Nr.10 Dezember 2022

NEWSLETTER

Zentrum für Gesundheitsförderung Nürnberg e.V.

zentrum-fuer-gesundheitsfoerderung.de

NEUIGKEITEN VOM ZENTRUM FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG Nürnberg e.V.

09.11.2022: Stellungnahme der BAGP im Ausschuss des Bundestages zum Thema Patientenberatung stärken

Die BAGP (BundesArbeitsGemeinschaft der Patientenstellen und –Initiativen) begrüßt die Initiative zur Errichtung einer Stiftung Unabhängige Patientenberatung Deutschland (UPD). Der vorliegende Referentenentwurf ist aber nicht konsequent in der organisatorischen Neuaufstellung der UPD, die laut Koalitionsvertrag „in eine dauerhafte, staatsferne und unabhängige Struktur unter Beteiligung der maßgeblichen Patientenorganisationen überführt“ werden soll.

Die BAGP befürwortet die UPD zu verstetigen. Auch die finanzielle Ausstattung der Beratungsarbeit von bisher 10 auf mindestens 15 Millionen EUR ist ein wichtiger politischer Impuls für die Neuaufstellung der UPD nach 2023.

Unabhängigkeit der UPD ist unbedingt erforderlich. Die BAGP fordert daher, dass die UPD zukünftig aus Steuermitteln finanziert wird. Die im Referentenentwurf vorgesehene Regelung beauftragt den GKV Spitzenverband Bund als Stifter und Finanzier der UPD. Dies gefährdet die Unabhängigkeit der UPD.

Die Ratsuchenden der UPD benötigen nicht nur Beratung und Unterstützung in gesundheitlichen Belangen, sondern vor allem auch sozialrechtliche Beratung. Beratungsanlässe sind häufig Verhalten und Entscheidungen von Krankenversicherungen. Aufgrund der nun geplanten Konstruktion könnten die Ratsuchenden vermuten, dass eine Einflussnahme durch den GKV SV auf die inhaltliche Arbeit erfolgt. Damit wird das notwendige Vertrauen in das Angebot erschüttert und gefährdet eine erfolgreiche Arbeit.

Wenn eine Steuerfinanzierung derzeit nicht durchsetzbar ist, wäre die Gründung und Finanzierung durch den Gemeinsamen Bundesausschuss (G-BA) denkbar und durchführbar. Der G-BA hat sehr gute Erfahrungen mit der Gründung von Stiftungen (IQWiG und IQTIG) und ist ebenfalls gewohnt, auch Einnahmen aus der Privaten Krankenversicherung zu vereinnahmen und vorgesehenen Zwecken zuzuführen (AMNOG).

Die im Koalitionsvertrag formulierte und geforderte „Staatsferne der UPD“ ist absolut begrüßenswert. Die BAGP fordert daher, dass die maßgeblichen Patientenorganisationen stärker in der UPD- Stiftung berücksichtigt werden. Die Patientenorganisationen, die die Beratung durchführen, müssen auch die Arbeit der UPD maßgeblich gestalten.

Der Referentenentwurf sieht vor, dass der Stiftungsrat mit wesentlichen Aufgaben betraut wird. In diesem Stiftungsrat haben die Vertreter*innen aus Bundestag, zwei Ministerien, der vom BMG benannte Bundespatientenbeauftragte und eingeschränkt die Vertreter der Kostenträger wie dem GKV Spitzenverband Bund und dem PKV Verband ein Stimmrecht und können die Patientenvertretung überstimmen. Dies ist für uns keine staatsferne und unabhängige Gremienbesetzung im entscheidenden Gremium der Stiftung.

Auch die Auswertung der Beratungsarbeit und daraus folgend die Berichterstattung über Mängel in der Gesundheitsversorgung erfordert Unabhängigkeit und Staatsferne sowie die enge Verbindung von Patientenberatung und Patientenvertretung.

Das Stimmverhältnis im Stiftungsrat muss nachgebessert werden zugunsten der Patientenorganisationen.

Anfragen von Ratsuchenden müssen oft in Kenntnis und unter Mitwirkung der Institutionen und weiterer sozialer Unterstützungseinrichtungen vor Ort im Sinne einer Eskalationsprävention und der Entfaltung von lokalen Synergien gelöst werden. Die dafür notwendige Vernetzung umfasst neben guten Kontakten zu den regionalen Krankenkassen und Kassen(zahn)ärztlichen Vereinigungen vor allem Einrichtungen zur Pflege-, Sozial,- Verbraucher-, Schuldnerberatung u.a.m. Die UPD muss daher in der Region bekannte und verankerte Beratungseinrichtungen vorhalten.

