SCHWEIZERISCHE VEREINIGUNG
ZUGUNSTEN VON PERSONEN MIT
SPINA BIFIDA & **HYDROCEPHALUS**
www.spina-hydro.ch

SBH-INFORMATIONSHEFT **NR. 1/10**

Inhalt

Katheterismus
Katheterismus: Risiko oder Gewinn? . . . 1
Meine Erfahrung als Inkontinenzberaterin 14
Selbstständig katheterisieren – auch du kannst das! 15
Die Erfolgsgeschichte von IG kidsempowerment 16

isbh
Internationaler Kongress in Dublin 22

Zentralschweiz
Raclette-Plausch in Alpnach 25

Cerebral
Informationen 26

Termine
SBH und aus den Regionen 32

Titelbild: Brigit Willimann

Unser nächstes Heft:
mit Berichten von der Delegiertenversammlung und zum Thema «hindernisfreies Bauen» erscheint Mitte Juni 2010

Redaktionsschluss:
Mitte Mai 2010

Dieses Heft wurde unterstützt von:

cerebral

Schweizerische Stiftung für das cerebral gelähmte Kind
Fondation suisse en faveur de l'enfant infirme moteur cérébral
Fondazione svizzera per il bambino affetto da paralisi cerebrale

elevit PRONATAL

Obwaldner Kantonalbank

Basler Orthopädie
www.rene-ruepp.ch

Basler Orthopädie
René Ruepp AG
Austrasse 109, 4003 Basel
Telefon 061 205 77 77
Fax 061 205 77 78
info@rene-ruepp.ch

Katheterismus: Risiko oder Gewinn?

Steril – Hygienisch – Aseptisch oder Clean, welchen Standard bevorzugen Sie? Und welches Material ist beim Katheterismus das Richtige?

Von Walter Holzschuh

Der intermittierende Katheterismus ist bei Verlust der normalen Blasenfunktion in manchen Fällen die einzige Möglichkeit, die Blase druckfrei und vollständig zu entleeren.
Schon altägyptische Aufzeichnungen 3000 v.Chr. beweisen die Existenz und den Einsatz Katheter ähnlicher Instrumente aus Bronze, Zinn, Schilfrohr und Strohhalmen. 1560 erwähnte der Chrirurg Giovanni Andrea delle Croce Instrumente aus Fisch- und Vogelhäuten, die biegsam waren. Zur Anwendung kamen mit Baumwolle umwickelte Silberkatheter (Fabricius von Aquapendente 1537 und Jean Baptist von Helmont im 17. Jh.), sowie Leder und Horn. Cornelius von Solingen erreichte im 17 Jh. eine bessere Biegsamkeit der Metallkatheter durch die Verwendung von spiralig gewundenem Silberdraht, umwickelt mit Pergament und mit Wachs umhüllt.
Seit geraumer Zeit macht sich unter den Anwendern und Betreuungspersonen Verunsicherung breit. Selbst Fachpersonal weiss nicht mehr welche Kriterien die so genannten Standards: Steril, Clean, Aseptisch oder Hygienisch beinhalten. Sogar in den Guidelines (Richtlinien) namhafter Institutionen und Fachverbände liegt Ermessensspielraum. Einheitlich sind diese sowieso nicht. In der Literatur findet man widersprüchliche oder ungenaue Aussagen. Wenn ich ehrlich bin, weiss ich bald selbst nicht mehr nach welcher Bezeichnung ich die Betroffenen bei der Erlernung des Selbstkatheterismus anleite. Bei den Anwendern oder Betreuungspersonen, welche auf Hilfestellung oder Praxisratschläge angewiesen sind, sorgt diese Begriffsverwirrung oft für Ratlosigkeit. Viel wichtiger als die korrekte Bezeichnung ist jedoch die Anwendung der richtigen Technik.
Im Schweizer Paraplegiker-Zentrum Nottwil wurde 2006 das Pflegeforum Blasenmanagement gegründet. Dies hat sich unter anderem die Aufgabe gesetzt Handlungskriterien zu erarbeiten, diese mit Betroffenen zu überprüfen und alltagsgerecht anzupassen, vor allem aber auch einheitliche Instruktionen zu vermitteln.

