



rotkreuz

Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief September 2023



UNSERE THEMEN

- Letzte Tage voller Leben
- Leitungspositionen neu besetzt
- Ein Dank für Helferinnen und Helfer mit Ehrennadeln
- Einweihung Erweiterungsbau der DRK Akademie SH in Kiel
- Keine Entwarnung im Herbst: Zecken weiter aktiv

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

ein entscheidender Teil unserer DRK-Arbeit ist die Vorbereitung. Wir versuchen, auf so viele Situationen wie möglich so gut wie möglich vorbereitet zu sein. Die passende Ausstattung, immer auf dem neuesten Stand, die richtige Ausbildung, immer wieder aufgefrischt – weil wir darauf so großen Wert legen und mit Ihrer Hilfe viel dafür investieren, können wir auf den Punkt einsatzbereit und ein verlässlicher Partner sein.

Ein Bereich, auf den sich vorzubereiten, vielen noch immer sehr schwerfällt, ist das Lebensende. Sterben, Tod, Abschied nehmen – Gedanken daran werden gerne verdrängt. In den Hospizen des DRK und bei den ambulanten Hospizdiensten stehen sie im Mittelpunkt. Wer mit Verantwortlichen spricht, erfährt viel über Trauerarbeit, aber vor allem über das Leben. Darum möchte ich Ihnen die nächste Seite auch so ans Herz legen. Die Botschaft ist schön, und sie stimmt zuversichtlich –

gerade jetzt, wo mit dem Herbst wieder die ruhigere und trübere Jahreszeit beginnt. Bleiben Sie lebendig, so wie unser Verband.



Herzliche Grüße Ihr

Frank Millack
Vorsitzender des Präsidiums

Das wertvollste Geschenk ist Zeit

Mit seiner vielfältigen Hospizarbeit begleitet das DRK schwerstkranke und sterbende Menschen in ihrer letzten Lebensphase. Die Idee dahinter ist noch immer erklärungsbedürftig, denn das Sterben ist für viele weiter ein Tabuthema. Dabei geht es vor allem um das Leben – und einen würdevollen Abschied.

„Unser Haus ist ein fröhlicher Ort – voller Leben. Ein guter Ort, an dem man gerne ist.“ Wenn Oberin Doreen Fuhr das sagt, sind viele erst einmal erschrocken, zumindest erstaunt. Der Ort, den die Vorstandsvorsitzende der DRK-Schwesternschaft Berlin so beschreibt, ist das DRK Kliniken Berlin Hospiz Köpenick. In einem modernen, mit viel Holz gestalteten Flachbau in einem Park werden hier Menschen in ihrer letzten Lebensphase begleitet. Menschen mit schweren, unheilbaren Erkrankungen, deren Lebenszeit in Tagen gemessen wird. Abschiednehmen, Trauer, Schmerz und Sterben sind hier Alltag – und doch sind da die vielen bunten, fröhlichen Momente, die Doreen Fuhr meint. Es wird viel gesungen, gebacken und gekocht, regelmäßig finden Lesungen und Konzerte statt. „Wir haben mit unseren Gästen auch schon Hochzeiten gefeiert“, sagt Fuhr.

Das Sterben in das Leben einzubinden, das ist dem speziell ausgebildeten Team in Köpenick wichtig. Das Haus hat 16 Zimmer, alle mit Zugang zum Park. Angehörige sind jederzeit willkommen, auch über Nacht. Es gibt Räume der Begegnung sowie einen Raum der Stille. Die Gäste, die im Durchschnitt 30 Tage im Haus sind, sollen hier selbstbestimmt, würdevoll und möglichst schmerzfrei gehen können und am Ende noch eine schöne Lebenszeit haben. Gleichzeitig kümmert sich das Team, zu dem auch Sozialarbeitende und Seelsorgende gehören, um die An- und Zugehörigen, fängt sie auf, fördert den Austausch, hört zu.

