

NEWSLETTER

3/2022

Themenübersicht

Aktuelles aus der regionalen AG Pflege

SEITE 1

Smart City

SEITE 2

Endometriose

SEITE 3

Gesundheitsberichterstattung

SEITE 4-5

Rezeptvorschlag: Gefüllte Zucchini

SEITE 6

Veranstaltungshinweise

SEITE 7

Aktuelles aus der regionalen AG Pflege

Am **22.06.2022** fand im Schulungsraum des Senioren-domizils Riepenblick der zweite Workshop der regionalen AG Pflege statt. Wie bereits im vorherigen Workshop zu erkennen, soll der Schwerpunkt der AG-Tätigkeiten zunächst auf dem Thema Ausbildung liegen.

Zentrale Fragestellungen für die konkrete Planung und Umsetzung von Maßnahmen sind: **"Wie gewinnen wir Auszubildende und wie halten wir diese (während und auch nach der Ausbildung) im Pflegeberuf?"**



Die bereits in der Vergangenheit geplanten Tätigkeiten zum Projekt "Care 4 Hameln-Pyrmont" bieten einen Ansatz, der weiter ausgearbeitet werden muss. Die Gruppe war sich einig, dass solch ein Projekt nicht erst in der 8.-10. Klasse -der **Berufsfindungsphase von Schüler*innen**- gestartet werden sollte. Auch **Kinder im Kindergarten- bzw. Grundschulalter** sollen frühzeitig für das Thema "Pflege" sensibilisiert und begeistert werden. Die Umsetzung von altersspezifischen und praxisorientierten Projekten mit Unterstützung durch Auszubildende der pflegerischen bzw. pädagogischen Berufe stehen auf der Agenda der AG. Entsprechende Maßnahmen werden derzeit in der aktiven Arbeitsphase der AG entwickelt und geplant. Die Umsetzung ist für 2023 angedacht.

Um die Ausbildung attraktiv zu gestalten und die zukünftigen Pflegekräfte an die Region zu binden, bedarf es zusätzlicher Anreize durch die Einrichtungen und den Landkreis. Beispielhaft wurden **E-Bike-Leasing** oder bezahlte **ÖPNV-Tickets für die Ausbildungszeit** genannt. Auch der **flächendeckende Aufbau und Erhalt einer digitalen Infrastruktur inklusive der Bereitstellung von Hard/- Software in den Schulen** können einen Mehrwert bieten und die Rahmenbedingungen der generalistischen Pflegeausbildung optimieren. Die Zuständigkeit für die Digitalisierung in Schulen des Landkreises Hameln-Pyrmont obliegt der vom Landkreis gegründeten HaPy-IT. Um weitere Projekte zu initiieren und umzusetzen, eignen sich zudem die Projektförderungen durch die Gesundheitsregionen Niedersachsen und das Programm Digitalisierung im Gesundheitswesen vom Niedersächsischen Ministerium für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung. Entsprechende Projektideen inklusive Maßnahmenplan werden in der Kleingruppe derzeit erarbeitet.

Aktiv beteiligte Institutionen:

BZ Pflegeberufe Weserbergland, Elisabeth Selbert-Schule Hameln, AGAPLESION EV. Gesundheitsakademie Weserbergland, AGAPLESION EV. Bathildiskrankenhaus Bad Pyrmont, Senioren-domizil Riepenblick, Altenpflegeheim St. Monika Hameln, AWO Gesundheitsdienste Betreuung gGmbH Bad Münder, Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft im Weserbergland, Senioren- und Pflegestützpunkt des Landkreises Hameln-Pyrmont.



Ansprechpartnerinnen:

Frau Busam / Frau Peschke

Telefon

05151/ 903-5115 oder 05151/903-3398

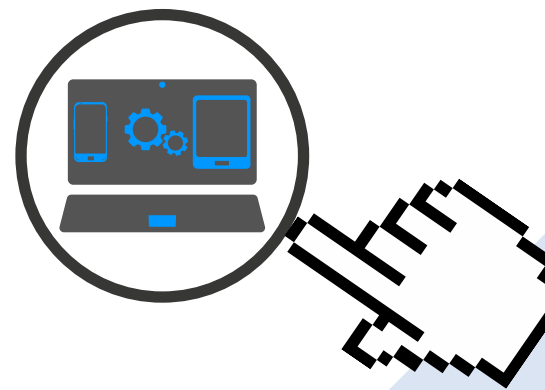
E-Mail:

a.busam@hameln-pyrmont.de /
s.peschke@hameln-pyrmont.de

Smart City

„**Einfach - Digital - Leben**“ unter diesem Motto wird sich der Landkreis Hameln-Pyrmont in den nächsten Jahren gemeinsam mit seinen Bürgerinnen und Bürgern auf den Weg zu einer „Smart City“ machen. Durch die Nutzung digitaler Möglichkeiten wollen wir gemeinsam mit den acht Kommunen des Landkreises und seinen Bürger:innen den Landkreis **lebenswerter, klimafreundlicher, wettbewerbsfähiger und zukunftssicherer** gestalten.

