

Angehörige brauchen Hilfe

Viele pflegende Angehörige leiden unter der hohen Verantwortung, die sie übernommen haben. In Salzburg sind sie nun eingeladen, über ihre Belastungen und Wünsche Auskunft zu geben.

URSULA KASTLER

SALZBURG. Es ist eine große Herausforderung, einen Angehörigen Tag für Tag zu pflegen. Ganz besonders, wenn dieser Mensch an Demenz erkrankt ist. Etwa 80 Prozent der pflegebedürftigen Menschen werden zu Hause betreut. Die Demenz ist in höherem Alter die häufigste Ursache von Pflegebedürftigkeit. Die Pflege ist nicht nur körperlich anstrengend, wenn ein Körper gehoben, gewaschen und gebettet werden muss. Sie zehrt an den seelischen Kräften, wenn der Mensch nicht mehr so ist, wie man ihn kannte, und nahezu rund um die Uhr Zuwendung braucht. Diese Aufgabe überfordert Angehörige häufig, wenn sie selbst nicht wiederum Unterstützung in Anspruch nehmen können.

Pflegende Angehörige müssen also vor Überlastung bewahrt wer-

den. Nur: Wie findet man heraus, wann der Zeitpunkt gekommen ist, an dem sie dringend Unterstützung brauchen?

Das ist eine der Fragen, die Maria Flamm, Vorstand des Instituts für Allgemein-, Familien- und Präventivmedizin, und Jürgen Osterbrink, Vorstand des Instituts für Pflegewissenschaft der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität (PMU), in einer Studie klären wollen. „Wir wollen die Kommunikation zwischen pflegenden Angehörigen, den Hausärzten und den ambulanten professionellen Pflegediensten stärken“, sagen die beiden. „Es gibt Hilfsangebote, doch die Lage der pflegenden Angehörigen ist unklar. Wir wollen wissen, wie wir gut laufende Angebote ausbauen können, um Angehörige frühzeitig zu entlasten – vor allem im ländlichen Bereich, wo die Wege oft länger sind –, ehe sie in Burn-out oder in Depres-

sionen rutschen. Wir wollen zudem der Politik Grundlagen für Entscheidungen geben“, erklären Maria Flamm und Jürgen Osterbrink.

Das sei angesichts der Zahlen dringend notwendig. Derzeit leiden in Österreich rund 130.000 Men-

„Wir wollen wissen, was für die Unterstützung besonders sinnvoll ist.“

Maria Flamm, PMU

schen an Demenz. Für das Jahr 2050 erwarten Mediziner eine Verdoppelung dieser Zahl. Die Demenz ist keine einheitliche Krankheit, sondern eine Kombination von kognitiven Symptomen und Verhaltensveränderungen. Zu den kognitiven Symptomen gehört die rasche Schädigung oder Zerstörung von Nervenzellen im Gehirn. Vor allem Ge-

dächtnis, Sprache und die Fähigkeit, Alltagsprobleme zu lösen, sind betroffen. Hinzu kommen Wahrnehmungs- und Denkstörungen, Desorientiertheit und Persönlichkeitsveränderungen.

Für die Salzburger Studie werden pflegende Angehörige und Mitarbeiter professioneller Dienste sowie Hausärzte befragt. Dazu dienen Fragebögen und vertiefende Interviews.

Maria Flamm und Jürgen Osterbrink bitten demnach besonders pflegende Angehörige, an der Befragung teilzunehmen. Die Fragebögen können anonym ausgefüllt werden. Ein persönliches Interview wird nur durchgeführt, wenn dies auch erwünscht ist.

Info: WWW.PAIS-STUDIE.AT oder kontaktieren Sie bitte Simon Krutter, PMU, ☎ 0043/662/2420-8034, E-Mail: SIMON.KRUTTER@PMU.AC.AT

