

1/2021

Seniorenbrief

des VBE-Bundesverbandes



Liebe Kolleginnen und Kollegen,

Schwerpunkt diese Ausgabe ist ein ausführlicher Bericht über das neue Internet-Angebot des Gesundheitsministeriums mit dem Titel: „gesund.bund.de“. Es bietet die Möglichkeit, sich über die eigene Krankheit objektiv zu informieren. Des Weiteren finden Sie drei Beiträge über das wichtige Thema Organspende und eine Information über die richtige Maske gegen Corona.

Außerdem gibt es wieder einen heiteren Beitrag in Sütterlin-Schrift. Lassen Sie sich überraschen.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Ihr

Max Schindlbeck
VBE-Bundesseniorensprecher

Bundessenorenvertretung

im Verband Bildung und Erziehung

Bundessprecher: Max Schindlbeck, Mozartstr.9, 86470 Thannhausen

1. Ein neuer Service des Gesundheitsministeriums

gesund.bund.de, verlässliche Informationen über Ihre Gesundheit

gesund.bund.de bietet objektive, verständliche und verlässliche Gesundheitsinformationen, damit Sie gute Entscheidungen für Ihre Gesundheit treffen können.

Die Ziele von gesund.bund.de sind insbesondere

- die Gesundheitskompetenz von Bürgerinnen und Bürgern zu fördern,
- die Selbstbestimmung von Patientinnen und Patienten zu stärken,
- die aktive Mitwirkung an der eigenen Behandlung und so auch den Behandlungserfolg zu unterstützen.

Qualitätsgesicherte, neutrale und verständliche Gesundheitsinformationen

Immer mehr Menschen informieren sich im Internet über Gesundheitsthemen. Doch viele der verfügbaren Gesundheitsinformationen sind unzuverlässig, lückenhaft, von bestimmten Interessen beeinflusst oder sogar falsch und irreführend.

Als unabhängiges Gesundheitsportal unterstützt gesund.bund.de Menschen dabei, die eigene Gesundheit zu verstehen und die vielen medizinischen Angebote zu Vorbeugung, Diagnostik und Behandlung richtig einordnen zu können. Hierfür bietet das Portal qualitätsgesicherte, unabhängige und allgemein verständliche Gesundheitsinformationen. Auch die Angebote der Gesundheitsversorgung und die Zusammenhänge im Gesundheitssystem werden klar und transparent vermittelt: mit vertiefenden und praktischen Informationen, etwa zu den Leistungen der Pflegeversicherung.

Zusammengefasst bietet gesund.bund.de ein breites Themenspektrum, das sich an generell Gesundheitsinteressierte genauso richtet wie an Patientinnen und Patienten, die verlässliche Informationen zu einer bestimmten Erkrankung suchen. Darüber hinaus wollen wir – der Herausgeber und die Betreiber des Portals – mit unseren Inhalten auch die Menschen in den Gesundheitsberufen, wie Ärztinnen und Ärzte oder Pflegefachkräfte, bei ihrer Beratung und Aufklärung unterstützen.

Auch gute Gesundheitsinformationen sind kein Ersatz für einen Arztbesuch

Mit den Gesundheitsinformationen bei gesund.bund.de stärken Sie Ihr Gesundheitswissen und Ihre Gesundheitskompetenz. Diese Informationen können und sollen einen Arztbesuch oder eine persönliche Beratung durch die Fachkräfte der Gesundheitsberufe jedoch nicht ersetzen.

Ob beispielsweise eine in einem Artikel beschriebene Behandlung tatsächlich sinnvoll ist, sollten Sie immer direkt mit einer Ärztin oder einem Arzt besprechen. Die Redaktion von gesund.bund.de bietet keine persönliche oder allgemeine Beratung zu Gesundheitsthemen an.

Bundesseniorenvertretung

im Verband Bildung und Erziehung

Bundessprecher: Max Schindlbeck, Mozartstr.9, 86470 Thannhausen

Sollten Sie aufgrund von konkreten Beschwerden eine medizinische Beratung benötigen, wenden Sie sich bitte an Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt oder wählen Sie die Nummer 116117. In medizinischen Notfällen rufen Sie bitte die Notrufnummer 112 an.

Wichtig zu wissen: Zu bestimmten Gesundheitsthemen und Erkrankungen werden auf gesund.bund.de anerkannte Möglichkeiten der Beratung genannt. Diese Links und Telefonnummern verweisen jedoch immer auf externe Beratungsstellen und sind keine eigene Beratungsleistung von gesund.bund.de. Die Verweise auf externe Beratungsstellen erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Neben den genannten Ansprechpartnern kann es daher immer auch weitere qualifizierte Informationsquellen und Ansprechpartner zum jeweiligen Themengebiet geben.