Die BAGP vermisst im Referentenentwurf zur UPD Stiftung einen klaren Auftrag zur Durchführung der neuen UPD durch die Maßgeblichen Patientenorganisationen. Die Politik verpasst aus unserer Sicht die Chance der Neugestaltung einer UPD, die am Beratungsbedarf der Patient*innen und Ratsuchenden ausgerichtet ist sowie regional verankert, leicht auffindbar und glaubwürdig ist.

Zur Sicherstellung eines nahtlosen Übergangs von der jetzigen UPD zu einer gemeinnützigen, patientenorientierten und unabhängigeren Patientenberatung werden Zusagen und Mittel zur Anschubfinanzierung für das Jahr 2023 benötigt, die im Referentenentwurf fehlen.

Fazit: Die vorgeschlagenen Regelungen zur Neuorganisation der Unabhängigen Patientenberatung bleiben im Referentenentwurf weit hinter dem Auftrag im Koalitionsvertrag zurück und müssen im Sinne der Bedarfe der Ratsuchenden nach unabhängiger, kompetenter und regional vernetzter Unterstützung dringend nachgebessert werden.

Ausblick: Die BAGP fordert schon lange die Gründung einer Patientenstiftung, die Patientenbelange wie Unabhängige Beratung, Beteiligung, Versorgung und Forschung aus Patientensicht unter einem Stiftungsdach fasst.

Die nunmehr vorgesehene UPD- Stiftung für die Unabhängige Patientenberatung Deutschland ist ein Anfang und muss über die nächsten Jahre sinnvoll ergänzt werden. Eine synergetische Weiterentwicklung der Beratungslandschaft im Sinne der Unterstützungsbedarfe der Menschen in den Regionen ist ebenfalls erforderlich. Der Stiftungszweck muss daher entsprechend offen formuliert werden.

Quelle: https://www.bagp.de/aktuell

Weitere Stellungnahmen unter:

https://www.vzbv.de/unabhaengige-patientenberatung

https://www.sovd.de/sozialpolitik/stellungnahmen

https://www.vdk.de/deutschland/pages/der_vdk/81684/stellungnahmen

Anlaufstelle für eine Unabhängige Patientenberatung in Nürnberg:

Das Zentrum für Gesundheitsförderung Nürnberg e.V. übernahm vom Förderverein Unabhängige Patientenberatung (FUP), die PatientInnenstelle Nürnberg und sicherte somit das Überleben einer PatientInnenstelle in unserer Stadt.

Der FUP war viele Jahre lang der Träger einer Regionalen Beratungsstelle Nürnberg der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland - UPD, wo Frau Strobel und Frau Dr. Ojewski als Beraterinnen bis Ende 2015 erfolgreich tätig waren. Ende 2015 musste dieses Angebot eingestellt werden, da es keine Fördermittel mehr für das Projekt der gemeinnützigen UPD-Gesellschafter VdK e.V., VuP e.V. und vzbv e.V. gab (siehe dazu auch die Informationen auf der Internetseite www.v-up.de des Verbundes unabhängige Patientenberatung VuP e.V.). Der Förderverein Unabhängige Patientenberatung (FUP) geriet in Not und stand ab 2016 in der Auflösungsphase.

Seit 2016 wird die nun nach § 65b SGB V geförderte Patientenberatung durch den privaten Dienstleister Sanvartis GmbH vor allem als Call-Center betrieben. Dieser Anbieter der jetzigen UPD stand mehrmals wegen Veruntreuung der Fördersummen in Kritik.

Das Zentrum für Gesundheitsförderung Nürnberg e.V. führt die PatientInnenstelle Nürnberg seit 2017 ehrenamtlich fort und engagiert sich all die Jahre politisch für eine wirklich unabhängige und neutrale Patientenberatung nach 2023.

Frau Strobel und Frau Dr. Ojewski beantworten gerne jeden Freitag von 11:00 bis 14:00 Uhr alle Anfragen von Ratsuchenden telefonisch unter 0911-89 37 51 68.

Eine persönliche Sprechstunde findet jeden Donnerstag von 14:00 bis 16:00 Uhr im Haus der Heimat e.V. (Imbuschstr. 1 in 90473 Nürnberg Langwasser) statt.