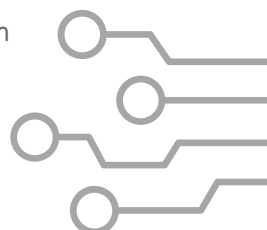
Durch die Förderung des Bundesministeriums für Wohnen, Stadtentwicklung und Bauwesen sowie die Unterstützung der KfW stehen dem Landkreis 17,5 Millionen Euro Fördermittel zur Verfügung, die für weitreichende Projekte zur Gestaltung der digitalen Transformation und eine umfangreiche Bürgerbeteiligung eingesetzt werden können.



So könnte zum Beispiel die **medizinische Versorgung** im Landkreis durch Tele-Medizin, Tele-Pharmazie oder durch eine Ersthelfer-App verbessert werden. Daneben könnte auch die Unterstützung der **Versorgung durch Hebammen** und die digitale Begleitung und **Vernetzung** von werdenden Müttern und Vätern in den Blick genommen werden. Aber auch die **medizinische und pflegerische Versorgung** von Seniorinnen und Senioren kann mit digitalen Mitteln verbessert werden. Sei es durch Sensorik, welche den Gesundheitszustand erfasst, oder Sturzsensorik, welche Notfälle meldet und so das Leben im eigenen Zuhause länger als bisher ermöglicht. Bei der **digitalen Unterstützung von Pflegekräften** könnten ebenfalls digitale Hilfsmittel genutzt werden, um den Pflegekräften die Arbeit zu erleichtern und die Versorgung zu verbessern. Es lassen sich viele Schnittstellen zwischen digitalen Hilfsmitteln und bspw. der Gesundheitsregion herstellen. Weitere Ideen sind jederzeit herzlich willkommen.

Weitere Ansätze lassen sich unter den drei „Zukunftsthemen“ **INNOVATIONS-RAUM, LEBENS-RAUM und LAND-RAUM** zusammenfassen. Diese werden in diesem Jahr unter Partizipation aller Bürgerinnen und Bürger sowie weiterer Beteiligter inhaltlich ausgebaut und schließlich in eine digitale Strategie für den Landkreis überführt.

Daraus werden konkrete Projekte, die sogenannten „Smart-City-Ansätze“ abgeleitet und bis 2026 in Form von Modellprojekten umgesetzt.



Ansprechpartner:

Herr Dr. Fritz

Telefon

05151 / 903 - 1024

E-Mail:

m.fritz@hameln-pyrmont.de

ENDOMETRIOSE

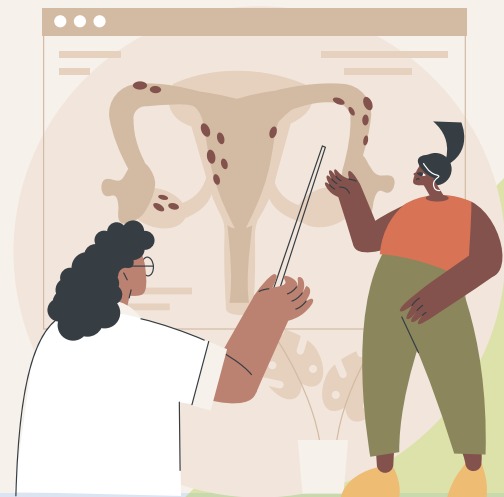
Das "Chamäleon der Gynäkologie"

Unregelmäßige und starke Monatsblutungen, heftige Schmerzen und ein hoher Leidensdruck das sind nur einige von **vielfältigen Symptomen** der "Endometriose". Sie ist eine weit verbreitete Krankheit, von der zwischen **8 und 15 Prozent** aller Frauen zwischen Pubertät und Wechseljahren betroffen sind. Leider ist die Erkrankung bisher nicht heilbar und ihre Ursache ungeklärt. Es treten Zysten und Entzündungen an beispielsweise den Eierstöcken, dem Darm oder dem Bauchfell auf. Sie werden "**Endometrioseherde**" genannt. Selten siedeln sich diese Herde auch außerhalb des Bauchraums, wie z.B. in der Lunge an. Das Gewebe der Endometrioseherde ähnelt dem der Gebärmutter Schleimhaut. Sie können deshalb mit dem hormonellen Zyklus **wachsen und bluten**.