Viele bleiben dem Hospiz als Ehrenamtliche erhalten. „Für sie ist das Haus ein Erinnerungsort, den sie mit einem Lächeln betreten“, sagt Oberin Fuhr. Jeder Gast bleibe unvergessen, auch dank der Erinnerungsbücher. Sie liegen im Haus aus, werden immer wieder durchgeblättert. Jeder, der geht, ist auf einer Seite verewigt, ganz individuell mit einem Gedicht, einem Foto oder einer Zeichnung des Enkelkindes. „Das ist hochemotional“, sagt Fuhr.

Wie die DRK-Schwesternschaft in Berlin betreiben auch DRK-Kreisverbände in ganz Deutschland Hospize. Der Kreisverband Mecklenburgische Seenplatte etwa das Luisendomizil in Neustrelitz und den Müritzpark in Waren oder der Kreisverband Hamburg-Harburg das Hospiz für den Hamburger Süden. Neben diesen stationären Angeboten sind vielerorts ambulante Palliativ-Teams und Hospizdienste im Einsatz. Ehrenamtliche, die dafür umfangreich ausgebildet werden, begleiten Menschen bis zuletzt in ihrer vertrauten häuslichen Umgebung oder in Pflegeeinrichtungen. Zudem erfüllen DRK-Teams vielerorts mit liebevoller Begleitung kostenlos Wünsche von Sterbenden. Die Kreisverbände Wesermarsch, Bremerhaven oder Böblingen zum Beispiel unterstützen ein Herzenswunsch-Hospizmobil, und der Kreisverband Gifhorn hat ein Wunschmomente-Team zusammengestellt.

Wie wertvoll solche „letzten Erlebnisse“ sein können, weiß Oberin Fuhr in Berlin ganz genau. Einem Gast etwa hat das Hospiz-Team noch den Besuch eines Fußballspiels des 1. FC Union Berlin ermöglicht. Und eine Künstlerin konnte ihre Bilder im Haus ausstellen. „Als sie nicht mehr da war, blieb ihre Kunst“, erinnert sich Fuhr, „ein Gänsehaut-Moment“.

Für besondere Augenblicke sorgen auch die „Froschkönige“ in Krefeld. Mehr als 75 Ehrenamtliche begleiten Familien, in denen ein Kind oder Jugendlicher an einer fortschreitenden und lebensverkürzenden Krankheit leidet. Das ambulante Angebot gehört zum stups KINDERZENTRUM der DRK-Schwesternschaft



© CameraCraft – stock.adobe.com

Geborgenheit und Sicherheit auch in der letzten Lebensphase

Krefeld. Genau wie ein stationäres und ambulantes Kinder- und Jugendhospiz, das zwölf Plätze für 0- bis 27-Jährige bietet. Anders als bei den Erwachsenen werden die Hospiz-Gäste und ihre Familien oft jahrelang begleitet. „Unsere Arbeit kann schon mit der Diagnose beginnen“, sagt Anja Claus, die das Zentrum mit dem lustigen Frosch-Logo leitet.

Gut 200 Gäste kommen jedes Jahr ins Haus, viele mehrmals, allein oder zusammen mit den Eltern. Bei einigen von ihnen geht es um die finale Begleitung, der überwiegende Teil kommt für sogenannte Entlastungsaufenthalte. Therapie, Spiele, Erlebnisse mit anderen Kindern – all das gehört zum Hospiz-Alltag. Hinzu kommt die Arbeit mit den Eltern und gesunden Geschwisterkindern – „Pflege“ für die gesamte Familie, Zeit zum Kraftschöpfen. Die Gäste sind schwerstkrank, sehr häufig geistig beeinträchtigt und „in jeglicher Hinsicht sehr eingeschränkt“, sagt Claus: „Es ist klar, dass sie kein hohes Lebensalter erreichen werden. Dieses Wissen tragen die Eltern immer mit sich.“

Die Hilfe und Entlastung in Anspruch zu nehmen, falle vielen schwer, sagt Claus, „weil ein Hospiz meist nur mit Tod und Sterben in Verbindung gebracht wird“. Dem stups-Team geht es jedoch darum, das Leben zu begleiten, die Familien so umfassend wie möglich zu unterstützen, zum Beispiel auch bei Anträgen und anderen administrativen Fragen und nicht zuletzt bei der Trauerarbeit.

