Arzt, Physiotherapie zu verordnen.

Juliane op de Hipt und Tobias Geißhirt von der Praxis für Krankengymnastik Christine Schwarz behandeln ungefähr 50 Patienten im St. Elisabeth. Juliane op de Hipt ist von Montag bis Freitag täglich für Bewegungsübungen und Massagen vor Ort. Ihr Kollege Tobias Geißhirt führt überwiegend Lymphdrainagen durch. Das ist eine medizinische Massage, die körpereigene Wassereinlagerungen mit sanftem Druck abträgt.

Die Behandlung stimmen die Therapeuten individuell auf die Bedürfnisse ihrer Patienten ab. »Ich möchte so gern zum Geburtstag meiner Enkelin, aber dafür muss ich 17 Treppenstufen steigen!« Die Bewohnerin ist sich zunächst nicht sicher, ob sie es schaffen kann. Sie freut sich, dass die Physiotherapeutin gezielt mit ihr übt. Das gibt Selbstvertrauen. Sie weiß jetzt, dass sie die Treppe mit Halt am Geländer hoch- und auch wieder – am sichersten rückwärts – hinuntergehen kann. Wenn es ihr gesundheitlich gut geht, kann sie mit ihrer Enkelin feiern und so an ihrem Leben teilhaben.

Die Therapeuten kennen sich auch mit den Hilfsmitteln aus. »Nach meinem Schlaganfall haben sie mir einen Rollator beschafft, der links die Bremsen für beide Seiten hat. Den kann ich trotz meiner Lähmung bedienen«, berichtet eine Bewohnerin. Viele Bewohner wünschen sich vor allem mehr Sicherheit beim Laufen. Das ermöglicht ihnen Selbstständigkeit unter anderem beim Gang zur Toilette. Die Physiotherapeuten üben das Gehen am Rollator, schulen Gleichgewicht und Körperhaltung sowie das sichere Aufstehen vom Stuhl.

## PHYSIOTHERAPIE

### Für ein gutes und sicheres Körpergefühl



#### Was?

Schmerzen lindern, Stürze vorbeugen, Wassereinlagerungen abtragen

#### Wann?

Bis zu 3-mal wöchentlich für 15 bis 45 min

#### Beitrag zur Lebensfreude

»Ich kann wieder sicher allein aufstehen!«



### ERGOTHERAPIE

## Für mehr Selbstständigkeit im Alltag



#### Was?

Hirnleistung trainieren, Feinmotorik verbessern, Alltag erleichtern

#### Wann?

Nach Verordnung, etwa 30 min

#### Beitrag zur Lebensfreude

»Ich kann mir wieder die Schuhe binden!«



Sie erklären auch den Umgang mit Geräten. »Ich übe täglich dreimal«, erklärt ein Bewohner. Nach seiner Schulterverletzung erhielt er von seiner Krankenkasse eine Bewegungsschiene, die das Gelenk durch passives Bewegen mobilisiert. Die Physiotherapeutin hat ihm gezeigt, wie er den Stuhl bedienen muss. Auch das »Motomed«, das in allen Etagen zur Verfügung steht, wird von den Physiotherapeuten zur Therapie eingesetzt und kann nach einer Einweisung selbstständig zum Üben genutzt werden.

#### Ergotherapie: Selbstständigkeit im Alltag

Simona Glas, Ergotherapeutin vom Autonomen Therapiezentrum Aschaffenburg, behandelt eine Bewohnerin, die durch einen Schlaganfall linksseitig gelähmt ist. Sie legt bei ihrer Patientin den Fokus auf die Mobilisierung der gelähmten Hand. Durch gezieltes passives Durchbewegen wird die Hand gelockert, Verspannungsschmerzen gelindert und einer Spastik vorgebeugt. Die Patientin freut sich immer auf die Hausbesuche: »Das tut mir gut!« Da auch in der Ergotherapie die Beweglichkeit vor allem der Feinmotorik trainiert wird, gibt es Überschneidungen zur Physiotherapie.

Die Ergotherapie sucht ganzheitlich nach individuellen Maßnahmen, die den Alltag erleichtern und die Selbstständigkeit fördern. »Je nach Verordnung bieten wir Hirnleistungstraining, neuromotorische Übungen oder Training von Aktivitäten des Alltags an«, erklärt Ergotherapeutin Jana Ruffino von der Praxis ergovita.