Dies führt sehr häufig zu starken Schmerzen, welche zyklusabhängig aber auch -unabhängig auftreten können.

Symptome einer Endometriose können sein:

- **Bauch-/Rückenschmerzen** vor und während der Menstruation, die auch in die **Beine ausstrahlen**
- **starke und unregelmäßige Monatsblutung**
- **Schmerzen** während/nach dem Geschlechtsverkehr
- **zyklische Blutungen** aus Blase oder Darm
- **Müdigkeit** und **Erschöpfung**



Beim Verdacht auf eine Endometriose ist ein **ausführliches Anamnesegespräch** mit dem Gynäkologen oder der Gynäkologin wichtig. Mithilfe eines "**Schmerztagebuchs**" können Betroffene die Zeiten und Orte der Beschwerden dokumentieren. Das hilft auch dabei zu beobachten, ob es einen Zusammenhang zwischen den auftretenden Beschwerden und dem Zyklusverlauf gibt. Zusätzlich kann eine **Tastuntersuchung** und ein **Ultraschall** durchgeführt werden. Je nach Symptomatik gibt es weitere notwendige Untersuchungen, wie eine Darmspiegelung oder eine Computertomographie (CT).

Um den passenden Behandlungsansatz zu finden ist es wichtig, alle Symptome und Lebensvorstellung mit dem behandelnden Gynäkologen/der behandelnden Gynäkologin zu besprechen! Manchmal kann auch ein **interdisziplinären Ansatz** aus Schmerztherapie, Psychologie und ganzheitlicher Medizin sinnvoll sein.

Weitere Informationen zum Thema, Beratung und Vermittlung zu Selbsthilfegruppengibt es bei der **Endometriose-Vereinigung Deutschland e.V.** oder unter **www.endometriose-vereinigung.de**.

Autorin:

Frau Wolthausen
(Werkstudentin der Gesundheitsregion)

Gesundheitsberichterstattung ODER „Daten für Taten“

Eine Erläuterung zum Umgang mit der Gesundheitsberichterstattung in der Gesundheitsregion von Jacqueline Eigl

Jeder hat die Aussage „Daten für Taten“ schon einmal gehört. Mir persönlich ist sie besonders von unserem ehemaligen Amtsleiter Herrn Dr. Weber in Erinnerung geblieben. Der oder die ein oder andere mag sich so wie ich damals denken: „Nicht noch mehr **Zeit mit Fragebögen verplempern**, sondern endlich mal ins Tun kommen.“, doch ganz so einfach ist es leider nicht. Sind die Bedarfe und Bedürfnisse unbekannt, wird äußerst gerne **an der Zielgruppe vorbeigeplant**. Und wer ist eigentlich diese „Zielgruppe“? Die Frage nach den Bedarfen und der Definition der Zielgruppe war 2017 auch Hintergrund der Aussage meines ehemaligen Chefs. Nach zahlreichen Arbeitsgruppensitzungen, Projektplanungstreffen, der Euphorie neuer Ideen und dem Verwerfen eben dieser, entschieden wir uns als Gesundheitsregion den Spieß umzudrehen. So schauten wir zwar immer, ob unsere Ideen und die von Fachakteuren benannten Bedarfe auch für eine von uns eingeschätzte Zielgruppe relevant waren, haben aber damit das Pferd so gesehen von hinten aufgezäumt. Zu wenige Ideen sind damit weiter als bis zur Zieldefinition gekommen. Grundlage unserer Arbeit, so haben wir es im vergangenen Jahr beschlossen, soll daher künftig die **Gesundheitsberichterstattung (GBE)** sein. Noch mehr Daten für beständigere Taten also. Die GBE zu erstellen, dazu ist das Gesundheitsamt ohnehin nach **§ 8 NGöGD** angehalten, warum also nicht zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen?

