

## Sicherheit beginnt zu Hause!

### Stürze verhindern – Sicherheit für Ihre Liebsten!

Liebe pflegende Angehörige,  
Stürze sind eine der häufigsten und gefährlichsten Herausforderungen, denen ältere und pflegebedürftige Menschen begegnen. Sie können nicht nur körperliche Verletzungen, sondern auch psychische Belastungen und soziale Isolation mit sich bringen. Als pflegende Angehörige liegt es in Ihrer Hand, das Zuhause Ihrer Liebsten sicherer zu gestalten und so Stürze zu verhindern. In diesem Newsletter erfahren Sie, wie Sie durch einfache Maßnahmen und gezielte Beratung das Sturzrisiko erheblich senken können. Lassen Sie uns gemeinsam daran arbeiten, die Sicherheit und Lebensqualität Ihrer Angehörigen zu verbessern.

Ihre  
DGKP Barbara Willesberger  
Die PflegeNahVersorgerin

Stürze sind ein ernstes Problem, insbesondere für ältere Menschen und pflegebedürftige Angehörige. Sturzprävention ist daher ein zentrales Thema, das nicht nur die Lebensqualität Ihrer Liebsten verbessern, sondern auch Ihre Sorge und Belastung verringern kann. Hier sind die wesentlichen Aspekte der Sturzprävention und wie meine Beratungsleistungen Ihnen helfen können, Stürze zu verhindern.

#### Problemstellung

Mit zunehmendem Alter verändert sich der Körper und seine Funktionen. Hier einige Hauptprobleme:

- Veränderungen im Körper: Schwächere Muskeln, nachlassender Gleichgewichtssinn, abnehmende Sehkraft und Kreislaufprobleme.
- Konzentration und Aufmerksamkeit: Verringert, was das Sturzrisiko erhöht.
- Poröse Knochen: Osteoporose führt zu porösen Knochen und erhöhtem Risiko für komplizierte Brüche.
- Langsamere Regeneration: Verletzungen heilen langsamer und sind weniger widerstandsfähig.

#### Folgen von Stürzen

Die Auswirkungen von Stürzen können physisch und psychisch sein:

- Physische Folgen: Prellungen, Wunden, Verstauchungen und komplizierte Brüche wie Oberschenkelhalsbrüche.
- Psychische Folgen: Vertrauensverlust in die eigene Mobilität, Angst vor erneutem Sturz und soziale Isolation.

#### Maßnahmen zur Sturzprophylaxe

- Wohnraumanpassungen: Entfernen von Hindernissen, Nutzung von rutschfesten Materialien und gute Beleuchtung.
- Übungen zur Stärkung von Muskeln und Gleichgewicht: Regelmäßige Bewegung und gezielte Übungen.
- Mobilitätshilfen: Gehhilfen, Rollatoren oder Stützgriffe.

#### Wie ich, die PflegeNahVersorgerin, Ihnen helfen kann

Ich biete umfassende Beratungen an, um Ihnen dabei zu helfen, das Sturzrisiko in Ihrem Zuhause zu minimieren. Meine Beratungsleistungen umfassen:

- Individuelle Risikoanalyse: Identifikation der spezifischen Sturzrisiken Ihrer Angehörigen.
- Maßgeschneiderte Empfehlungen: Praktische Tipps und Anpassungen, die direkt in Ihrem Zuhause umgesetzt werden können.
- Schulung und Unterstützung: Anleitung zu Übungen, die die Muskeln und das Gleichgewicht Ihrer Liebsten stärken.
- Hilfe bei der Auswahl und Nutzung von Mobilitätshilfen: Beratung zu den besten Hilfsmitteln und deren korrekter Anwendung.

Durch meine Beratung können Sie sicherstellen, dass Ihre Angehörigen ein sicheres und komfortables Zuhause haben, das Stürze verhindert und ihre Lebensqualität verbessert.

Verhindern Sie Stürze und sorgen Sie für die Sicherheit Ihrer Angehörigen! Buchen Sie noch heute eine Beratung bei mir, der PflegeNahVersorgerin, und erfahren Sie, wie Sie Ihr Zuhause sturzsicher gestalten können.