NEU: Ab Januar 2023 bieten wir in Kooperation mit der Stiftung Sozialidee eine weitere Sprechstunde in der Südstadt an. Sie finden uns dann einmal im Monat freitags, von 11:00 bis 13:00 Uhr, in der Peter-Henlein-Straße 10 in 90443 Nürnberg.

Stiftung Sozialidee

Unabhängig davon können Sie Ihr Anliegen auch gerne per E-Mail an die Beraterinnen der PatientInnenberatungsstelle Nürnberg unter gesundheitszentrum-nbg@web.de richten.
Alle unsere Beratungen sind vertraulich und kostenlos.

Die nächste Mitgliederversammlung findet am Samstag, den 10.12.2022 von 11.00 bis 12.30 Uhr im Haus der Heimat, Imbuschstraße 1 in Langwasser statt. Es erfolgt eine herzliche Einladung an all unsere Mitglieder!

Jetzt erschienen: Neu-Auflage 2022 Patientenrechte & Ärztepflichten

Die Broschüre *Patientenrechte – Ärztepflichten wurde komplett überarbeitet und aktualisiert. Ein wesentlicher Anspruch dabei war u.a. sie noch verständlicher zu schreiben und zu gestalten.

Patient*innen müssen Ihre Rechte kennen, um sie durchsetzen zu können.
• Habe ich ein Recht auf Einsicht in meine Krankenakte?
• Worüber muss ich aufgeklärt werden? Gibt es ein Recht auf eine zweite Arztmeinung?
• Was kann ich tun, wenn bei der Behandlung etwas schiefgelaufen ist?
• Gibt es besondere Rechte für Menschen mit einer psychischen Erkrankung?

Diese und weitere Fragen greift die Broschüre laienverständlich auf und enthält wertvolle Praxistipps.

Obwohl seit nunmehr über 9 Jahren das Patientenrechte-Gesetz in Kraft ist, gibt es noch immer viele Probleme bei der Umsetzung im Patient*innenalltag. Gut informiert zu sein, ermöglicht Patient*innen eine aktivere Rolle im Arzt_Patient*in -Verhältnis und verhindert auch so manches Problem.

Die Broschüre kann ab sofort im Gesundheitsladen München unter mail@bagp.de oder Tel. 089 - 77 25 65 für vier Euro bezogen werden.

Sie ist kostenfrei herunterladbar und/oder lesbar über folgende Website:
https://www.gl-m.de/dex.php?id=65

Quelle: https://www.gl-m.de/index.php?id=3

Adressen und Beratungsangebote für alle Fälle

Beratungsstelle für Integration und Migration - BIM AWO	Gartenstraße 9	0911 27 41 40 27
Beratungszentrum für seelische Gesundheit der arbewe	Pfründnerstraße 24	0911 45060131
Fachstelle für pflegende Angehörige AWO	Karl-Bröger-Str. 9	0911 450 60 131
Krisendienst Mittelfranken	Hessestraße 10	0911 424 85 50
Psychosoziale Krebsberatung	Marientorgraben 13	0911 49 533
Selbsthilfekontaktstellen KISS Mittelfranken e.V.	Am Plärrer 15	0911 234 94 49
SinN-Stiftung: Evangelische Seelsorge	Georgstraße 10	0911 239 91 930

Aus gegebenem Anlass - Wichtige Informationen auf einen Blick

Hotline für ehrenamtliche Hilfsangebote, Ältere und Hilfesuchende
Telefon: 0911 231-2344
E-Mail: engagiert@stadt.nuernberg.de
Montag bis Freitag von 10–16 Uhr

Bei Pflege-Fragen
Pflegestützpunkt Nürnberg
Telefon: 0911 5398953
E-Mail: info@pflegestuetzpunkt.nuernberg.de
Montag, Dienstag, Donnerstag 8.30–15.30 Uhr
Mittwoch 8.30–18 Uhr
Freitag 8.30–12.30 Uhr

Mehr zum Zentrum für Gesundheitsförderung e.V.:

Das Zentrum für Gesundheitsförderung Nürnberg e.V. ist ein seit 2017 eingetragener Verein. Wir unterstützen durch unsere Arbeit das öffentliche Gesundheitswesen, die öffentliche Gesundheitspflege sowie die Volksbildung. Wir richten uns insbesondere, aber nicht ausschließlich, an Menschen in schwierigen Lebenslagen. Wir stärken Selbstverantwortung, Gesundheitskompetenz und Entscheidungsfähigkeit einzelner. Wir bieten Hilfe zur Selbsthilfe. Unser Angebot richtet sich an alle Bevölkerungsgruppen, unabhängig von ethnischer Herkunft, religiöser und nicht religiöser Orientierung, sexueller Identität, Weltanschauung und sozialer Herkunft.