Fremd- und Selbst-Katheterismus
Grundsätzlich wird beim Einmalkatheterismus Fremd- und Selbst-Katheterismus unterschieden. Die Grundsätze bleiben die gleichen, egal ob der Katheter von Angehörigen oder von den Betroffenen selbst in die Blase eingeführt wird.

Fremdkatheterismus
Ist der der Betroffene selbst dazu nicht in der Lage, wird der Katheterismus durch eine Betreuungsperson ausgeführt. Dabei verlangt dies ein besonderes Gespür für ein atraumatisches (verletzungsfreies) Führen des Katheters. Die durchführende Person ist ja selbst nicht in der Lage, am eigenen

Körper die «Stossrichtung» des Katheters zu spüren.

Selbstkatheterismus

Betroffene, die darauf angewiesen sind ihre Blase durch den Katheterismus zu entleeren, lernen dies selbst zu tun, um auf Reisen, bei der Arbeit und nicht zuletzt auch zu Hause von Hilfspersonen unabhängig zu sein. Dies minimiert das Verletzungsrisiko und das Infektrisiko nachweislich. Es hat nichts damit zu tun, dass Fremdpersonen weniger sorgfältig katheterisieren. Wenn die Sensibilität in der Harnröhre zumindest teilweise intakt ist, kann der Betroffene viel besser mit der Katheterführung auf die Gegebenheiten in der Harnröhre eingehen als eine Fremdperson.

Wird man mit dem Thema Katheterismus konfrontiert, oftmals unvermittelt und unvorbereitet, so bedeutet es zwei Gegensätze zu vereinen: Risiken beherrschen und gleichzeitig unkompliziert die instrumentelle Blasenentleerung in den Alltag zu integrieren.

Vielleicht erinnern Sie sich noch an den Aufschrei der Nation, als erstmals Dentalhygienikerinnen allen Erwachsenen ein schlechtes Zeugnis für ihr Zähneputzen ausstellten und mit Paradontose und Zahnverlust drohten. Man konnte dies ernst nehmen oder nicht. Auf alle Fälle hat sich das Bewusstsein geändert: zur konsequenten Durchführung gehört das Wissen um die Risiken. Risiken bestehen, wenn bei auftretenden Schwierigkeiten das Wissen um die Gefahren fehlt.

Viele Dinge des Lebens haben etwas gemeinsam: das persönliche Risiko und das Risikoverhalten. Genauso verhält es sich mit den exemplarischen Risiken des Katheterismus:

- Harnwegsinfekte
- Blutungen
- Verletzungen der Harnröhre und daraus resultierende Vernarbungen

Es beginnt mit der Risikovermeidung

Der Katheter muss in den Bereichen, in denen er in die Harnröhre eingeführt wird, unbedingt steril bleiben. Das gelingt auch Tetraplegikern durch Übung mit der «Non-Touch-Technik» (Abb. 1). Oder Betroffenen mit eingeschränkter Handfunktion durch den Katheterismus aus der sterilen Hülle (Abb. 2).

Abb. 1: Übung mit der «Non-Touch-Technik»

Abb. 2: Katheterismus aus der sterilen Hülle

Ein scheinbar «ungeliebtes Kind» ist die Desinfektion der Hände vor und nach dem Katheterismus. Vorher, um eine Keimübertragung in den Körper zu verhindern – nachher, um die Verbreitung der Bakterien im fremden oder eigenen Umfeld zu hemmen. Bakterien «lauern» allzu gerne an Wasserhähnen, Waschbecken, Hilfsmitteln und an den undenkbarsten Orten. Sie nutzen unerbittlich ihren Vorteil zur Vermehrung und den Übergriff auf den Menschen.

Wird auf die Desinfektion der Harnröhrenmündung verzichtet, oder wird die notwendige Einwirkzeit des Schleimhautdesinfektionsmittels nicht eingehalten, birgt dies ein markant höheres Risiko, Haut- und Darmkeime in die Harnröhre und in die Blase zu verschleppen. Gute Körperhygiene reicht leider nicht immer sicher aus, um die Bakterien an der Harnröhrenmündung auf ein ungefährliches Mass zu dezimieren. Wird keine Desinfektion durchgeführt und es treten Blasenentzündungen auf, ist die Desinfektion der Hände und Harnröhrenmündung unbedingt durchzuführen. Schon die Reduzierung von fünf bis sechs Infekten auf deren drei im Jahr ist als Erfolg zu werten. Wobei hier zu unterscheiden ist, ob sich lediglich eine geringe Anzahl Bakterien im Urin befindet (meist harmlos), oder ob es sich um eine akute Entzündung der Blasenschleimhaut handelt (sollte behandelt werden).