»Meine Finger sind so steif«, klagt ihre Patientin. Gezielte Fingerübungen für Kraft und Beweglichkeit helfen ihr im Alltag zum Beispiel beim Knöpfen einer Bluse oder beim Schuhe binden. »Ich hatte von Kindheit an gesundheitliche Probleme«, erzählt die Patientin. »Darum habe ich gelernt, dass man immer dranbleiben muss.« Ergotherapeuten haben das Umfeld im Blick und schulen den Umgang mit Hilfs- und Heilmitteln, zum Beispiel den Einsatz spezieller Griffe, Becher und Besteck zum selbstständigen Essen. Aber auch Koordination, Konzentration und Gedächtnis werden durch Ergotherapeuten gefördert.

#### Logopädie: Sprache als Schlüssel zur Kommunikation

Logopädie hilft Menschen mit Stimm-, Sprech-, Sprach- oder Schluckstörungen. Besonders nach einem Schlaganfall kommt es häufig zu einer Aphasie. Das heißt, Sprechen, Verstehen, Lesen und Schreiben sind beeinträchtigt und können durch Logopädie wieder verbessert werden. Das Senioren-Wohnstift ko-

operiert schon seit 2012 mit der Schule für Logopädie an der IB-Medizinischen Akademie Aschaffenburg. Jeden Freitag behandeln angehende Logopäden in Begleitung ihrer Dozenten Bewohner, die durch Erkrankungen wie Schlaganfall, Multiple Sklerose oder Morbus Parkinson in ihrer Kommunikationsfähigkeit eingeschränkt sind. Die Bewohner benötigen eine ärztliche Verordnung, die den logopädischen Bedarf bestätigt, müssen aber keine Zuzahlung leisten.

Erik Ginzburg und Joshua Nti Mensah sind im dritten Ausbildungsjahr und stehen kurz vor ihrem Abschluss. Während Erik Ginzburg die Therapie durchführt, beobachtet und protokolliert sein Mitschüler sein Vorgehen. Zuvor haben sie den Ablauf gemeinsam besprochen. Am Ende steht eine Reflexion mit der Lehrkraft. Während ihrer Ausbildung führen sie nicht nur angeleitete Therapien im St. Elisabeth durch, sondern behandeln auch Patienten der Stroke Unit im Klinikum, also direkt nach einem Schlaganfall.

Heute möchten die angehenden Logopäden anhand einer Sprechdiagnostik feststellen, inwieweit das Sprachverstehen ihrer Patientin durch den Schlaganfall beeinträchtigt ist. Der angehende Therapeut lässt seiner Patientin Zeit, die Wörter zu finden, fragt nach und regt zum Sprechen an. »Was haben Sie in den letzten Tagen erlebt?« Die Patientin überlegt nur kurz: »Ich war mit meinem Sohn im Park. Das war sehr schön.«

Auch spielerische Elemente fließen in die abwechslungsreiche Therapieeinheit ein. Zum Schluss erhält die Patientin noch einen »Wochenauftrag«, eine Übung, die bis zum nächsten Besuch bearbeitet werden kann. Sprache ist unser wichtigstes Kommunikationsmittel, darum trägt Sprachförderung auch bei Senioren entscheidend zum Wohlbefinden bei.

Logopäden arbeiten im Wohnstift außerdem mit Patienten, die unter Schluckstörungen leiden. Sie trainieren schluckrelevante Muskeln und zeigen bestimmte Kopfhaltungen, damit beim Essen keine Speisen in die Luftröhre gelangen.

#### Professionelle und medizinische Fußpflege:

##### Entspannte Füße sind eine Wohltat

Füße verändern sich mit zunehmendem Alter. Wenn sich viel Hornhaut bildet, die Nägel dicker werden und man mit herkömmlichen Scheren nicht mehr weiterkommt, wird es Zeit für professionelle Fußpflege. Mehrere Fußpflegerinnen sind für ihre Kunden im Wohnstift da. Sie bieten auch Fußbäder, Fußmassagen und das Lackieren der Zehennägel an.

