

Auch Trauern braucht Mut

Leben mit dem Tod eines Kindes. Geschwister brauche guten Begleitung.

BREGENZ Beim Tod eines Kindes seien Geschwister oft doppelte Leidtragende, stellte Trauerbegleiter Norbert Nitsche zum Auftakt seines Vortrags in der Reihe „Wertvolle Kinder“ des Vorarlberger Kinderdorfs fest. „Sie verlieren nicht nur ihren Bruder oder ihre Schwester, sondern auch ihre Eltern, die in der eigenen Trauer gefangen sind. Geschwister sind in dieser Zeit häufig vergessen“, so der Autor. Dies könne das Grundvertrauen ins Leben erschüttern und die Biografie nachhaltig prägen. Als vierfacher Vater, dessen kleine Tochter vor 34 Jahren an plötzlichem Kindstod starb, weiß Norbert Nitsche auch aus eigener Erfahrung, dass „Trauerarbeit Schwerarbeit ist“.

Verlust als Realität akzeptieren

Gleich zu Beginn räumte er mit einem Irrtum auf: „Es ist Quatsch, dass die Zeit alle Wunden heilt.“ Manche Wunden würden nie verheilen, man müsse lernen, mit ihnen zu leben. Verabschieden könne man sich überdies getrost von der Annahme, dass Trauern in Phasen verläuft. „Trauern ist ein höchst individueller Prozess. Man spricht heute von Traueraufgaben, die es zu bewältigen gilt.“ Zu diesen zählt,



Eltern, die um ein Kind trauern, dürfen bei aller Tragik nicht auf ihre anderen Kinder vergessen.

VOKI

den Verlust als Realität zu begreifen und den Trauerschmerz zu akzeptieren. Wieder am Alltag teilzuhaben, statt sich abzukapseln, sei eine weitere Aufgabe, der man sich stellen müsse. Ebenso wie den Toten einen neuen Platz zuzuweisen. „Das verstorbene Kind steht oft zu arg im Vordergrund“, betonte Nitsche.

Den Verlust zu akzeptieren und darüber zu reden, erfordere viel Mut. „Es braucht mehr Betroffene, die darüber reden und dadurch ermutigen.“


Wenn ein Kind aufgrund einer Krankheit verstirbt, könnten Eltern besser mit dessen Tod umgehen. „Schwieriger ist dies nach einem

Unfall oder plötzlichem Kindstod.“ Verheerend könnten sich Bewertungen von Außenstehenden auswirken, wie „Warum hast du nicht besser aufgepasst“. Hilfreich hingegen seien Selbsthilfegruppen, Gespräche mit anderen Betroffenen und Therapien. Vor allem aber helfe es, sich mit seinen anderen Kindern

auseinanderzusetzen. „Die Kinder brauchen in dieser schweren Zeit Eltern, die für sie da sind.“

Vertrauen festigen

„Werden Kinder mit ihrer Trauer alleingelassen, führe das zu Vereinsamung und Verunsicherung. Alarmsignale seien schulische Leistungseinbrüche, Schlafprobleme, Einnässen, Wutanfälle, Kopf- und Bauchschmerzen. Nitsche plädierte dafür, möglichst viele Dinge selbst in die Hand zu nehmen. „Die Trauerfeier organisieren zum Beispiel und die Kinder miteinbeziehen, denn sie sind für Trauer nicht zu klein.“ Die aktuellen Geschehnisse in der Ukraine sieht Nitsche als „Chance, das Thema in der Schule aufzugreifen, neue Zugänge zu finden und uns damit wachsen zu lassen“, denn: „Wir müssen alle mit Abschieden leben lernen. Trotz allem Schweren dürfen wir nicht aus den Augen verlieren, dass für Kinder Mut, Freude und Lachen im Vordergrund stehen sollten, um ihr Vertrauen in die Welt zu festigen.“

 Vortrag „Schritte in die Welt - Wie traumatisierte Kinder und Jugendliche (wieder) gehen lernen“ am 15. Juni, Info: a.pfanner@voki.at, Tel. 05574/4992-5563

Wenn Medikamente krank machen statt heilen

Arzneimittelunverträglichkeiten erfordern aufwendige Testungen.

FELDKIRCH Arzneimittel können, exakt dosiert und konzentriert, beim Gesundwerden unterstützen, Schmerzen lindern und Leben retten. Doch nicht jeder verträgt jedes Medikament. Eine Arzneimittelunverträglichkeit macht sich in unterschiedlichen Formen bemerkbar, etwa als Allergie. Diese geht mit einer Reihe von typischen Symptomen vor allem auf der Haut einher. Den endgültigen Nachweis gegen einen Wirkstoff liefert eine aufwendige Testung im Spital.

Mehr als 1000 solcher Testungen allein auf Medikamentenallergien werden von der Fachabteilung Dermatologie und Venerologie am Landeskrankenhaus Feldkirch pro Jahr durchgeführt. Rund 5500 Betroffene werden jährlich mit dem Verdacht auf eine Arzneimittelallergie zur Abklärung nach Feldkirch überwiesen. Die Abteilung feiert heuer das 20-jährige Jubiläum.



Es gibt viele verschiedene Medikamente, aber nicht jeder Mensch verträgt jeden Wirkstoff gleich gut. Ein Test kann klärend wirken.