Um Irritationen oder Austrocknung der Hautareale um die Harnröhrenmündung vorzubeugen, empfiehlt es sich die Desinfektionsmittelreste nach dem Katheterisieren mit einem einfachen feuchten Papiertuch wegzuwischen.

Ein weiterer Aspekt beim Katheterismus ist der Schmerz, der den Betroffenen den Vorgang des Katheterisierens als unangenehm empfinden lässt. Die meisten Patienten sind nach den ersten Versuchen überrascht, wie wenig schmerzhaft diese «Tortur» auch bei erhaltener Sensibilität ist. Unterschätzt wird unter diesen Gegebenheiten, dass immer wenn der natürliche Schutzmechanismus Schmerz beeinträchtigt oder ausgeschalten ist, es bei zu forschem Vorgehen zu Verletzungen in der Harnröhre kommen kann. Das bedeutet für die Durchführung, dass auch bei Unempfindlichkeit der Katheter langsam und ohne Krafteinwirkung vorgeschoben wird.

Wenn darauf geachtet wird, dass die Blase nicht überdehnt wird, bleibt sie ein gesundes Sammelorgan. Um eine Schädigung der Blasenmuskulatur durch eine ständige Überdehnung zu verhindern, sollten Trinkmenge und Blasenentleerung mit dem Tagesrhythmus abgestimmt werden. Die normale Blasenfüllmenge beim Erwachsenen liegt zwischen 350 ml und 500 ml. Beim Kind berechnet man das Blasenvolumen nach der Formel:

Volumen (ml) = (Alter in Jahren x 30) + 30

Stark geschädigte Muskelfasern verlieren ihre Elastizität. Bei einer ständig überdehnten Blase schrumpft das Fassungsvermögen mit den Jahren unter die normale Kapazität.

Körperersatzzeichen

Wie ist es nun möglich den Füllungszustand der Blase zu erahnen, ohne ihn in gewohnter Weise zu spüren?

Manche Betroffene merken durch das vegetative Nervensystem an Körperersatzzeichen, dass die Blase auf Grund ihrer Ausdehnung einen hohen Füllungszustand erreicht hat. Diese Anzeichen können unter anderen sein:

- Gänsehaut
- Nackenhaare stellen sich auf
- Vermehrte Spastik

- Schwitzen
- Wärmegefühl im Kopf oder am Rumpf
- Blutdruckanstieg
- Kopfdruck

Nehmen diese vegetativen Reaktionen sehr starke Ausprägung mit hohem Blutdruckanstieg und hämmernden Kopfschmerzen an, wird diese auch Guttmann-Reflex, autonome Dysregulation oder vegetative Dysreflexie genannt.

Grundschema der autonomen Dysreflexie

Ausgelöst werden kann die autonome Dysreflexie:

- durch einen übervollen Enddarm.
- bei der Stuhlentleerung durch digitales Reizen oder Ausräumen.
- durch eine volle oder übervolle Blase,
- durch den Reiz einer starken Harnwegsinfektion.

Ab einer Querschnittlähmung oberhalb Th7 kann mit dem Auftreten gerechnet werden.

Wird einer oder mehrere dieser Reize ausgelöst reagiert der Organismus über den Sympathicus-Nerv mit einer reflektorischen Gefässverengung im gelähmten Bereich. Dadurch kommt es zu Blutdrucksteigerungen (Hypertonie) bis gegen 300 mmHg.

Rezeptoren in der Hals-Arterie registrieren den zu hohen Blutdruck. Die Gegenregulationsversuche des autonomen Nervensystems führen zu einer Gefässerweiterung im nicht gelähmten Bereich oberhalb der Lähmung (Schädigung des Rückenmarks). Ebenfalls kommt es zur Pulsverlangsamung (Bradykardie). Hypertonie und Bradykardie bleiben solange bestehen bis die Ursache behoben ist.