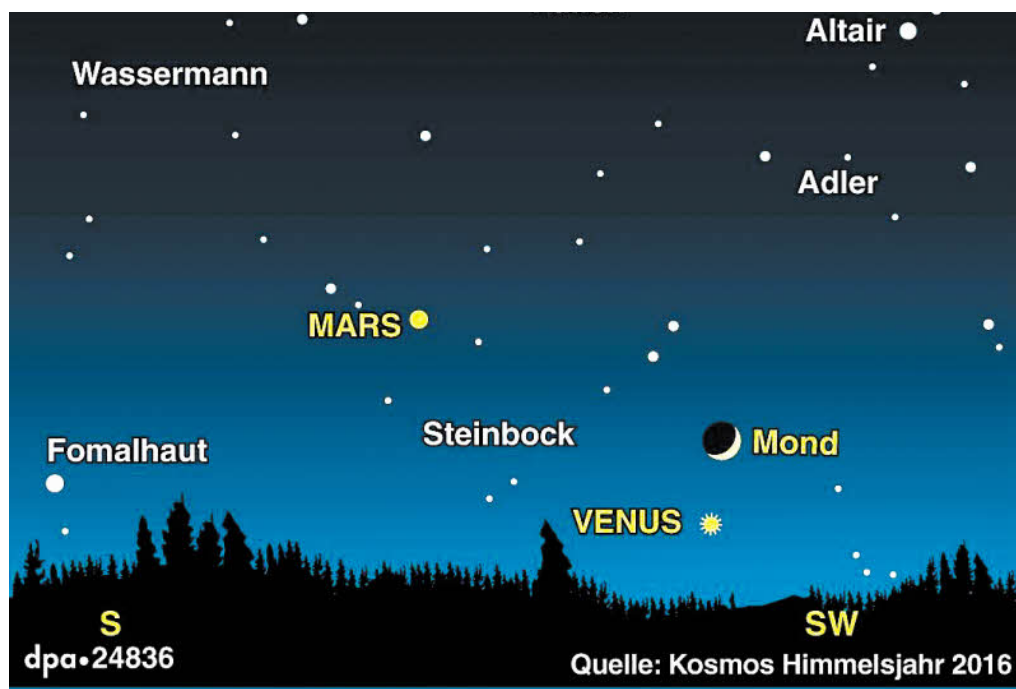
KURZ GEMELDET

Dämpfer für neue Expedition zum Mars

LUZERN. Elf Milliarden Euro sollen Europas Raumfahrtprogramme in den kommenden Jahren kosten. Darin enthalten ist die künftige Nutzung der Internationalen Raumstation ISS, der europäische Weltraumbahnhof in Französisch-Guyana, das geplante Weltraumteleskop Cheops, eine Raumsonde zur Erforschung der Sonne und die Suche nach einem „Staubsauger“ für Weltraumschrott. Einen Dämpfer gibt es für das Prestigeprojekt ExoMars. Nach der Bruchlandung von „Schiaparelli“ verrotten 600 kg Weltraumschrott im roten Marssand. Die ursprünglich für 2018 geplante zweite Phase mit einem Marsrover wurde auf 2020 verschoben. SN, dpa

Forscher sprechen von „Hitzewelle“ am Pol

OSLO. Am Nordpol war es in den vergangenen Wochen im Schnitt neun bis zwölf Grad wärmer als normal. Zuletzt hat es null Grad gehabt, 20 Grad mehr als gewöhnlich im November. Klimaforscher sprachen von einer „Hitzewelle“. SN, dpa



Himmelsblick in südlicher Richtung gegen 18 Uhr. Am 3. Dezember zieht der zunehmende Mond an Venus vorbei. BILD: SN/DPA

Die Wellen aus den Tiefen des Weltalls

Entdeckung der Gravitationswellen führt die Astronomie in ein neues Zeitalter.

STERNWARTE
Benno Trembl



1915 hatte Albert Einstein sie genau vorhergesagt. Am 14. September 2015 wurde die historische Entdeckung gemacht: der lang erwartete Nachweis der Gravitationswellen.

Die Gravitationswellen lassen den gesamten Kosmos pulsieren, er wird gedehnt und gestaucht, samt den darin enthaltenen Körpern einschließlich der Erde; in winziger Ausdehnung, aber messbar. Obwohl sie sich mit Lichtgeschwindigkeit ausbreiteten, benötigten die Gravitationswellen 1300 Millionen Jahre, um die Erde zu erreichen.

Weit draußen im All haben zwei schwarze Löcher, zwei dunkle Giganten mit jeweils 29 und 36 Sonnenmassen, einander umkreist. Gemäß der Relativitätstheorie von Einstein haben sie dabei Energie abgestrahlt und sich dadurch in immer enger und schneller werdenden Spiralen genähert. Knapp vor der gegenseitigen Berührung betrug ihre Geschwindigkeit fast 180.000 km pro Sekunde. Im dem kurzen Moment, als sie miteinander verschmolzen, entstand die 50-fache Energie, die alle Sterne des Universums zusammen im sichtbaren Licht abstrahlen. Dabei wurden nach der Einstein-Formel $E = mc^2$, wonach Masse in Energie umgewandelt werden kann, drei Sonnenmassen in Gravitationswellenenergie umgewandelt.

Das entstandene neue schwarze Loch hatte demnach nicht mehr 65, sondern „nur“ mehr 62 Sonnenmassen. Diese Wellen wurden dann 2015 an den beiden Gravitationswellen-Detektoren LIGO in den USA nachgewiesen. Seither wurden noch weitere Gravitationswellen nachgewiesen. Die Wissenschaft steht damit am Beginn einer neuen Ära, der Gravitationswellen-Astronomie. Sie wird uns ganz neue Einsichten über den Kosmos bringen.

Derzeit beobachten Astronomen außerdem zwei weitere schwarze Löcher, OJ 287, die um etliche Zehnerpotenzen massereicher sind. Sie sind 3,5 Milliarden Lichtjahre von uns entfernt und umkreisen einander derzeit in zwölf Jahren. Nach dem oben beschriebenen Mechanismus schrumpft ihr gegenseitiger Abstand bei jedem Umlauf und sie werden in zirka 10.000 Jahren in einem Energieblitz miteinander verschmelzen, dessen Intensität weit jenseits aller menschlichen Vorstellungskraft liegt.

Mitte Dezember wird Venus zum auffälligen Abendstern. Mars kann zum Jahresende noch am frühen Abend knapp über dem Westhorizont gesichtet werden. Jupiter baut seine Morgensichtbarkeit aus. Er wird immer heller.

Der Autor ist Mitglied der Gruppe Astronomie am Haus der Natur Salzburg und hält Kurse in Astronomie an der Salzburger Volkshochschule. Info: 0662 / 87 61 51 0. WWW.VOLKSHOCHSCHULE.AT

Testhörer für Hörgeräte-Weltneuheit werden!



Jeder
TESTHÖRER
erhält ein
HÖR-Spiel
GRATIS!

Neuroth - Gx in Salzburg
Salzburg - Mirabellplatz 6
Salzburg - Schallmooser Hauptstraße 4
Hallein - Wichtlhuberstraße 7
Bischofshofen - Hauptschulstr. 1-3/Ecke Bahnhofstr.
St. Johann/Pongau - Hauptstraße 47
Zell am See - Schlossplatz 1
Info-Tel 00800 8001 8001

Wir sind Vertragspartner für alle Krankenkassen.

BESSER HÖREN. BESSER LEBEN.

NEUROTH