„Die Gesundheitsberichterstattung dient der Planung und Durchführung von Maßnahmen, die die Gesundheit fördern und Krankheiten verhüten. In den Berichten werden Daten und Informationen zielgruppenbezogen und geschlechterspezifisch dargestellt und bewertet.“ (§ 8 NGöGD Abs. 1 Satz 1-2)

Somit wählen wir ein Thema aus dem öffentlichen oder wissenschaftlichen Diskurs oder eines, welches wir aufgrund der regionalen Gegebenheiten als relevant erachten, arbeiten es wissenschaftlich mit den uns zur Verfügung stehenden und/ oder bereitgestellten Daten auf regionaler Ebene auf und erkennen im besten Fall anhand der Ergebnisse **Handlungsbedarfe und die entsprechende(n) Zielgruppe(n)**. Hieraus kann dann in die Konkretisierung von Projekten zur Bewältigung der erkannten Herausforderungen eingestiegen werden.

Ansprechpartnerin:

Frau Eigl

Telefon

05151 / 903 - 5104

E-Mail:

j.eigl@hameln-pyrmont.de

Was sich möglicherweise so simpel anhört, stößt schnell an seine Grenzen. Zwar haben wir als Kreisverwaltung im Allgemeinen und als Gesundheitsamt im Besonderen eine Vielzahl von relevanten Daten auf Landkreisebene, von der Schuleingangsuntersuchung bis zur Trinkwasserqualität, doch lassen sich damit nicht alle Fragestellungen beantworten, vor allem wenn es um Zusammenhänge von Kennzahlen geht. Umfassende Erhebungen durch Fragebögen oder Interviews sind zeit- und zum Teil auch kostenaufwendig und daher nur bedingt das Mittel der Wahl.

So gilt es, den **Spagat** zwischen dem angestrebten wissenschaftlichen Erkenntnisgewinn und den zeitlichen und wirtschaftlichen Ressourcen zu vollziehen. Das klingt nach einem Ding der Unmöglichkeit, bietet aber die Chance, eine gesicherte Datenbasis für zukunftsfähige und bedarfsgerechte Projekte zu erhalten und somit einer „**Projektitis**“ vorzubeugen, die immer wieder aufs Neue Projekte initiiert, ohne eine dauerhafte Verstetigung zu erreichen.

Aktuell arbeiten wir an einer Gesundheitsberichterstattung zum Nationalen Gesundheitsziel „Gesundheit rund um die Geburt“ und nehmen die Versorgungssituation im Landkreis Hameln-Pyrmont in eben genau dieser Lebensphase genauer unter die Lupe. Wir üben uns auch hier im Spagat. Bei dem sinnbildlichen Spagat sollen zwei anscheinend gegensätzliche Seiten, in diesem Fall gute Forschung zu niedrigen Kosten, auf anstrengende Weise verbunden werden. Ich bevorzuge dann doch eher die Variante des **Brückenbaus**, sie ist ähnlich herausfordernd und erfordert Planung und Fachkenntnisse, ist aber deutlich nachhaltiger, so wie es auch unsere Projekte sein sollen.



Ansprechpartnerin:

Frau Eigl

Telefon

05151 / 903 - 5104

E-Mail:

j.eiglehameln-pyrmont.de



Zutaten für Portionen | ca. je 513 kcal

600 ml Gemüsebrühe
150 g Naturreis
4 Zucchini
150 g junger Gouda
1/2 Topf Basilikum
2 Zwiebeln

1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
800 ml passierte Tomaten
1 TL Kräuter der Provence
40 g gehackte Walnuskern
Salz, Pfeffer

Zubereitung: Den Backofen auf 200°C vorheizen. Gemüsebrühe aufkochen und den Naturreis dazugeben und bei wenig Hitze ca. 35. Minuten garen. Die Zucchini waschen, putzen und längs halbieren. Mit einem kleinen scharfen Löffel das Fruchtfleisch auslösen, dabei einen ca. 1 cm breiten Rand stehen lassen. Käse fein reiben. Von 1 Basilikum die Blätter abzupfen, waschen, trocken schütteln und grob durchschneiden. Für die Tomatensauce Zwiebeln und Knoblauchzehe pellen, fein hacken und im Olivenöl in einem Topf bei schwacher Hitze glasig dünsten. Die passierten Tomaten dazu gießen. Das Fruchtfleisch der Zucchini grob durchhacken, zugeben, mit Salz, Pfeffer, Kräuter der Provence würzen. Die Sauce ca. 15 Minuten köcheln lassen. Den gekochten Reis mit dem Käse, gehackten Walnüssen, Basilikum mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Zucchinihälften damit füllen. Die Tomatensauce in eine große Auflaufform geben, die Zucchinihälften hineinsetzen und im vorgeheizten Backofen ca. 20 Minuten backen.