Das bedeutet, dass so schnell wie möglich die Blase oder der Darm entleert werden sollten, bzw. der Harnwegsinfekt behandelt werden muss.

Wissenswertes für den Mann

Grösstes Augenmerk gilt der Auswahl und Anwendung des Gleitmittels bei der Katheterisierung der männlichen Harnröhre. Der Fremdkörper Katheter benötigt ein Gleitmittel, um die Harnröhrenschleimhaut vor mechanischen Reibungsverletzungen zu schützen. Ein Gleitmittel kann entweder bereits in der Beschichtung des Katheters enthalten sein, oder es wird vor dem Katheterismus separat in die Harnröhre eingebracht. Wird das Gleitmittel nur in ungenügender Menge oder in falscher Anwendungsweise genutzt, kann es dieser Aufgabe nicht nachkommen, es kommt zu Mikroverletzungen der Harnröhre. Die Mikroverletzungen werden in den meisten Fällen nicht bemerkt, da sie selten sichtbar bluten. Bakterien, die sich auch bei gesunden Menschen in den ersten ein bis drei Zentimetern der Harnröhre aufhalten, können an diesen Mikroverletzungen eindringen und Entzündungen der Schleimhaut hervorrufen. Auf eine Entzündung folgen meistens eine Vernarbung und damit eine Verengung der Harnröhre (Striktur). Strikturen haben die Eigenschaft immer stärker zu vernarben, so dass das Harnröhrenlumen immer mehr eingeengt wird (Abb. 3).

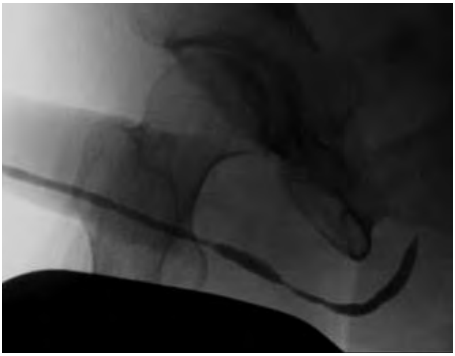


Abb. 3: Strikturen vernarben immer stärker, das Harnröhrenlumen wird immer mehr eingeengt.

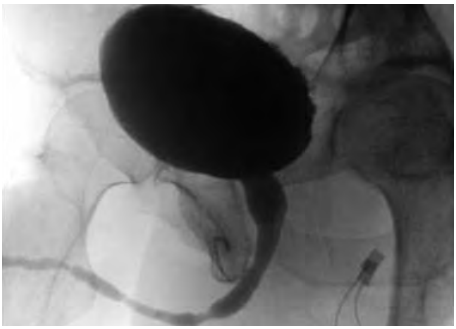


Abb. 4: Der Betroffene wird ein Leben lang mit dieser Striktur leben müssen.

Im ungünstigsten Fall können diese Strikturen nach wenigen unsachgemässen Katheterisierungen entstehen. Der Betroffene wird ein Leben lang mit dieser Striktur leben müssen (Abb. 4).

So gelten folgende grundsätzliche Handlungskriterien:

• Separates Gleitmittel vollständig in die Harnröhre instillieren. Dies sollte aber nicht mit Druck geschehen, in der Absicht damit das Gleitmittel besonders weit in die Harnröhre zu befördern. Ein zu schnelles Aufdehnen der Harnröhre bringt das Risiko von Mikroverletzungen mit sich.

• Gleitmittel nie selbst auf den Katheter auftragen. Es kann keine gleichmässige Beschichtung erfolgen, und beim Einführen des Katheters streift sich ein Teil des Gleitmittels an der Harnröhrenmündung ab.

• Katheter mit hydrophiler Beschichtung (Gleitmittelbeschichtung) haben zum Teil vorgeschriebene Einwirkzeiten, in der sich die Beschichtung mit Wasser sättigen muss. Diese Wartezeiten nie unterschreiten. Ist die Beschichtung nicht ausreichend mit Wasser gesättigt, wird die Katheteroberfläche zwar gleitfähig, aber die Beschichtung zieht weiterhin das benötigte Wasser aus der Harnröhrenschleimhaut. Der Katheter verklebt mit der Schleimhaut, und beim Herausziehen des Katheters entstehen Mikroverletzungen.