Oft entsteht dabei ein tiefes Vertrauensverhältnis. „Auch wenn wir durch die professionelle Brille schauen, können wir mitweinen“, sagt Claus und betont: „Jedes Kind ist Teil unseres Hauses und nicht irgendwer – und niemand wird vergessen.“ Jeder Gast kann sich bei seinem ersten Hospiz-Besuch aus sieben unterschiedlich klingenden Glöckchen eines aussuchen. Das wird dann bei jedem folgenden Aufenthalt an die Zimmertür gehängt, erklärt Claus: „Und wenn jemand gegangen ist, klingt sein Glöckchen in unserem Garten der Erinnerung weiter.“

Wenn auch Sie diese wichtige Aufgabe unterstützen möchten, wenden Sie sich an Ihren Kreisverband vor Ort.

Wechsel in der Ambulanten Pflege Husum-Eiderstedt

Husum. Swetlana Weisflog war lange Jahre beim DRK, fing vor 17 Jahren als examinierte Pflegekraft an und war seit 2018 bis zum 30. Juni Pflegedienstleiterin der „Ambulanten Pflege Husum-Eiderstedt“. Seit dem 1. Juli hat Harald Wecker diesen Posten übernommen.

Er selbst ist seit 1. Mai 2021 Pflegedienstleiter in St. Peter-Ording und wird diese Aufgabe weiterhin kommissarisch fortsetzen. Harald Wecker kann auf viel Erfahrung zurückgreifen. 1985 begann der gebürtige Gütersloher eine Ausbildung zum examinierten Altenpfleger. Eine Weiterbildung zum Pflegedienstleiter schloss sich an. Von 1993 bis 2012 führte er als Selbstständiger einen ambulanten Pflegedienst in seiner Heimatstadt. Im Anschluss übernahm er elf Jahre lang die Leitung in einem ambulanten Intensiv-Pflegedienst. Aus familiären Gründen zog es ihn an die nordfriesische Küste. Das war für ihn die richtige Entscheidung, wie er betont. Sein Wohnort Ost-Bargum bietet genug Platz für die Familie mit vier Kindern, zwei Pferden, Hund, Katzen, Schafen und Hühnern. „Die Arbeit mit den Tieren erdet mich und ist ein schöner Ausgleich zum Beruf“, so der Neu-Nordfrieser.

Zum DRK kam er 2021 durch die Stellenausschreibung „Pflegedienstleitung



© DRK Nordfriesland/ Petra Blume

Harald Wecker bringt viel Erfahrung für seine neue Aufgabe in Husum mit

in St. Peter-Ording“. Die Vorgängerin ging in den wohlverdienten Ruhestand. Dort wie auch in Husum steht er einem Team von gut ausgebildeten und eingespielten Mitarbeitenden vor, die dafür sorgen, dass die Lebensqualität im Alter oder im Krankheitsfall bestehen bleibt und das in den eigenen vier Wänden. Die Aufgabe des 57-Jährigen ist hauptsächlich, die Planung für die Mitarbeitenden zu übernehmen und Patientenwünsche zu koordinieren. Ein wichtiges Anliegen ist für den neuen Leiter des Pflegedienstes, die gute Versorgung der

Patienten weiterhin sicherzustellen und auszuweiten. Ideen sind da bereits vorhanden und in der Planung. Er und alle anderen im Kreisverband danken Swetlana Weisflog für ihre gute Vor- und Zusammenarbeit und wünschen ihr für die Zukunft alles Gute.