Die Inhalte bei gesund.bund.de: gut strukturiert – gut informiert

gesund.bund.de bietet zum Start des Portals ausgewählte Inhalte aus den folgenden Themenbereichen:

- Krankheiten (mit Symptomen, Ursachen, Therapiemöglichkeiten und weiteren Informationen)
- Gesund leben (zum Beispiel Ernährungsthemen)
- Pflege (zum Beispiel Informationen zu Pflegeleistungen)
- Gesundheit Digital (zum Beispiel Informationen zur Videosprechstunde)
- Eine Auswahl an wichtigen Service-Themen (zum Beispiel Informationen zu Patientenrechten)

Der Zugang zu allen Informationen ist über das Navigationsmenü und das Suchfenster auf der Startseite möglich.

Die Themenseiten (zum Beispiel „Pflegeleistungen“ im Navigationspunkt „Pflege“) stellen die einzelnen Artikel eines Bereichs und deren Inhalte in Kurzform vor. Die Artikel selbst bieten leicht verständliche Informationen – ergänzt durch grafische Darstellungen und themenbezogene Videos. Im Hauptbereich der Startseite finden Sie neben praktischen Suchdiensten, wie der „ICD-Code-Suche“ und der „Arzt- und Krankenhaussuche“, auch ausgewählte Themen und Artikel.

gesund.bund.de wird stetig erweitert, damit das Gesundheitsportal zu einer zentralen Anlaufstelle für verlässliche Gesundheitsinformationen heranwächst. Dafür wird die Themenbasis fortlaufend um neue Bereiche und Inhalte ergänzt. Alle Inhalte sind für Sie kostenfrei verfügbar. An vielen Stellen verweist gesund.bund.de zudem auf vertiefende Informationen, die auf den Webseiten ausgewählter Partner (siehe Abschnitt unten) zur Verfügung stehen.

Erstellung der Inhalte: Die Arbeit der Portalredaktion

Das Gesundheitsportal gesund.bund.de ist auf Initiative des Bundesministeriums für Gesundheit entstanden, das auch als Herausgeber fungiert. Das Portal verfolgt keinerlei kommerzielle oder politische Interessen. Die Redaktion von gesund.bund.de ist nicht Bestandteil des Bundesministeriums für Gesundheit. Sie besteht aus Redakteurinnen und Redakteuren mit medizinischem und gesundheitswissenschaftlichem Hintergrund und aus Redakteuren mit Erfahrung bei der

Bundesseniorenvertretung

im Verband Bildung und Erziehung

Bundessprecher: Max Schindlbeck, Mozartstr.9, 86470 Thannhausen

Erstellung von anschaulich gestalteten Medien und gut verständlichen Inhalten. Die Zusammenarbeit mit verschiedenen wissenschaftlichen Einrichtungen und die Prüfung durch Expertinnen und Experten sind ein wichtiger Bestandteil der redaktionellen Arbeit und Qualitätssicherung.

Die Redaktion von gesund.bund.de ist verpflichtet, wissenschaftlich fundierte, neutrale und allgemein verständliche Gesundheitsinformationen für Bürgerinnen und Bürger anzubieten. Um diesem hohen Qualitätsanspruch umfassend gerecht zu werden, arbeitet sie eng mit ausgewählten wissenschaftlichen Einrichtungen (Partnern) zusammen.

Hier erfahren Sie mehr über die Partner von gesund.bund.de:

- Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)
- Krebsinformationsdienst des Deutschen Krebsforschungszentrums (DKFZ)
- Robert Koch-Institut (RKI)

Finanzierung von gesund.bund.de

gesund.bund.de ist eine Initiative des Bundesministeriums für Gesundheit. Der technische Betrieb, sämtliche redaktionelle Arbeiten und weitere Dienstleistungen werden ausschließlich aus Mitteln des Bundesministeriums für Gesundheit finanziert. Das Portal ist werbefrei.

Kontinuierlich neue Inhalte

gesund.bund.de bietet Ihnen wissenschaftlich gesicherte und allgemein verständliche Gesundheitsinformationen. Zum Start des Portals erhalten Sie Informationen zu Erkrankungen, zu Therapiemöglichkeiten und zu weiteren ausgesuchten Gesundheitsthemen. Die Inhalte bei gesund.bund.de werden fortlaufend erweitert, um das Portal für Sie zu einer zentralen Anlaufstelle für verlässliche Gesundheitsinformationen zu machen.