• Als Standardkatheter für den Mann ist der gleitmittelbeschichtete Katheter vorzuziehen, da er schnell gebrauchsfertig ist und kein Gleitmittel extra mitgeführt werden muss. Ebenso entfallen die separate Instillation des Gleitmittels und das oftmals nach einigen Minuten noch lästige Nachtropfen des Gleitmittels aus der Harnröhre.

Spastik des Schliessmuskels nicht mit Druck überwinden. Das Einführen des Katheters kann bei verschiedenen neurogenen Erkrankungen eine unwillkürliche Verkrampfung (Spastik) des äusseren Harnröhrenschliessmuskels und der Beckenbodenmuskulatur auslösen. Dies kann der Betroffene nicht beeinflussen. Hier ist es besonders wichtig, dass man mit dem Katheter vor dem Schliessmuskel wartet bis er sich öffnet, beziehungsweise ermüdet. Den Katheter nicht zurückziehen und wieder vorschieben, dadurch wird der Schliessmuskel nur wieder gereizt. Auf keinen Fall versuchen den Widerstand des Schliessmuskels mit dem Katheter gewaltsam zu überwinden. Im Röntgenbild (Abb. 5) und in der Harnröhrenspiegelung zu sehen (Abb. 6a–c).

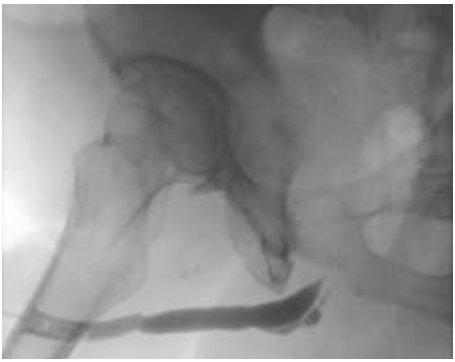


Abb. 5: Kontrastmittel tritt im hinteren Bereich aus der Harnröhre in das Gewebe über. Ein untrügliches Zeichen für eine Verletzung der Harnröhre.

Abb. 6a: Die tiefroten Stellen im Hintergrund zeigen eine frische Verletzung der Harnröhrenschleimhaut durch einen Katheter.

Abb. 6b: Harnröhre unauffällig

Abb. 6c: Eine alte Verletzung

Abb. 7: Ungestreckte Harnröhre

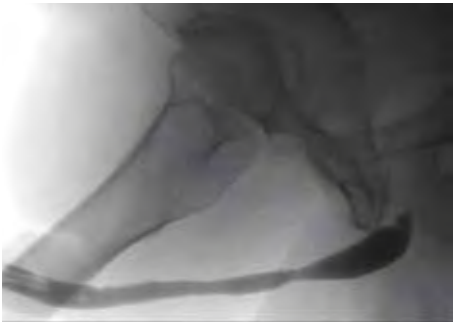


Abb. 8: Gleiche Harnröhre gestreckt

Entspannung in der Ausatmungsphase ausnutzen

Ist man angespannt oder nervös, sind meistens auch der Beckenboden und der Schliessmuskelapparat verkrampft. Oftmals wird geraten, man solle in diesem Falle husten. Häufig hilft es mehr, wenn man bewusst langsam tief ein- und ausatmet und in der Ausatmungsphase den Katheter jeweils langsam vorschiebt.

Den Penis unbedingt strecken um den Harnröhrenverlauf zu begradigen. Der Katheter kann sonst vermehrt Schmerzen und nicht selten eine Verletzung verursachen (Abb. 7 und 8).

Richtiger Katheterdurchmesser

Aus der Befürchtung heraus die Harnröhre zu verletzen, wird gerade bei Männern ein zu dünner Katheter gewählt. Tatsache ist, dass ein zu dünner Katheter wie eine «Speerspitze» Verletzungen der Harnröhrenschleimhaut verursachen kann, während ein dickerer Katheter die Harnröhre eher aufdehnt. Ist der Harnröhrenschliessmuskel verkrampft besteht die Gefahr, dass sich ein zu dünner Katheter vor dem Schliessmuskel umbiegt und in die Harnröhre zurückrollt (Abb. 9).

Bei altersgerechter Entwicklung sollte ab zwölf Jahren ein 12-Ch-Katheter gewählt werden, bei Erwachsenen 14 Ch.

