Überall für alle
SPITEX
Thal

Im Fokus 2023

«Makuladegeneration – wenn das Sehen unscharf wird.»

Interview mit Prof. Dr. med. Torsten Schlote, Facharzt für Augenheilkunde

Spitex Thal Tagesstätte von Januar bis Dezember

Ein Einblick: Die Tagesstätte bringt Abwechslung in den Alltag von Seniorinnen und Senioren.

«Gut ausgebildete Pflegefachkräfte sind unsere Zukunft.»

Monika Fluri bildet Pflegefachkräfte in der Spitex Thal aus.

Für alle im Thal!

Liebe Leserinnen, liebe Leser

2023 – unser Jubiläumsjahr «10 Jahre Spitex Thal» – hat uns viele schöne Momente, aber auch viele Herausforderungen gebracht. Mit grossem Engagement und viel Empathie setzten sich unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für das Wohl unserer Kundinnen und Kunden ein. Uns erreichen viele positive Rückmeldungen von Kundinnen und Kunden, Angehörigen sowie zuweisenden Ärztinnen und Ärzten.

Leider stehen wir im Bereich der Kostendeckung vor grossen Herausforderungen. Der Kanton Solothurn hat zu Beginn des Jahres eine höhere Restkostenfinanzierung abgelehnt. Wir stehen aber in regem Kontakt mit unseren Gemeinden, die die pflegerischen Leistungen für die Einwohnerinnen und Einwohner sehr schätzen. Gemeinsam setzen wir alles daran, dass auch in Zukunft die Leistungen der Spitex Thal gewährleistet sind, wie gewohnt mit hoher Professionalität und Qualität. Für alle im Thal.

Wir entwickeln unseren Betrieb laufend weiter. Um unsere Ressourcen effizienter einzusetzen wie beispielsweise bei der Personal- und Routenplanung, haben wir das 10-jährige IT-System und die Software auf den neusten Stand gebracht. Dies war eine sehr intensive Zeit. Neues musste gelernt werden, die bestehenden Daten korrekt in die neue Software eingebaut und die Prozesse teilweise angepasst werden. Aber jetzt sind wir fit für die Zukunft!

Kurz vor Ende des Jahres konnten wir im Pfarreisaal in Matzendorf wieder rund 100 Gäste zum Fachvortrag «Makuladegeneration – wenn das Sehen unscharf wird» begrüssen. Der Augenarzt Torsten Schlote zeigte auf, wie eine Makuladegeneration diagnostiziert und behandelt wird. Das grosse Interesse an unseren Fachvorträgen freut uns sehr. Der 15. und 16. Fachvortrag im Jahr 2024 sind bereits in Planung!

In dieser Ausgabe unseres Magazins «Im Fokus» nehmen wir Sie mit in die Welt der Tagesstätte. Von Januar bis Dezember wird viel Saisonales gebastelt, es wird gesungen, gelacht, geturnt und gespielt. Aber sehen Sie selbst. Lesen Sie auch, wie wir unsere Lernenden begleiten, damit wir auch in Zukunft mit genügend Fachpersonal die Pflege zu Hause aufrechterhalten können.

Wir wünschen Ihnen von Herzen schöne Feiertage im Kreise Ihrer Familien und Freunde und einen guten Rutsch ins Jahr 2024. Wir freuen uns, auch im neuen Jahr für Sie da zu sein.

M. Isabel Zimmermann
Geschäftsleiterin Spitex Thal

«Die Feiertage sind eine gute Zeit, um über das vergangene Jahr nachzudenken und in die Zukunft zu schauen.»

«Makuladegeneration – wenn das Sehen unscharf wird.»

Das Nachlassen der Sehkraft ist eine normale Begleiterscheinung des Alterns. Es gibt jedoch Erkrankungen, die das Sehen schneller unscharf machen. Eine der häufigsten ist die altersbedingte Makuladegeneration. Der Augenarzt Torsten Schlote gibt Auskunft über diese Form der fortschreitenden Sehschwäche.

Was ist unter Makuladegeneration zu verstehen?
Die Makula ist die sogenannte «Stelle des schärfsten Sehens». Dies ist der Bereich auf der Netzhaut, mit dem wir scharf sehen und beispielsweise Lesen können. Wird das Sehen unscharf, liegt häufig eine Makuladegeneration vor, das heisst, eine Erkrankung dieses Bereichs. Die bekannteste Form ist die «altersbedingte Makuladegeneration».