Und zu guter Letzt

Vielleicht kennen auch Sie in Ihrem persönlichen Umfeld Menschen, die sich gerne für eine unabhängige Patientenberatung einsetzen. Wir würden uns freuen, noch mehr Förderer und ehrenamtlich Engagierte zu finden, um gemeinsam unsere Vereinsbasis sowie Angebote zu verstärken.

Wenn Sie keinen Newsletter mehr erhalten möchten, benutzen Sie bitte die Antwort-Funktion Ihres E-Mail-Programmes. Wir werden Ihre Adresse in unserem Verteiler identifizieren und löschen.

Wir danken Ihnen für Ihre Unterstützung, Ihre Mitwirkung, Ihre Ideen und Ihr Interesse an unserer Vereinsarbeit in 2022! Gemeinsam haben wir viel geschafft.

Auch für das Jahr 2023 haben wir uns viel vorgenommen – die Neugestaltung der UPD wird weitere Konturen annehmen und wir werden uns weiterhin für eine unabhängige PatientenInnenberatungsstelle in Nürnberg einsetzen. Wir freuen uns, wenn Sie uns auch hierbei wieder tatkräftig unterstützen werden.

„Große Ziele erreicht man, indem man viele kleine Schritte geht!“

Nun wünschen wir aber erstmal eine geruhsame, besinnliche Vorweihnachtszeit, schöne Feiertage im Rahmen Ihrer Lieben und einen gelingenden Start in ein hoffentlich friedvolles Jahr 2023!

Freundliche Grüße

Oxana Strobel Daniela Dienstbach Ali Vasihov

„Nichts heilt besser als Mutter Natur!“

Kräuterführung im Hainberg Gebersdorf mit Kräuterpädagogin Elisabeth Wurzer

Bericht: Natalya Adah

Der Naturschutzgebiet Hainberg liegt im Südwesten Nürnbergs und ist für seine zahlreich erhaltenen Pflanzen- und Tierarten bekannt. Genau aus dem Grund fand hier im Juli 2022 für Mitglieder des Zentrums für die Gesundheitsförderung Nürnberg e.V. eine Kräuterführung statt.

Ist man mit der Kräuterpädagogin Elisabeth Wurzer unterwegs, bekommt man das Gefühl, dass diese zierliche Frau dich wie eine Zauberin in die Welt von Kräutergeistern einweiht. Sie kennt nicht nur jede einheimische Pflanze nach dem Aussehen, sondern auch deren Eigenschaften, Heilkräfte und Wirkungen auf die Gesundheit des Menschen. Natürlich weiß sie auch, wie man sie richtig verarbeitet, damit man selbst eine Heiltinktur oder einfach ein Wildkräutergericht herstellen kann.

Die Heilkraft der Pflanzen war bereits unseren Vorfahren in der Steinzeit bekannt. So wurden z.B. bei der bekannten Gletschermumie „Ötzi“ Birkenporlinge gefunden, die er anscheinend wegen ihren antibakteriellen Wirkung mit sich trug. Auch im antiken Griechenland wurden therapeutische Eigenschaften von Kräutern analysiert. Der griechische Arzt Pedanios Dioskurides hat bereits im 1. Jahrhundert in seinem Werk „De materia medica“ die medizinische Wirksamkeit und Anwendungsgebiete von mehr als 800 Heilpflanzen beschrieben.

Besonders interessant für uns Laien sind eher die Heilkräuter, die in unserer Umgebung in Wiesen und Wäldern wachsen und für die meisten Stadtbewohner leicht zu finden sind. Elisabeth Wurzer hat uns einige davon bei der Kräuterführung vorgestellt und wir möchten hier gerne ihre Information auch weitergeben.