## LOGOPÄDIE

### Für eine bessere Kommunikationsfähigkeit



#### Was?

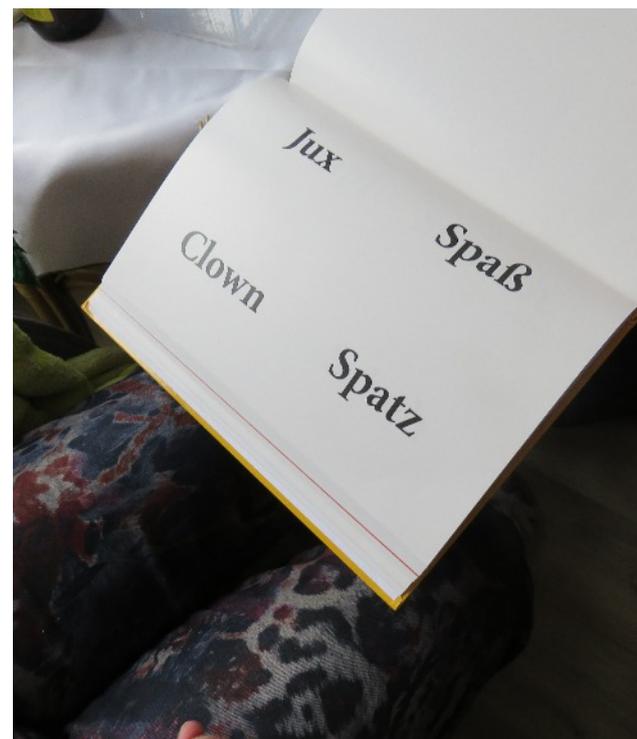
Beeinträchtigungen beim Sprechen, Verstehen und Schlucken abbauen

#### Wann?

Nach Bedarf, 1-2 mal pro Woche

#### Beitrag zur Lebensfreude

»Ich kann mich wieder gut verständigen!«



### FUSSPFLEGE

## Für gesunde und entspannte Füße



#### Was?

Nervensystem prüfen, Füße medizinisch pflegen, massieren und baden, Fußnägel schneiden und lackieren

#### Wann?

Podologie und professionelle Fußpflege normalerweise alle 4-6 Wochen

#### Beitrag zur Lebensfreude

»Ich habe wieder schöne Füße!«



Neuropathie ist eine Folgeerkrankung von Diabetes, die sich durch Kribbeln, Brennen und Taubheitsgefühle in den Füßen äußert und eine medizinische Fußpflege durch einen Podologen notwendig macht. Podologie ist ein medizinischer Heilberuf mit einer zweijährigen Ausbildung an einer Berufsfachschule und einer staatlichen Abschlussprüfung. Podologen haben eine Kasenzulassung, sodass medizinisch notwendige Fußpflege über eine ärztliche Verordnung abgerechnet werden kann. Die podologische Fußpflege wird alle fünf Wochen durchgeführt.

Podologe Klaus Imhöfer ist an zwei Terminen im Monat im St. Elisabeth tätig. Mit verschiedenen Tests untersucht er, inwieweit die Nervensysteme im Fuß geschädigt sind. »Ich merke, wie es im Fuß vibriert«, sagt die Patientin beim sogenannten Stimmgabeltest, der das innere Nervensystem prüft. Mit dem TipTherm, einem Wärmetest mit Metall und Kunststoff (Was fühlt sich wärmer an?), und dem Monofilament, einem Nadeltest (Spürt der Patient den »Pieks«?), erkennt er, wie die äußeren Nervensysteme reagieren. Dann untersucht er den Zustand von Nägeln und Haut, bevor er mit der eigentlichen Fußpflege beginnt.

Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie und Podologie sind Heilmittel und werden vom Arzt verordnet. Der Patient muss in der Regel eine Zuzahlung sowie eine Verordnungsgebühr entrichten.

#### Zahnarzt auf Rädern: Gesunde Zähne haben positive Auswirkungen auf den Gesundheitszustand

Während die Hausärzte zur Visite ins Wohnstift kommen, finden Facharzttermine normalerweise in der Praxis statt – für ältere Menschen ist das eine Herausforderung. Das Praxisteam für ganzheitliche Mundheilkunde und Alterszahnmedizin von Dr. Volkmar Göbel in Gössenheim kommt regelmäßig in unser Wohnstift. Möglich macht das ein mobiles Konzept für eine zahnärztliche Behandlung von Menschen, die keine Zahnarztpraxis aufsuchen können.