Auf welche Symptome sollte man achten? Wie schnell schreitet die Erkrankung fort?
Eine altersbedingte Makuladegeneration tritt meist im Alter von über 50 Jahren auf. Typische Symptome, die im Alltag bemerkt werden, sind eine allgemeine Verschlechterung des Sehens, Gegenstände und Personen werden nur noch verschwommen oder verzerrt wahrgenommen, oder werden gar mit einem dunklen zentralen Punkt bedeckt und können daher kaum mehr gesehen werden.

Wir unterscheiden zwei Verlaufsformen der Krankheit: die trockene und die feuchte Form. Die trockene altersbedingte Makuladegeneration schreitet eher langsam über Jahre hinweg voran. Es ist die am häufigsten vorkommende Erkrankung. Bei einer feuchten altersbedingten Makuladegeneration kann es aber sehr schnell innert Wochen bis Monaten zu einer starken Sehverschlechterung kommen, wenn sie nicht behandelt wird.

Wie wird die Makuladegeneration diagnostiziert?
Für die Diagnose braucht es eine augenärztliche Untersuchung. Wir messen die Sehschärfe und stellen mit bildgebenden Verfahren die Makula dar, um Schäden festzustellen.

Wie wird eine Makuladegeneration behandelt? Ist sie heilbar?
Eine Makuladegeneration ist nicht heilbar. Bei der feuchten altersbedingten Makuladegeneration verfügen wir aber heute über eine Reihe von Medikamenten, die den Verlauf in vielen Fällen beeinflussen. Diese Medikamente werden direkt in das Auge injiziert. Damit ein brauchbares Sehvermögen erhalten werden kann, ist es sehr wichtig, dass die Form der Makuladegeneration frühzeitig erkannt und sofort behandelt werden kann. Daher empfehle ich, bei Sehschwächen, vor allem wenn sie plötzlich auftreten, eine Fachperson aufzusuchen.

Welche Vorbeugemassnahmen empfehlen Sie, um eine Makuladegeneration zu verhindern?
Eine altersbedingte Makuladegeneration kann nicht gänzlich verhindert werden, da auch genetische Aspekte bei der Entstehung der Krankheit eine Rolle spielen können. Ein gesunder Lebensstil ist aber auf jeden Fall hilfreich. Dazu zähle ich eine ausgewogene, gesunde Ernährung und das Vermeiden von Rauchen. Weiter sollen die Augen vor intensiver Sonnenbestrahlung geschützt werden. Auf das Auge abgestimmte Multivitaminpräparate können bei der trockenen Verlaufsform nützlich sein. Am besten wird dies mit einer Fachperson besprochen. Zudem empfehle ich eine regelmässige augenärztliche Kontrolluntersuchung ab dem Alter von 50 Jahren.

Prof. Dr. med. Torsten Schlote, Facharzt für Augenheilkunde, ist an der Augenklinik Heuberger Olten und der Tagesklinik Ambimed in Basel tätig. An der Universitäts-Augenklinik Tübingen bekleidet er eine ausserplanmässige Professur.

Spitex Thal Tagesstätte von Januar bis Dezember

Die Spitex Thal Tagesstätte bringt Abwechslung in den Alltag von Seniorinnen und Senioren. Sie ist Januar bis Dezember, von Montag bis Freitag, von 8.00 bis 17.00 Uhr geöffnet. Tagesgäste werden individuell durch den Tag begleitet. Es wird gebastelt, gesungen, gemeinsam gegessen, geplaudert und geruht. Ein Einblick:

Gartenarbeiten im Frühling

Bastelarbeit

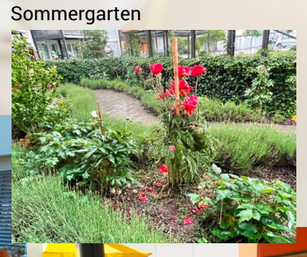
Schokohasen

Malen für Ostern

Mittagessen auf der Terrasse

Ostern

Fasnacht

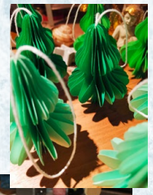


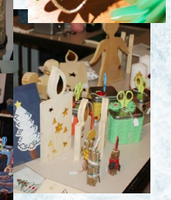
Sommergarten

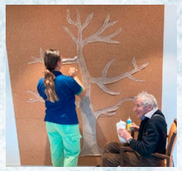
Turnen

Bastel- und Näharbeiten Winter

Bastelarbeiten für Weihnachten







Lebensbaum

Hexenhäuschen

Guetzli verzieren

Herbst-deko basteln

Gemütliches Zusammensein

Kaffeepause

FRÜHLING

SOMMER

HERBST

WINTER

Weitere Angebote in der Spitex Thal Tagesstätte: Für Seniorinnen und Senioren, die nicht den ganzen Tag in der Tagesstätte verbringen möchten und dennoch gerne Geselligkeit und Abwechslung wünschen:

Café Balance – Bewegung und Geselligkeit im Thal

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat treffen sich Thaler Seniorinnen und Senioren in der Spitex Thal Tagesstätte, um sich in einer angenehmen Atmosphäre auszutauschen, Kontakte zu knüpfen und Freundschaften zu pflegen, bei Kaffee, Tee, Gesellschaftsspielen und Tanz.
Das Café Balance ist jeweils am 1. und 3. Mittwoch im Monat von 13.30 bis 16.30 Uhr geöffnet. Der Unkostenbeitrag beträgt CHF 5.–.

Spitex Thal Mittagstisch – gemeinsam essen und Kontakte pflegen

Jeden 2. Donnerstag im Monat lädt die Spitex Thal Tagesstätte zu einem Mittagstisch ein. Die Gäste werden mit einem Menu an einem schön gedeckten Tisch verwöhnt. Und sie haben die Gelegenheit beim gemeinsamen Mittagessen Kontakte zu pflegen und neue Kontakte zu knüpfen.
Der Mittagstisch ist von 11.30 bis 13.30 Uhr offen und kostet CHF 17.50.

Die Termine werden auf der Homepage spitex-thal.ch publiziert.

Anmeldung für die beiden Angebote
Telefon: 062 391 15 85 bis jeweils spätestens Dienstag, 12 Uhr. Bei Bedarf und Anfrage organisieren wir einen Fahrdienst.

«Die Heilung geht nun voran und die Schmerzen werden immer erträglicher.»

Roland Müller ist seit mehreren Wochen Kunde im Spitex Thal Wundambulatorium und glücklich, dass die Behandlungen seine Schmerzen lindern.

Welche Probleme bereiten Ihnen die Wunden?
Das wiederholt offene Bein beschäftigt mich nun schon seit mehr als vier Monaten. Anfänglich waren die Schmerzen derart gross, dass selbst Schmerzmittel nur wenig Wirkung zeigten. Ich habe sehr gelitten und war verzweifelt.

Wie werden Sie vom Wundexperten unterstützt?
Herr Köhler, Wundexperte im Spitex Thal Wundambulatorium, sieht sich bei jedem Termin die medizinisch aktuelle Situation an und behandelt dann die Wunde entsprechend. Er erklärt mir zuerst sein Vorgehen und behandelt mich dann äusserst einfühlsam und kompetent. Die Heilung geht nun voran und die Schmerzen werden immer erträglicher.

Was schätzen Sie besonders am Wundambulatorium der Spitex Thal?
Am meisten schätze ich natürlich, dass mir Herr Köhler weiterhin hilft, die Wunde zu schliessen und ich so wieder schmerzfrei leben kann. Zudem schätze ich seine offene Art und die interessanten Diskussionen weit über die medizinischen Probleme hinaus.

Roland Müller im Spitex Thal Wundambulatorium

Wie sind Sie auf das Wundambulatorium aufmerksam geworden?
Nachdem die anfängliche Wundbehandlung im Spital nicht den gewünschten Erfolg zeigte, habe ich sie abgebrochen und bin dem Rat von Bekannten gefolgt, mich bei Herrn Köhler zu melden. Schon zwei Tage später hat er mich zum ersten Mal behandelt und seither geht es mir immer besser. Ich bin froh, dass es das Wundambulatorium der Spitex Thal mit seinem Wundexperten Theo Köhler gibt.

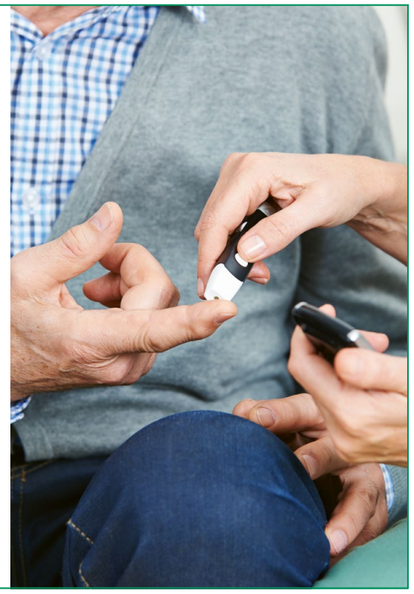
Behandlungspflege bei Ihnen zu Hause.