Die Harnröhre kann man sich trotz vieler bekannter Darstellungen nicht als «Röhre» vorstellen. Die Harnröhre ist in Ruhe ein flacher weicher Schlauch. Erst der Urinstrahl entfaltet die Harnröhre zu ihrem eigentlichen röhrenförmigen Durchmesser. Wird

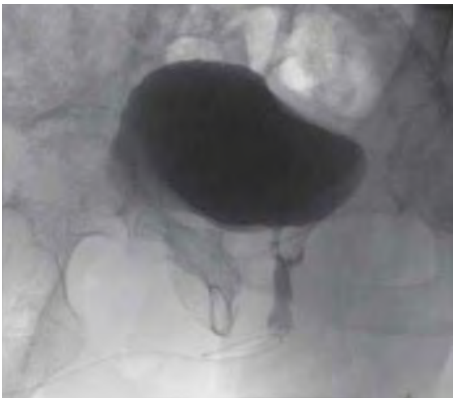


Abb. 9: Katheter Grösse 8 Ch anstelle 14 Ch

Abb. 11: Einhängen am Rollstuhlsitzkissen

ein Katheter eingeführt, so entfaltet dieser erst das eigentliche Innenlumen durch das er hindurch gleitet.
Als Hilfsmittel für den Selbstkatheterismus im Rollstuhl hat sich die Hosenklammer bewährt (Abb. 10). Sie zieht den geöffneten Reissverschluss der Hose durch Einhängen am Rollstuhlsitzkissen ausreichend weit auf (Abb. 11).

Wissenswertes für die Frau

Tipps zur Technik bei einem stark nach vorn gekippten Becken

Ist das Becken stark nach vorn gekippt, verläuft die Harnröhre tendenziell nach oben anstatt parallel zur Unterlage. Das hat zur Folge, dass der Katheter häufig in die Scheide abrutscht. Verwendet man einen Tiemannkatheter (Katheter für den Mann), in dem man die gebogener Spitze nach oben Richtung Schambein zeigen lässt, vermeidet man das Abrutschen, da der Katheter den Weg des geringsten Widerstandes in die Blase und nicht in die Scheide nimmt.
Durch das Unterlagern des Beckens erreicht man auch einen zum Katheterisieren günstigeren Winkel der Harnröhre.
Hilfreich ist auch, beim Spreizen die Labien etwas nach oben (Richtung Schambein) zu ziehen, dadurch stellt sich die Harnröhrenmündung besser dar, und der Katheter gleitet nicht so leicht in die Scheide ab.

Abb. 10: Die Hosenklammer zieht den geöffneten Reissverschluss genügend weit auf.

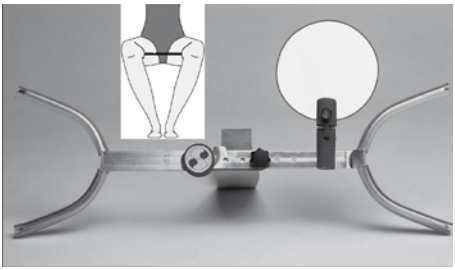


Abb. 12: Spreizhilfe mit Beinspiegel

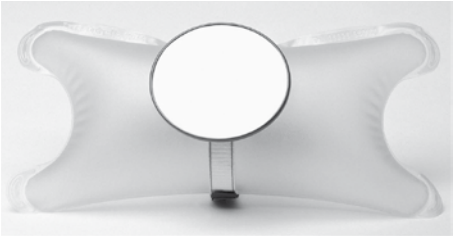


Abb. 13: Spreizhilfe mit Beinspiegel

Bei Spastik oder schwieriger Fixierung der Beine beim Katheterismus im Rollstuhl können Spreizhilfen und Beinspiegel von Nutzen sein (Abb. 12–14).

Bei falscher Katheterlage immer einen neuen Katheter verwenden, aus Schutz vor Keimverschleppung aus der Scheide in die Blase. Bei Menstruation ist die Körperhygiene besonders wichtig, da das Risiko für einen Harnwegsinfekt in dieser Zeit erhöht ist.