Zur tragbaren Ausrüstung gehören unter anderem eine Absauganlage, ein Ultraschallgerät und ein mobiles Röntgengerät. Dr. Hedda Franz vom Praxisteam ist an zwei Tagen in der Woche mobil unterwegs, unter anderem donnerstags im Senioren-Wohnstift St. Elisabeth, wo sie alle notwendigen Untersuchungen und Behandlungen durchführt. Das können Zahnreinigungen sein oder Parodontose-Behandlungen, Füllungen, Kronen, Unterfütterungen von Prothesen, Zahnziehen oder das Anfertigen von Prothesen.

Die Behandlung wird entweder auf einem normalen Stuhl, oft aber auch im Pflegebett durchgeführt, das sich in die gewünschte Position bringen lässt. »Es fühlt sich anders an, so ungewohnt«, stellt eine Patientin bei der Anpassung der neuen Prothese fest. Dr. Hedda Franz erklärt, dass der Biss jetzt wieder besser aufeinanderpasst und das Kauen nun wieder einfacher ist. Auch der Blick in den Spiegel lässt die Patientin zufrieden lächeln. Vier Termine waren bis zur fertigen Prothese notwendig. Für die Patientin, die auf den Rollstuhl angewiesen ist, wäre die neue Zahnprothese ohne den Zahnarzt auf Rädern mit vielen Unwegsamkeiten verbunden gewesen. Seit 2018 hat das Senioren-Wohnstift Kooperationsverträge mit der Praxis Dr. Göbel sowie mit der Zahnarztpraxis Traian Popa.

**Frisör: Mit einer schönen Frisur fühlt man sich wohl**  
Burgl Hahn betreibt schon seit über 38 Jahren den Frisörsalon im Wohnstift. Dabei muss sie auch auf die Besonderheiten der Menschen im Wohnstift eingehen. Es gibt beispielsweise demenzkranke Bewohner, die unruhig sind und auch beim Haarschneiden nicht stillsitzen können. »Da braucht man schon Geduld und Einfühlungsvermögen und eine ruhige Hand«. Die meisten Kundinnen und Kunden genießen aber den Frisörbesuch und freuen sich, wenn sie frisch gestylt den Salon verlassen. Es gibt sogar Kundinnen, die wöchentlich zum Waschen und Legen kommen und sich damit etwas Gutes gönnen. Dauerwellen sind mittlerweile bei den Seniorinnen aus der Mode gekommen, während sich andererseits immer mehr Kundinnen farbige Akzente für ihre Frisur wünschen.

#### Und wer kommt noch?

Es gibt noch weitere Anbieter, die das Wohnstift besuchen. So findet ein- bis zweimal jährlich ein Kleiderverkauf für seniorengerechte Kleidung statt. Ebenso gibt es die Möglichkeit, Schuhe zu kaufen. Auch ein Augenoptiker kommt regelmäßig, führt Sehtests durch und berät, wenn es um eine neue Brille geht.

Wohnstiftsleiterin Andrea Weyrauther freut sich über die gute Zusammenarbeit: »Wir sind Experten für die Pflege. Ärzte und Therapeuten stellen eine umfassende, barrierefreie Versorgung im medizinischen und therapeutischen Bereich in unserem Haus sicher. Dienstleister bereichern durch ihr Angebot die Möglichkeiten der Bewohner, sich vor Ort zu versorgen. Wir sind sehr froh darüber. Kommen Sie gern auf uns zu, wenn Sie Wünsche und Anregungen haben!«

## ZAHNARZT

### Für mehr Zahngesundheit



#### Was?

Prothesen anfertigen, Zähne reinigen und Parodontose behandeln

#### Wann?

Regelmäßig donnerstags

#### Beitrag zur Lebensfreude

»Ich habe wieder Freude am Essen!«

## FRISÖR

### Für schönere Haare



#### Was?

Haare waschen, schneiden, fönen, färben

#### Wann?

Di, Mi, Fr, 9:45 bis 18:00 Uhr

#### Beitrag zur Lebensfreude

»Ich fühle mich wieder schön!«