Ein Kooperationsprojekt von:



Ansprechpartnerin:

Frau Busam

Telefon

05151 / 903-5115

E-Mail:

a.busamehameln-pyrmont.de

Veranstungshinweise

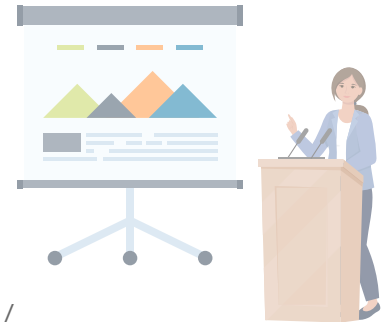
Lernen braucht Bewegung-Ideen für den Unterricht in weiterführenden Schulen

Wann? **6. Oktober 2022**, 15.00-17.15 Uhr

Wo? Online

Weitere Informationen unter:

<https://www.gesundheit-nds.de/veranstaltungen/lernen-braucht-bewegung-1/>



14. Niedersächsischer Aktionstag für seelische Gesundheit

Wann? **12. Oktober 2022**, 9.30-16.30 Uhr

Wo? VHS Emden e.V.

Weitere Informationen unter:

<https://www.gesundheit-nds.de/veranstaltungen/14-aktionstag-seelische-gesundheit/>

Gesundheit und Erwerbslosigkeit verzahnt gedacht- Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt Niedersachsen & Bremen

Wann? **13. Oktober 2022**, 9.30-15.30 Uhr

Wo? Akademie des Sports des Landessportbundes Niedersachsen e.V.

-Teilnahme auch online möglich-

Weitere Informationen unter:

<https://www.gesundheit-nds.de/veranstaltungen/gesundheit-und-erwerbslosigkeit-verzahnt-gedacht/>

Abschlussstag „Hohes Alter in Deutschland: Teilhabe, Gesundheit und Lebensqualität“

Wann? **17. Oktober 2022**, 11.00-16.00 Uhr

Wo? Umweltforum Berlin

Weitere Informationen unter:

<https://ceres.uni-koeln.de/veranstaltungen/tagungen/abschlussstagung-d80>

20. Gesundheitspflege-Kongress

Wann? **4.-5. November 2022**

Wo? Radisson Blu Hotel Hamburg

Weitere Informationen unter:

<https://www.gesundheitskongresse.de/hamburg/2022/programm/>

DSVG-Bundeskongress "Gesellschaftlicher Wandel in Krisenzeiten-Herausforderungen für die gesundheitsbezogene Soziale Arbeit"

Wann? **10.-11. November 2022**

Wo? Kassel Kongress Palais

Weitere Informationen unter:

<https://dvsg.org/veranstaltungen/dvsg-bundeskongress/programm/>

Digitalisierung in der Pflegeprozessdokumentation-wo liegen die Herausforderungen?

Wann? **15. November 2022**, 18.00-19.00 Uhr

Wo? Online

Weitere Informationen unter:

<https://www.bv-pflegemanagement.de/termin/items/891.html>



Interkulturelle Ernährungsbildung

Wann? **18. November 2022**, 9.00-16.30 Uhr

Wo? Online

Weitere Informationen unter:

<https://www.dge-niedersachsen.de/event/interkulturelle-ernaehrungsbildung-in-kita-und-co/>

Impressum

Herausgeber: Gesundheitsregion Hameln-Pyrmont
Redaktion und Layout: Frau Busam
Frau Eigl
Herr Hoellenriegel

Weitere Informationen zur Arbeit der Gesundheitsregion Hameln-Pyrmont sind auf der Website www.gesundheitsregion-hameln-pyrmont.de zu finden.

Gerne können Sie den Newsletter auch an andere Interessierte weiterleiten. Sie haben Fragen zu einzelnen Themen? Kontaktieren Sie uns gerne unter den jeweils angegebenen Kontaktdaten.

Sprechen Sie uns gerne an, wenn Ihnen ein Thema auf dem Herzen liegt, welches wir aus Ihrer Sicht in einem unserer nächsten Newsletter mit berücksichtigen sollten.

Die vollständigen externen Quellenangaben können bei der Gesundheitsregion angefragt werden.

Sie möchten sich für den Verteiler des Newsletters an- oder abmelden? Schicken Sie uns einfach kurze eine Mail an gesundheitsregion@hameln-pyrmont.de.