Mit herzlichen Grüßen,

Barbara Willesberger  
Die PflegeNahVersorgerin



### Pflegereform – ja, aber! Kennen Sie schon alle Möglichkeiten, die Sie dadurch haben?

Die Pflegereform bietet schon einige Änderungen die für pflegende Angehörige und deren zu pflegende Schützlinge nicht unwesentlich sind. Vor allem in finanzieller Hinsicht. Angehörigenbonus und erweitertes Pflegekarengeld sind hier nur zwei Beispiele die zu erwähnen werden.

#### Nutzen Sie die Vorteile der Pflegereform!

Eine Pflegeberatung bei mir hilft Ihnen, alle Möglichkeiten dieser Reform optimal zu nutzen. Besonders die finanziellen Vorteile können Ihren Pflegealltag erheblich erleichtern.



### Qualität durch Digitalisierung! Was den Profi vom Amateur unterscheidet.

Eine wirklich professionelle Pflegeberatung und ein professioneller Dienstleister setzen auf ein zuverlässiges System zur Pflegedokumentation. In meinem Fall ist dies die fortschrittliche Software "Carenamics".

Als engagierte Pflegefachkraft nutze ich "Carenamics" zur Pflegedokumentation, um meinen hohen Qualitätsanspruch in der Betreuung meiner Klienten täglich umzusetzen. Diese innovative Plattform ermöglicht es mir, effizienter zu arbeiten, indem sie Routineaufgaben automatisiert und mir somit mehr Zeit für die persönliche Betreuung meiner Klienten lässt.

Durch den Einsatz von "Carenamics" sichere ich eine präzise und transparente Dokumentation, was nicht nur die Pflegequalität verbessert, sondern auch das Vertrauen meiner Klienten stärkt. Dieses Tool ist ein wesentlicher Bestandteil meiner Arbeit und unterstreicht mein Engagement für exzellente Pflegeleistungen.



### Barbara's Empfehlung: Check, Check, Check!

#### Strukturierte Pflege für mehr Lebensqualität!

Liebe Leserinnen und Leser,  
Qualität, Struktur und Entlastung sind die Schlüssel zu einem erfolgreichen Pflegealltag. Eine durchdachte Organisation hilft, den Alltag stressfreier und effektiver zu gestalten. Eine meiner besten Empfehlungen dafür ist die Nutzung von Checklisten. Sie sorgen dafür, dass nichts vergessen wird und alle wichtigen Aufgaben systematisch abgearbeitet werden können. Checklisten bieten nicht nur einen klaren Überblick über die täglichen Pflichten, sondern helfen auch, Prioritäten zu setzen und sicherzustellen, dass alle notwendigen Maßnahmen zur Pflege und Betreuung getroffen werden. Sie sind besonders hilfreich, um regelmäßige Aufgaben wie Medikamentengabe, Arztbesuche und physiotherapeutische Übungen zu planen und nachzuverfolgen.

Individuell angepasste Checklisten können zudem spezifische Bedürfnisse und Routinen berücksichtigen, wodurch die Pflege an die individuellen Erfordernisse der zu pflegenden Person angepasst werden kann. Dies trägt erheblich dazu bei, die Pflegequalität zu steigern und gleichzeitig die Belastung für die pflegenden Angehörigen zu reduzieren. Durch die Verwendung von Checklisten wird nicht nur die Pflegearbeit erleichtert, sondern auch die Sicherheit und das Wohlbefinden der Pflegebedürftigen erhöht.

Ihre

DGKP Barbara Willesberger  
Die PflegeNahVersorgerin

[zum Kontaktformular](#)

ps: Helfen Sie mit, Wissen zu verteilen! Wenn Sie andere pflegende Angehörige kennen, die von meinen Dienstleistungen und Informationen profitieren könnten, leiten Sie diesen Newsletter bitte weiter. Ihre Empfehlung könnte jemandem die dringend benötigte Unterstützung bieten. Schauen Sie auch auf meiner neuen, verbesserten Webseite vorbei und entdecken Sie weitere hilfreiche Ressourcen.