Aus dem Internetauftritt des Bundesgesundheitsministeriums, Januar 2021

2. Altersgrenze für Organspender

Es gibt keine feste Altersgrenze für eine Organ- und Gewebespende. Ob gespendete Organe und Gewebe für eine Transplantation geeignet sind, kann erst im Fall einer tatsächlichen Spende medizinisch geprüft werden. Spenderorgane, die diese Prüfung nicht bestehen, werden nicht übertragen. Wichtig ist dabei nicht das kalendarische Alter des Spenders, sondern das „biologische Alter“, d. h. der Zustand der Organe und Gewebe. Generell gilt: Je jünger die verstorbene Person ist, desto besser eignen sich die Organe in der Regel zur Transplantation. Doch auch die funktionstüchtige Niere einer über 70-jährigen verstorbenen Person kann einem Dialyse- und Wartelistenpatienten wieder ein fast normales Leben ermöglichen.

1999 wurde von der Vermittlungsstelle Eurotransplant (ET) das European Senior Program (ESP) eingeführt. Dieses europäische Seniorenprogramm ist ein von ET entwickeltes Sonderprogramm, das potenziellen Wartelisten-Empfängern ab dem 65. Lebensjahr die Chance bietet,

Bundesseniorenvertretung

im Verband Bildung und Erziehung

Bundessprecher: Max Schindlbeck, Mozartstr.9, 86470 Thannhausen

durch die Vermittlung eines Organs eines Spenders, der ebenfalls 65 Jahre oder älter ist, die Wartezeit auf eine notwendige Transplantation zu verkürzen. Dieses Programm ist in Europa erfolgreich und auch Transplantationszentren in Deutschland, wie z. B. Erlangen oder Münster, beteiligen sich daran.

Aus dem Internetauftritt des Bundesgesundheitsministeriums, Januar 2021

3. Organspende ohne Ausweis

Eine Einwilligung ist unabdingbare Voraussetzung für die Organspende. Vorrangig wird nach dem Vorliegen einer schriftlichen Erklärung des Patienten zur Organspende, beispielsweise in einem Organspendeausweis oder einer Patientenverfügung, geschaut. Hat der Patient nicht selber eine Entscheidung für oder gegen eine Organspende (§ 3 TPG) getroffen, so sind die nächsten Angehörigen angehalten, im Sinne des Verstorbenen zu entscheiden. Die nächsten Angehörigen sind gemäß § 1a Nr. 5 TPG die Ehegatten oder eingetragenen Lebenspartner, volljährige Kinder, Eltern, Geschwister oder Großeltern. Maßgebend ist für die Angehörigen der (mutmaßliche) Wille des Verstorbenen, nicht ihre persönliche Auffassung zur Organspende. Erst wenn dieser mutmaßliche Wille des Verstorbenen nicht ermittelbar ist, entscheiden die Angehörigen nach ihren eigenen Vorstellungen.

Um die Angehörigen vor dieser schwierigen Entscheidung in einer emotional sehr belastenden Situation zu bewahren, sollte jeder Mensch sich zu Lebzeiten mit dem Thema Organspende auseinandersetzen und eine persönliche Entscheidung treffen. Diese sollte am besten in einem Organspendeausweis und/oder einer Patientenverfügung festgehalten und auch den Angehörigen mitgeteilt werden.

Aus dem Internetauftritt des Bundesgesundheitsministeriums, Januar 2021

4. Gilt der deutsche Organspendeausweis auch im Ausland?

Seit der letzten großen Bundestagsdebatte über das Thema Organspende haben erfreulicherweise viele Bürger einen entsprechenden Ausweis ausgefüllt und damit ihre Bereitschaft zur Organspende dokumentiert. Aber gilt er dann auch bei Urlaubsreisen im Ausland?

Grundsätzlich gilt immer die gesetzliche Regelung des jeweiligen Aufenthaltslandes. So ist beispielsweise in unserem Nachbarland Österreich jeder Organspender, mit Ausnahme der Personen, die ausdrücklich in schriftlicher Form einer Spende widersprochen haben. Im Todesfall werden aber in der Regel die Angehörigen nach dem mutmaßlichen Willen der verstorbenen Person befragt. Es ist vor allem hilfreich, einen ausgefüllten Organspendeausweis (am besten auch in der Sprache des Aufenthaltslandes) bei sich zu tragen und die Entscheidung zur Organ- und Gewebespende bereits zu Lebzeiten den nahestehenden Menschen mitzuteilen.