ISTOCK

Die Reaktionen bei einer Arzneimittelallergie sind von Mensch zu Mensch verschieden stark ausgeprägt. „Prinzipiell kann jeder Mensch zu jeder Zeit eine Allergie auf einen Wirkstoff entwickeln“, erklärt Abteilungsleiter Primar Robert Strohal. Die Medikamentenallergie zeigt sich zumeist in diversen Hautausschlägen und -veränderungen. Diese Form der Allergie ist

deshalb ein Teil der Dermatologie. Die Teams arbeiten häufig mit Notfallmedizinerinnen zusammen, denn auch Ausschläge auf der Haut können ein bedrohliches Ausmaß annehmen: Gefährlich wird es laut Primar Strohal, wenn der Ausschlag große Teile der Haut betrifft. Weitere Hinweise auf eine Medikamentenallergie sind ein schneller Puls, Schwindel, Bewusstlosigkeit,

ein Anschwellen der Handflächen und Fußsohlen, der Lippen und des Gesichts sowie – und da wird es wiederum lebensgefährlich – ein Anschwellen der Zunge, was zu akuter Atemnot führen kann: „Auch in diesen Fällen müssen sich die Betroffenen unbedingt ärztliche Hilfe holen.“

Meldung an Behörde

„Häufig kommen Medikamentenallergien gegenüber bestimmten Antibiotika, z.B. Penicilline, Schmerz- und Rheumamitteln, Röntgenkontrastmitteln und heparinartigen Arzneimitteln vor“, erklärt der Leiter der Spitalsapotheke, Günther Graninger. Auch Arzneimittel für Antikörpertherapien im onkologischen Bereich können Abwehrreaktionen hervorrufen. „Ärzte und Apotheker sind gesetzlich dazu verpflichtet, im Rahmen der Arzneimitteltherapie auftretende allergische Reaktionen behördlich zu melden. Die Behörde kann bei einer Häufung derartiger Meldungen dann veranlassen, dass die Fachinformation des jeweiligen Arzneimittels angepasst wird.“

ÖGK zahlt bei Eingriff an der Schilddrüse

WIEN, FELDKIRCH Schilddrüsenknoten sind ein häufiger Befund. Die meisten Schilddrüsenknoten sind jedoch harmlos und können ohne Behandlung beobachtet werden. Bei bösartigen Knoten ist eine OP unvermeidbar. Wenn gutartige Schilddrüsenknoten wachsen und Beschwerden wie Druckgefühl, Heiserkeit, Rausperzwang oder aber kosmetische Beschwerden verursachen, müssen diese behandelt werden. Der Status des Knotens wird mittels einer sogenannten Feinnadelpunktion erhoben. Ist der Knoten gutartig, kommt eine sogenannte Radiofrequenzablation (RFA) in Frage. Bislang mussten die Patienten zu 100 Prozent für diesen Eingriff selbst aufkommen. Nunmehr wird etwa die Hälfte der Kosten einer RFA von der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK) erstattet. Den versicherten Personen werden 1377 Euro, in etwa 50 Prozent der in Österreich üblichen Kosten, von der ÖGK erstattet. Das gilt derzeit für vier Zentren, darunter ist auch die Abteilung von Primar Alexander Becherer am Landeskrankenhaus Feldkirch.

Gesundheits-Check in der Apotheke



Messen bringt Gewissheit.

Foto: Österreichische Apothekerkammer

Neben der Beratung bieten Apothekerinnen und Apotheker auch Gesundheits-Checks an. Vor allem Blutdruck, Blutzucker, Cholesterin, Gewicht und Bauchumfang werden oft gemessen.

Warum ist es so wichtig, seine Gesundheitswerte regelmäßig überprüfen zu lassen? Das lässt sich anhand des Bluthochdrucks sehr gut erklären: Viele Menschen haben einen zu hohen Blutdruck und wissen das nicht. Er ist nämlich lange Zeit nicht zu spüren. Unbehandelt erhöht er allerdings das Risiko für einen Herzinfarkt, einen Schlaganfall oder eine Nierenschädigung enorm. Um dauerhaften Organschäden vorzubeugen, ist es sinnvoll, den Blutdruck regelmäßig zu messen – zum Beispiel in der Apotheke.

Risikofaktoren erkennen

Das Messen von Gesundheitswerten zählt zu den Gesundheitsdienstleistungen in der Apotheke und ist eine Kompetenz, die sich Apothekerinnen und Apotheker vor langer Zeit angeeignet haben. Diese Messungen geben einen ersten und wichtigen Anhaltspunkt sowie eine erste Einschätzung zu Ihren Risikofaktoren – und zwar rasch und unkompliziert. Überzeugen Sie sich selbst!

ANZEIGE

i Daten & Fakten

Das Messen von Gesundheitswerten zählt zu den Kompetenzen von Apothekerinnen und Apothekern.

Leben retten mit Geschichten von Lebensrettern

HARD Ihre Nichte erkrankt an Leukämie, also startet Herlinde mit ihren Freundinnen Dagmar und Melitta eine Suchaktion nach einem Lebensretter. Was so beginnt, ist heute die erfolgreichste Stammzellspenderdatei Österreichs. Der Alltag des gemeinnützigen Vereins „Geben für Leben – Leukämiehilfe Österreich“ zeigt, wie die Krankheit der einen zum Heil der anderen werden kann. Wie der Zusammenhalt der Bevölkerung zu großer Hoffnung und unendlicher Dankbarkeit führt. Im Buch von Andreas Wassner werden 33 berührende Geschichten vorgestellt, die einen tiefen Einblick in die emotionale Achterbahnfahrten gewähren, denen das engagierte Team jeden Tag gegenüber steht. Oder wie sie es ausdrücken würden: „Wir haben den



Andreas Wassner hat eindrückliche Geschichten niedergeschrieben. VERLAG

schönsten Job der Welt!“ Das Buch ist im Verlag edition v erschienen und kostet 14,95 Euro. Von jedem verkauften Exemplar gehen 2,50 Euro direkt an „Geben für Leben“.

Deine Apotheke kann mehr!