**Der Ambulante Pflegedienst Husum-Eiderstedt ist in der Industriestraße 9 in Husum zu finden und über
Telefon: 04841/93134 und
E-Mail: hus@drk-nordfriesland.de zu erreichen.**

Neue Leitung im DRK Pflegeheim Sprackelbarg

Struckum. Wiebke Schuppe ist seit dem 1. Juni Einrichtungsleiterin des Pflegeheimes „Sprackelbarg“ in Struckum. Sie übernahm diese Position von der examinierten Fachkraft Bianca Jensen, die seit 2018 kommissarisch das Heim leitete. Nach 17 Jahren beim DRK wollte diese sich einer neuen Aufgabe zuwenden. Wiebke Schuppe kann auf viel Erfahrung zurückgreifen. 1995 begann die gebürtige Flensburgerin eine Ausbildung zur Ergotherapeutin. Eine Weiterbildung zur Qualitätsbeauftragten im Sozialmanagement sowie zur geprüften Personalkauffrau schlossen sich über die Jahre an. Seit 1998 ist sie überwiegend in Pflegeheimen tätig. Seit 2010 zunächst als kommissarische Einrichtungsleitung an verschiedenen Standorten eines privaten Trägers. Seit 2012 dann vollverantwortlich als Einrichtungsleitung in Flensburg. Der Lebensmittelpunkt von Wiebke Schuppe ist in der Nähe von Flensburg,

wo sie mit ihrer Familie lebt und die beiden schulpflichtigen Kinder in die Grundschule gehen. Zum DRK kam sie 2023 durch die Stellenausschreibung „Einrichtungsleitung im Pflegeheim Sprackelbarg in Struckum gesucht“. Die Aufgabe der 47-Jährigen ist hauptsächlich, gemeinsam mit den Kollegen die täglichen Aufgaben zu bewältigen und ein offenes Ohr für die Mitarbeitenden, die Bewohnerinnen und Bewohner zu haben.

Ein wichtiges Anliegen ist für die neue Leiterin der Einrichtung, die Lebensqualität der Bewohner sicherzustellen und vielleicht sogar zu verbessern. Nach der langen Zeit der Einschränkungen durch Corona konnte im „Sprackelbarg“ endlich wieder das erste große Fest - sehr zur Freude aller Mitmachenden - gefeiert werden.

Wiebke Schuppe und alle anderen im DRK Kreisverband Nordfriesland danken Bianca Jensen für ihre gute Vor- und Zusammenarbeit und wünschen ihr für die Zukunft alles Gute.



© DRK Nordfriesland/ Nadja Wansiedler

Wiebke Schuppe ist seit Juni Einrichtungsleiterin im Haus „Sprackelbarg“

**Das DRK-Pflegeheim Sprackelbarg ist in der Hauptstraße 31-35 in Struckum zu finden und über
Telefon: 04671/9270-200 und
E-Mail: hsb@drk-nordfriesland.de zu erreichen.**

Ein Dank für Helferinnen und Helfer mit Ehrennadeln

Mehr als 500 ehrenamtliche Helfer*innen wurden in den Holstenhallen durch den DRK-Landesverband Schleswig-Holstein für ihr Engagement und ihre Unterstützung in Krisenzeiten geehrt. DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt, Ministerpräsident Daniel Günther und Torsten Geerdts, Präsident des DRK-Landesverbandes überreichten Urkunden und Ehrennadeln.

Corona, Flutkatastrophe im Ahrtal, Erdbeben in der Türkei und Krieg in Syrien und der Ukraine: Die vergangenen Jahre haben gezeigt, wie wichtig das Rote Kreuz für die Gesellschaft ist. Das betonte Ministerpräsident Daniel Günther in seinen Grußworten an die etwa 600 Rotkreuzler*innen des Helfer*innenfestes in den Holstenhallen Neumünster am 06. Mai 2023. „Sie sind immer da, wenn Menschen Hilfe brauchen.“ Großes Engagement und enorme Hilfsbereitschaft zeichneten die Aktiven des Roten Kreuzes aus. „Dafür bin ich Ihnen allen sehr dankbar“, sagte Günther. Mehr als 500 ehrenamtliche Helferinnen und Helfer zeichnete Schleswig-Holsteins Ministerpräsident an diesem Abend als Dank für ihr Engagement insbesondere in Krisenzeiten mit einer Urkunde und einer Ehrennadel aus. Auch Gerda Hasselfeldt, Präsidentin des Deutschen Roten Kreuzes, sprach den Anwesenden ihren Dank aus: „Auf uns kann sich die Gesellschaft stets verlassen. Das zeichnet das Deutsche Rote Kreuz seit jeher aus.“ Außerdem hob sie die rechtliche Gleichstellung der Helfenden durch die schleswig-holsteinische Landespolitik hervor. „Das ist vorbildlich. Daran können sich andere Bundesländer und auch der Bund ein Beispiel nehmen“, so Hasselfeldt.