Bundesseniorenvertretung

im Verband Bildung und Erziehung

Bundessprecher: Max Schindlbeck, Mozartstr.9, 86470 Thannhausen

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) bietet ein Informationsblatt zum Organspendeausweis in allen EU-Amtssprachen sowie in russischer und arabischer Sprache zum Ausdrucken an.

Max Schindlbeck, 01.01.2021

5. Richtige Masken gegen Corona

Forscher der Universität Durham/USA haben im Oktober 2020 untersucht, wie gut Alltagsmasken Aerosol-Tröpfchen zurückhalten. Die dicht sitzenden **FFP2-Masken** (= **F**iltering **F**ace **P**iece) ohne Ventil (KN 95 aus China, N 95 aus USA) dienen am besten dem Fremd- und Eigenschutz (0 % Durchlässigkeit). Laut Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin stellt eine „dicht sitzende FFP2-Maske einen geeigneten Schutz vor infektiösen Aerosolen, einschließlich Viren dar“. Die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung empfiehlt, die Tragezeit der FFP2-Masken ohne Ausatemventil max. 75 Minuten durchgehend zu tragen und danach mindestens 30 Minuten zu lüften. Beim Kauf ist auf das CE-Zeichen bzw. die europäische Norm EN 149 zu achten.

Die **FFP2-Masken mit Ventil** waren dagegen mit 18 % Durchlässigkeit nicht so gut geeignet. Diese Masken mit Ausatemventil filtern laut Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte nicht die ausgeatmete Luft, so dass sie keinen Fremdschutz bieten.

Die häufig verwendeten **Einmal-OP-Masken** landeten auf dem 2. Platz (3 % Durchlässigkeit). Diese medizinischen Gesichtsmasken aus zwei Schichten mit eingebettetem Filtervlies schützen vor allem das Gegenüber vor infektiösen Tröpfchen. Laut Stiftung Warentest können diese Masken den Träger selbst nur begrenzt vor Ansteckung bewahren, weil auch belastete Luft an den Rändern vorbei angesaugt werden kann.

An dritter Stelle lagen 3-lagige Baumwolle/Polypropylen/**Baumwolle-Masken** (5 % Durchlässigkeit), 2-lagige haben bereits 8 % Durchlässigkeit. Unterschiedliche Baumwollmasken kamen auf 18 % (3-lagig), 23 % (2-lagig) und 30 % Durchlässigkeit (1-lagig).

Gestrickte Masken ließen 35 % durch. Einfache **Halstücher** (60 % Durchlässigkeit) und einlagige **Schlauchschilds** (100 % Durchlässigkeit) sind als Maskenersatz überhaupt nicht geeignet!

Face-Shield-Visiere aus Plexiglas schützen laut RKI nur vor größeren Tröpfchen. Die Aerosole gelangen hingegen ungehindert an den Seiten des Visiers vorbei.

Es ist wichtig, dass die Maske gut anliegt, damit die Aerosole nicht ungefiltert an der Seite ausströmen können. Gleichzeitig muss auch immer die Nase bedeckt sein. Brillenträger sollten eine Maske mit einem Nasenbügel aus Draht benutzen. Trotz Maske sind die Augen nicht vor einer Virus-Infektion geschützt.

Sie sollten die Masken nicht ewig benutzen; denn beim Tragen werden sie feucht und bieten somit Bakterien ein ideales Milieu zum Wachstum. Es wird geraten, nach etwa zwei Stunden die Masken zu wechseln. Corona-Viren vermehren sich übrigens nicht in feuchten Masken.

Seite 6 von 8

Bundesseniorenvertretung

im Verband Bildung und Erziehung

Bundessprecher: Max Schindlbeck, Mozartstr.9, 86470 Thannhausen

Bei den Untersuchungen wurde auch festgestellt, dass wir an der frischen Luft nur dann Masken brauchen, sobald der Abstand von 1,5 Metern nicht eingehalten werden kann.

Bitte weisen Sie Ihre Mitmenschen immer darauf hin, diese Masken-Grundregeln zu beachten, um auch Ihre Gesundheit nicht zu gefährden. Das richtige Tragen der Maske ist die bisher wirksamste Methode, sich vor dem Corona-Virus zu schützen (außer Sie bleiben zu Hause). Wenn jeder den Mund-Nasen-Schutz richtig trägt, sind wir laut RKI alle geschützt!

Arthur Schriml, Januar 2021

Alle Beiträge wurden nach bestem Wissen und Gewissen erstellt. Dennoch kann eine juristische Gewähr für die Richtigkeit dieser Angaben nicht übernommen werden. Eine Haftung in diesem Zusammenhang ist ausgeschlossen.