Mit unserer Behandlungspflege erhalten Sie bei Ihnen Zuhause genau die ambulanten Pflegeleistungen, die Sie benötigen. Unser gut ausgebildetes Personal kümmert sich in Absprache mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt um medizinische Untersuchungen und therapeutische Massnahmen der medizinischen Pflege wie

- Blutzuckerkontrolle
- Medikamenten richten
- Puls- und Blutdruckkontrolle
- Injektionen
- Stomapflege
- Wundversorgung, Verbandswechsel

Wir setzen uns dafür ein, dass alle im Thal lange ein selbstbestimmtes Leben zu Hause führen können. Rufen Sie uns an.

Spitex Thal, Telefon: 062 391 15 85



«Gut ausgebildete Pflegefachkräfte sind unsere Zukunft.»

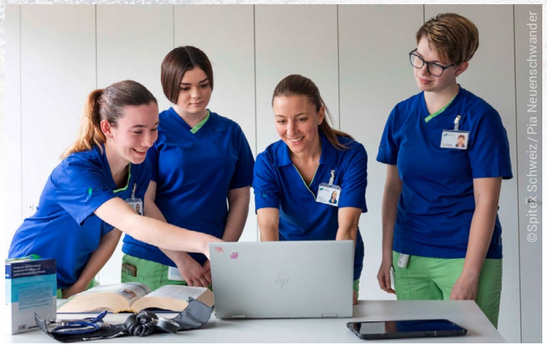
Der Fachkräftemangel ist fast täglich Thema in den Medien. Auch in der Pflege fehlt es an kompetenten Berufsleuten. Als öffentliche Spitex beteiligen wir uns an der Umsetzung der Pflegeinitiative und bilden auf unterschiedlichen Stufen Fachkräfte aus. Monika Fluri, Ausbildungsverantwortliche der Spitex Thal, und ihr Berufsbildungsteam tun dies sehr gerne und engagiert. Ein Einblick.

2015 hat die erste Lernende Fachangestellte Gesundheit (FaGe) bei der Spitex Thal ihre Ausbildung begonnen. Aktuell sind es vier Lernende FaGe, eine Lernende in der Nachholbildung Gesundheit (NHB) und eine Person zur Assistentin Gesundheit und Soziales (AGS) sowie zwei Studierende, die eine höhere Ausbildung zur Pflegefachperson HF absolvieren.

Monika Fluri trägt die Gesamtverantwortung für die Auszubildenden. Sie ist Pflegefachfrau HF und hat sich in der Erwachsenenbildung weitergebildet. «Die Arbeit mit den Lernenden und Studierenden bereitet mir viel Freude. Es ist mir ein grosses Anliegen, ihnen die Individualität und Wichtigkeit des Pflegeberufes weiterzugeben und eine qualitativ hochstehende Ausbildung zu bieten. Schliesslich sind die Lernenden unsere Zukunft», erklärt Monika Fluri ihr Engagement.

Monika Fluri kennt sich in der Berufsbildungslandschaft bestens aus. Sie organisiert die berufliche Ausbildung bei der Spitex Thal, entwickelt Ausbildungspläne, koordiniert Schulungen, stellt sicher, dass die Ausbildungsstandards eingehalten werden, pflegt die Kontakte zu involvierten internen und externen Personen, fungiert als Bindeglied zwischen den verschiedenen Stellen und ist zuständig für den Rekrutierungsprozess. «Die Ausbildung der Lernenden und Studierenden gelingt nur im Team. Ich kann mich auf sechs Berufsbildnerinnen verlassen», erklärt Monika Fluri. Die Berufsbildnerinnen stellen die praktische Ausbildung der Lernenden sicher. Sie stehen im täglichen Kontakt mit ihnen, begleiten sie, besprechen und beurteilen die Pflegeaufgaben während der Einsätze bei den Kundinnen und Kunden und sind Ansprechpersonen bei allen berufsspezifischen und schulischen Fragen. «Ich stehe in regem Austausch mit den Berufsbildnerinnen. Sollte es zu Problemen in der täglichen Arbeit oder in der Schule kommen, setzen wir uns an einen Tisch und suchen gemeinsam nach Lösungen», so Monika Fluri. Sie schätzt den Austausch mit den Berufsbildnerinnen und den Lernenden sehr. Dabei geht es ihr immer darum, die Lernenden optimal zu begleiten und zu fördern. «Unser Ziel ist es, kompetente Pflegepersonen auszubilden, die ihre Arbeit mit viel Freude und Empathie ausüben. So können die Kundinnen und Kunden der Spitex Thal auch in Zukunft von einer hohen Pflegequalität profitieren.»