„Heute ist die Stunde des Dankes an Sie alle“, betonte auch Torsten Geerdts, Präsident des DRK-Landesverbandes. Mehr als 71.000 Rotkreuzler*innen engagierten sich tagtäglich für Menschen in Not. Vor allem aber in Krisen-Zeiten, das haben die vergangenen Jahre bewiesen, sei die größte



DRK-Präsidentin Gerda Hasselfeldt bedankte sich bei allen Helfer*innen für ihr Engagement

Hilfsorganisation der Welt an der Seite der Notleidenden, so Geerdts. Ein besonderer Dank gilt nach Worten von Geerdts zudem den Sponsoren des Roten Kreuzes in Schleswig-Holstein: darunter die Unternehmen Chefs Culinar, Gosch & Schlüter, Vater IT, Wetreu, Architekturbüro Rimpf, Opus Showtechnik, Sparkassen- und Giroverband für Schleswig-Holstein, Holstenhallen Neumünster GmbH, Firmengruppe Hugo Hamann, Magazin Lebensart und die Firma bewegtbild. „Ohne sie wäre vieles nicht möglich“, unterstrich Geerdts.

Neben den Ehrungen der Rotkreuzler*innen waren das Buffet, vor allem aber der Auftritt der Kieler Kult-Cover-

band Tiffany das unbestrittene Programm-Highlight des Abends. Mit Party-Hits sorgte die Combo für eine volle Tanzfläche und ausgelassene Stimmung bis in die Nacht hinein. Gäste des Helfer*innenfestes waren unter anderem Sozialministerin Amina-ta Touré (Grüne), SPD-Oppositionsführer Thomas Losse-Müller (SPD), CDU-Fraktionschef Tobias Koch und der sozialpolitische Sprecher der FDP-Fraktion und frühere Sozialminister Dr. Heiner Garg.

Impressionen vom DRK-Helfer*innenfest:
<https://www.drk-sh.de/startseite-lv/drk-helferinnenfest.html>



Einweihung des Erweiterungsbaus der DRK Akademie SH in Kiel

Endlich ist er fertig: Nach Monaten von Lärm, Staub und dem Balance-Akt, stets ausreichend Schulungsräume für die Auszubildenden vorzuhalten, hat die DRK Akademie SH in Kiel endlich ihren neuen Erweiterungsbau. Am 19. Juni wurde er feierlich eingeweiht.

„Über die Einweihung des Erweiterungsanbaus freuen wir uns alle sehr“, sagte Gesundheitsministerin Prof. Dr. Kerstin von der Decken, „gerade, weil die Pflegeschulen in Schleswig-Holstein zuletzt mit besonderen Herausforderungen zu kämpfen hatten.“ Die Auszubildenden in den Pflegeberufen benötigten die bestmöglichen Bedingungen, um als spätere Fachkräfte optimal auf ihre anspruchsvolle Aufgabe vorbereitet zu sein. Das Land Schleswig-Holstein förderte das Bauvorhaben der DRK Akademie SH mit insgesamt 2,34 Mio. Euro. Prof. Dr. Kerstin von der Decken: „Das ist die bislang höchste Summe, die das Land im Bereich der Investitionskosten in den Pflegeschulen bereitgestellt hat, die zum Kreis der ehemaligen Altenpflegeschulen gehören.“