Gewöhnlicher Beifuß

Die Pflanze wird von Juli bis Oktober gesammelt. Es werden die oberen Spitzen ohne Stiele abgeschnitten und ca. 3-5 Tage getrocknet. Danach wird ¾ einer Glasflasche mit der kleingeschnittenen Pflanze gefüllt und mit z.B. Wodka oder einem guten Öl bis zur Oberkante übergossen. Diese Mischung wird für ca. 6 Wochen stehengelassen, danach die Pflanzenreste ab gesiebt. 15 Tropfen der Tinktur können nun mit Wasser verdünnt und gegen Magen- oder Lungenbeschwerden eingenommen werden. Auch bei Frauenbeschwerden bringt der Beifußtee Erleichterung. Bei Venenbeschwerden oder müden Beinen wird das Beifußöl in die Beine eingerieben. Der Beifuß ist auch gegen Parasiten im Darm wirksam. Beim Kochen passt der Beifuß als Gewürzkraut zu den fetten Gerichten, wie z.B. Braten jeder Art gut. *(Bild: Adah)*

Gewöhnliche Eselsdistel

Die Eselsdistel wird zu Beginn der Blüte gesammelt, benutzt werden die Blüten mit den

Stielen. Die Pflanzenteile können an einem lichtgeschützten Raum zunächst für einige Tage getrocknet werden. Am besten bereitet man eine Essigtinktur aus den getrockneten Blüten: 3/4 der Flasche wird mit der Pflanze gefüllt und mit dem Essig bis zur Oberkante übergossen. Nach 6 Wochen Stehzeit werden wieder die restlichen Pflanzenteile ab gesiebt. Die Tinktur kann man nun verdünnt mit Wasser oder auch als Vinaigrette im Salat verwenden. Die Eselsdistel reinigt die Leber, unterstützt die Nierenfunktion sowie hilft bei Herzrhythmusstörungen. Verschiedene Studien weisen auf die Anti-Tumor-Wirkung der Eselsdistel hin. *(Bild Adah)*

Weißdorn

In der Naturheilkunde werden Beeren, Blüten und Blätter des Weißdornes verwendet. Die Blüten werden im Mai und Juni gesammelt, die Früchte im August und September. Die Beeren sind reich an Vitamin C und Magnesium. Die Pflanze stärkt das Herz, wirkt gut gegen hohen Blutdruck, hat eine allgemein beruhigende Wirkung und hilft so auch gegen Schlafstörungen. Die Blüten und Blätter können frisch und getrocknet als Tee verwendet werden. 1 EL Blüten und Blätter werden dabei mit 250 ml kochendem Wasser übergossen und 5-10 Minuten abgedeckt stehengelassen. Man kann auch den Tee aus getrockneten Weißdornbeeren vorbereiten. In einer Thermoskanne 1 EL Beeren mit 250 ml heißem Wasser übergießen und über Nacht ziehen lassen. *(Bild: pixabay)*

Weitere Informationen über die Wildkräuterführungen von Elisabeth Wurzer finden Sie unter www.unkrautliesl.de.

Heilkräuter der Natur

Ein Gedicht von Johann Forster (Quelle: www.gedichte-oase.de)

„Beim Nachbarn in der Trockenkammer
vergilbt, im Dachgeschoss, es ist ein Jammer
kaum lesbar, fand ich eine Kräuterfibel
mit dem Namen "Kräuterbibel".

Wundersam und Hexen ähnlich
fand ich Kräuternamen ungewöhnlich,
müssen dort seit Jahrhunderten stehn
hört mal zu, jetzt ganz angenehm:

Brennnesseln und Ehrenpreis
werden als Tee getrunken immer heiß,
aus Pestwurz und Hirtentäschel
macht man Essenz zum Füße waschen.

Den Frauenmantel liebt Marie,
Goldrutentee trinkt man bei Wehweh,
Männertreu braucht der brave Mann
Löwenzahn ersetzt den Zahnarzt dann.

Zinnkraut, Kapuzinerkresse, Käsepappel
gegen Entzündung wahre Wunderwaffen,
Knöterich, Liebstöckel, Bibernelle
sind als Heilpflanzen schnell zu Stelle.

Dem Johannis- und Tausendgüldenkraut,
die Oma zeitlebens hat vertraut,
das Labkraut wirkt auch auf der Haut,
Spitzwegerich ist für den kranken Mund
die Schafgarbe macht dich schnell gesund.

Die Kräuter können Heilung bringen,
du musst den Tee nur regelmäßig trinken,
ich selbst nehm von jedem einen Büschel täglich,
seitdem sind Schmerzen sehr erträglich.

Glaub an die Heilkraft nur,
vergiss die Chemie pur,
mach auch eine Kräuterkur.
Nichts heilt besser als Mutter Natur!“

Wir planen auch im Jahr 2023 eine weitere Kräuterführung mit Elisabeth Wurzer. Weitere Informationen folgen rechtzeitig. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme – es wird sich lohnen!

Herzlichen Dank an Natalya Adah für diesen schönen Erfahrungsbericht!