> «Es ist mir ein grosses Anliegen, den Lernenden und Studierenden die Individualität und Wichtigkeit des Pflegeberufes weiterzugeben und eine qualitativ hochstehende Ausbildung zu bieten.»
>
> Monika Fluri



Monika Fluri (3.v.l.) übt mit den Lernenden den Transfer von der Theorie in die Praxis.

Spenden Sie für die Spitex Thal Tagesstätte!

Die Spitex Thal Tagesstätte ist ein wichtiges Angebot für die Seniorinnen und Senioren im Thal. Sie kommen gerne, geniessen die warme Atmosphäre, das gesellige Zusammensein und die professionelle Aktivierung.

Um möglichst vielen Seniorinnen und Senioren den Besuch der Spitex Thal Tagesstätte zu ermöglichen und das professionelle Angebot aufrechtzuerhalten sind wir auf finanzielle Unterstützung angewiesen.

Jede Spende zählt!
Danke!

Jeder Franken ist willkommen.
Wir danken Ihnen sehr für Ihre Spende auf Spendenkonto Raiffeisenbank CH33 80808005 0763 1321 7

Café DigiThal – Lernen von den Jungen.

«Ich kann eine WhatsApp-Nachricht schreiben und gehe auch ab und zu auf den Status, um zu schauen, was meine Freundinnen so machen», ist Frau M. erfreut. Dies gelingt ihr, seit sie im Café DigiThal von einem Schüler gelernt hat, ihr Handy zu bedienen – mehr als nur zu telefonieren.

Das Café DigiThal ist ein Gemeinschaftsprojekt des Naturparks Thal, der Spitex Thal, der evangelisch reformierten Kirchgemeinde Thal und der Kreisschule Thal. Ziel ist es, Jung und Alt zusammenzubringen und voneinander zu lernen. Im Café DigiThal erhalten Seniorinnen und Senioren von Schülerinnen und Schülern Tipps und Tricks im Umgang mit Handy und Tablet.

Werden Sie Mitglied

des Vereins Spitex Thal und profitieren Sie von folgenden Leistungen:

- Vergünstigungen
- Mitsprachemöglichkeit
- Fachvorträge
- Spitex Thal Magazin «Im Fokus»

Die Mitgliederbeiträge, Legate und Spenden werden für Kostenbeteiligungen an Spitex-Dienstleistungen, Förderung der Mitarbeitenden sowie zur Innovation und Weiterentwicklung der Spitex Thal verwendet.

Was kostet Sie die Mitgliedschaft pro Jahr?

- als Einzelmitglied 30 Franken
- als Familienmitglied 50 Franken
- als Firmenmitglied 120 Franken (mit Verzicht auf Vergünstigung)

Spendenkonto Raiffeisenbank
CH33 80808005 0763 1321 7

Verstärkung im Vorstand des Vereins Spitex Thal

Gleich zwei neue Mitglieder wurden an der Mitgliederversammlung vom 12. Mai 2023 in den Vorstand des Vereins Spitex Thal gewählt. Es sind dies:

Rahel Fluri
Lehrerin und Gemeinderätin Balsthal

Dr. med. Ajet Hyseni
Facharzt allgemeine Innere Medizin FMH, Ärztehaus Balsthal

Wir freuen uns sehr auf diese Verstärkung und auf eine gute Zusammenarbeit!

Agenda 1. Halbjahr 2024

6. März	Café DigiThal
22. Mai	Café DigiThal
7. Juni	Mitgliederversammlung und Fachveranstaltung
Ende Juni	«Im Fokus» 1/2024
Anfang Juli	Sommerfest Spitex Thal Tagesstätte

Kontakt:

Spitex Thal
Brunnersmoosstrasse 13
4710 Balsthal
info@spitex-thal.ch
oder
Telefon: 062 391 15 85
www.spitex-thal.ch

IMPRESSUM

Herausgeber
Spitex Thal

Gesamtverantwortung
M. Isabel Zimmermann

Gestaltung
kreatelier.ch

Druck
Grico-Druck AG, Welchenrohr