Während der Unterricht bisher aus Platzmangel an verschiedenen Schulungsorten stattfand, können sich die insgesamt 240 Auszubildenden der DRK Akademie SH nun auf ein zentrales, modernes Gebäude in der Kirchenstraße freuen. Zwar ist das mit insgesamt 11 Kursen auch eine räumliche Herausforderung. Aber Schulleiterin Jane Koberstein entwarnt: „Da die Theorie- und Praxisanteile während der Ausbildung im Wechsel stattfinden, werden immer nur maximal sieben Kurse gleichzeitig, also 140 Personen, in der Schule präsent sein.“ Der Erweiterungsanbau verfügt nun über drei große Schulräume sowie ein sogenanntes SkillsLab – einem Zimmer, das wie ein echtes Patientenzimmer eingerichtet ist. Die Pflegepuppe im Bett ist aus einem kleinen Nebenraum steuerbar, kann dank neuester Technologie sprechen, stöhnen, zusammenzucken, schreien und mehr. Erhalten die Auszubildenden also die Aufgabe, den „Patienten“ im SkillsLab zu waschen, kann die Lehrkraft im Nebenraum die Puppe etwa einen Kreislaufkollaps „erleiden“ lassen. Dank



© DRK-LV SH

Gesundheitsministerin Prof. Dr. Kerstin von der Decken bedankte sich bei den Auszubildenden und den Lehrenden für ihr Durchhaltevermögen während der vergangenen Monate im Baustellenalltag.

verschiedener Kameras im Raum kann das Verhalten des/der Auszubildenden anschließend reflektiert werden. „Das führt unter Umständen nicht zu dem Ergebnis, das sich der Schüler wünscht“, so Koberstein, „aber das macht es so besonders: die sichere Lernumgebung mit nahezu realen Pflege- oder Notfallsituationen, die so im Praxisteil der Ausbildung vielleicht gar nicht vorkommen“.

Mit dem neuen Anbau „geht der DRK-Landesverband Schleswig-Holstein einen zukunftsweisenden Weg und investiert in die Qualität der Pflegeausbildung am Standort Kiel“, erklärte DRK-Landesverbandsvorstand Anette Langner.

Weitere Informationen: www.drk-akademie-sh.de

Impulse, Debatten, Gespräche

Am Mittwoch, 20. September, ist es wieder soweit. Der DRK-Landesverband Schleswig-Holstein lädt alle Interessierten zu einem Abend mit anregenden Gesprächen und spannenden Impulsen ein.



© zinkevich - stock.adobe.com

Der diesjährige Parlamentarische Abend nimmt das Thema „Fachkräftebedarf in Gesundheits- und Pflegeberufen“ in den Fokus. Zu den Gästen des Abends gehören unter anderem Gesundheitsministerin Prof. Dr. Kerstin von der Decken, Saskia Bermbach, Geschäftsleitung des DRK-Schul- und Therapiezentrums Ralsdorf, gewährt einen Einblick in die Integration ausländischer Pflegefachkräfte in einer Einrichtung der Pflege – beruflich ebenso wie sozial, in der Theorie und in der Praxis, heute und morgen. In der anschließenden Podiumsdiskussion widmen sich die Anwesenden den Fragestellungen „Wie kann es uns gelingen, Menschen aus dem Ausland für den Pflegeberuf zu generieren?“ oder auch „Was sind die Gelingensfaktoren, um Deutschland zu einem attraktiven Zuwanderungsland zu machen?“

Termin: Mittwoch, 20. September 2023, 18:30 Uhr.
Wo: Landeshaus, Schleswig-Holstein-Saal,
Düsternbrooker Weg 70, 24105 Kiel



Schlechte Bedingungen für Zecken: helle Kleidung, Hose eingesteckt

Keine Entwarnung im Herbst: Zecken weiter aktiv

Zecken sind im Frühling besonders verbreitet. Was viele nicht wissen: Auch im Herbst lauern die Blutsauger auf einen Wirt.

Während heißer und trockener Sommer nimmt die Aktivität der Zecken deutlich ab und steigt erneut im Herbst, wenn es etwas kühler und feuchter ist. Die kleinen Parasiten können gefährliche Krankheiten übertragen, zum Beispiel die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) und die Borreliose. FSME kann zu einer akuten Entzündung des Gehirns, der Hirnhäute und des Rückenmarks führen. „In sehr seltenen akuten Fällen kann die Erkrankung sogar tödlich enden“, warnt DRK-Bundesarzt Prof. Bernd Böttiger. FSME werde häufig unterschätzt. „Eine Impfung schützt vor der Krankheit“, sagt Prof. Böttiger, der auch Klinikdirektor an der Uni-Klinik Köln ist.