Bundesseniorenvertretung

im Verband Bildung und Erziehung

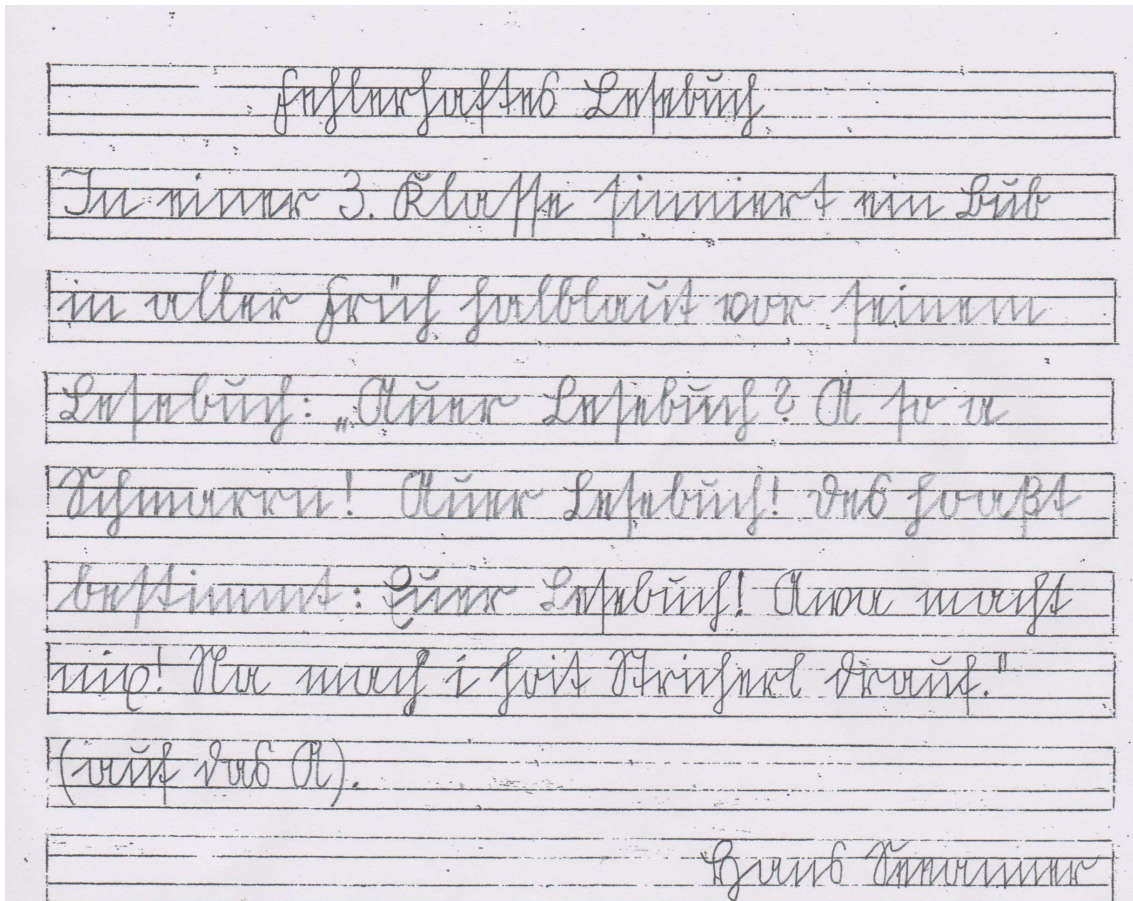
Bundessprecher: Max Schindlbeck, Mozartstr.9, 86470 Thannhausen

6. Heitere und nachdenkliche Lehrer geschichten aus früheren Zeiten, geschrieben in altdeutscher Schrift:**Fehlerhaftes Lesebuch**

In einer 3. Klasse sinniert ein Bub in aller Früh halblaut vor seinem Lesebuch:

„Auer Lesebuch? A so a Schmarrn! Auer Lesebuch! Des hoasst bestimmt: Euer Lesebuch! Awa macht nix! Na mach i hoit Stricherl drauf“ (auf das A).

Hans Seeanner



Vielleicht hatten Sie während Ihrer Schulzeit auch ein nettes Erlebnis, das Sie aufschreiben und uns schicken können. Ich würde mich sehr über Ihre Lehrer geschichte freuen. Bitte schicken Sie Ihren Beitrag in normaler Druckschrift (am besten als Word-Datei) an:

Max Schindlbeck, Mozartstraße 9, 86470 Thannhausen,

Tel: 08281 5655, Fax: 08281 5676, E-Mail: m.schindlbeck@vbe.de