Die Übertragung von Borreliose ist allerdings noch häufiger. Gegen Borreliose gibt es keine vorbeugende Impfung. Wird sie rechtzeitig diagnostiziert, kann sie aber mit Antibiotika behandelt werden. Zu den Symptomen zählen Hautrötungen, Kopf-, Muskel- und Gliederschmerzen sowie Müdigkeit. „Was einen Zeckenstich so tückisch macht, ist, dass die Symptome in manchen Fällen erst einige Tage bis Wochen später auftreten“, sagt Prof. Böttiger.

Die Blutsauger warten im Gebüsch, im hohen Gras und Unterholz auf einen passenden Wirt. Wer im Herbst gerne durch Wald und Wiesen wandert oder abseits größerer Wege nach Pilzen

sucht, ist besonders gefährdet, einen unerwünschten Gast mit nach Hause zu nehmen.

Naturliebhabende sollten es den Parasiten so schwer wie möglich machen: „Lange Hosen und Ärmel bieten bei Wanderungen über Wiesen sowie durch Gebüsch und Unterholz einen guten Schutz“, sagt Prof. Böttiger. Dabei sollten die Hosen in die Socken gesteckt werden. Auf heller Kleidung sind die dunkelbraunen Tiere besser zu erkennen. „Zeckenschutzspray hilft zwar, bietet aber keine hundertprozentige Sicherheit. Nach Spaziergängen im Wald oder auf Wiesen sollte man unbedingt den Körper nach Zecken absuchen. Insbesondere im Bereich der Achselhöhlen und Leistenbeugen.“

Die Suche nach Zecken sollte direkt nach dem Aufenthalt im Freien geschehen, denn für die Übertragung von Borreliose ist Zeit ein entscheidender Faktor: Die Erreger befinden sich im Darm der Parasiten. Bis sie von dort in die Blutbahn des Wirts gelangen, dauert es in der Regel etwa 12 Stunden.

Sollte sich nach dem Herbstspaziergang einmal eine Zecke festgesetzt haben, empfiehlt der DRK-Bundesarzt, das Tier mit einer Zeckenzange oder -karte zu entfernen. Beides gibt es in Apotheken zu kaufen. Anschließend sollte die Stichstelle über mehrere Wochen beobachtet werden. Gelingt die Entfernung nicht vollständig, treten Entzündungszeichen auf oder bildet sich ein kreisrunder Hautausschlag um die Einstichstelle, sollten Betroffene direkt eine Ärztin oder einen Arzt aufsuchen.

Zecken entfernen

Mit Zeckenzange:

- Die Zecke so nah an der Haut wie möglich fassen und vorsichtig nach hinten aus der Haut ziehen
- Nicht die Zecke zerquetschen oder drehen, das führt gegebenenfalls dazu, dass die Sekrete ausgeschieden werden, in denen sich die Krankheitserreger befinden

Mit Zeckenkarte:

- Die Zeckenkarte flach auf der Haut auflegen und mit dem Karteneinschnitt in Richtung Zecke schieben und vorsichtig unter die Zecke schieben
- Karte weiterschieben, dabei leicht anheben und so die Zecke herausziehen

Unabhängig vom gewählten Werkzeug sollte die Einstichstelle zum Schluss mit einem Pflaster bedeckt werden.



Impressum

DRK-KV Nordfriesland e.V.

Redaktion:

Gesa Weinrich
Nadja Wansiedler
Petra Blume

Vi.S.d.P.:

Torben Walluks

Herausgeber:

DRK-KV Nordfriesland e.V.
Industriestr. 9
25813 Husum
04841 9668 0
<https://www.drk-nordfriesland.de>
info@drk-nordfriesland.de

Auflage:

online