Damit beim Selbstkatheterismus der Katheter steril die Harnröhrenmündung trifft, verwenden die Frauen einen Bett- oder Beinspiegel. Man kann auf den Spiegel nach ca. vier Wochen Training verzichten, wenn ein Trick ausgenutzt wird. Fast alle Menschen treffen mit geschlossenen Augen die Nasenspitze, obwohl man sie ohne Berührung nicht fühlt. Dies kann man auch für die Harnröhrenmündung ausnutzen. Nach dem der Katheter mit Hilfe des Spiegels gelegt wurde, schliesst man die Augen

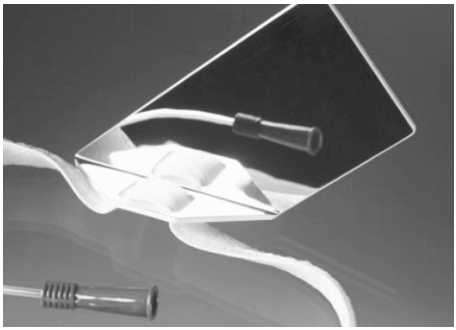


Abb. 14: Der Beinspiegel wird mit einem Halteband am Oberschenkel fixiert.

und versucht bei liegendem Katheter die Harnröhrenmündung zu treffen. Dies sollte bei jedem Katheterismus mehrmals geübt werden. Somit vermittelt sich ein «Gefühl» für die Lage der Harnröhrenmündung, und nach vier Wochen sind die meisten Frauen in der Lage die Harnröhre blind zu treffen.

Dauerkatheter als Alternative zum ISK?

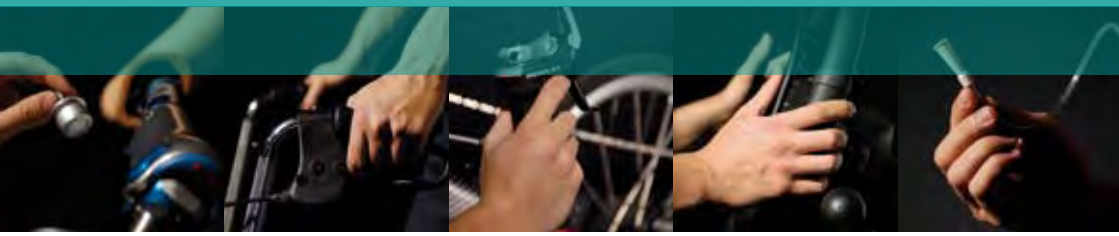
Unwillkürlich kommt die Frage auf: Ist es nicht schonender, einen Dauerkatheter in der Harnröhre zu tragen, als vier- bis fünfmal am Tag die Harnröhre zu katheterisieren?

Wenn man sich vorstellt, dass ein Dauerkatheter Tag für Tag, Stunde für Stunde die Harnröhre als Fremdkörper reizt, ist diese Frage schnell mit Nein zu beantworten. Der Dauerkatheter, der zwar je nach Material nur alle drei bis vier Wochen gewechselt werden muss, verursacht anfänglich nur Irritationen der Schleimhaut. Auf Jahre besteht ein hohes Risiko für Druckstellen in der Harnröhre und dem Schliessmuskelbereich. Auch das Risiko und Ausmass einer chronischen Harnwegsinfektion ist beim Dauerkatheter gravierender einzustufen. Nicht selten kommt es zu irreparablen Blasenveränderungen. Ein Dauerkatheter in der Harnröhre darf so nur als Zwischenlösung

Orthotec

Der Mensch im Mittelpunkt

Umfassendes Leistungsangebot in jeder Lebenslage



Spielen. Basteln. Herum tollen. Schwimmen. Oder einfach die Welt entdecken. Wir begleiten Sie von Anfang an und gehen mit Ihnen durchs Leben. Vertrauen Sie auf unsere Dienstleistungen und Produkte in der medizinischen Rehabilitation sowie der Förderung des allgemeinen Wohlbefindens.

Testen Sie uns. Wir freuen uns auf Sie.

Unser Leistungsangebot

- Orthopädietechnik
- Rehabilitationstechnik
- Rollstuhlmechanik
- Fahrzeugumbau
- Inkontinenzartikel

Orthotec AG | Postfach | CH-6207 Nottwil | T +41 41 939 56 06 | F +41 41 939 56 40
info@orthotec.ch | www.orthotec.ch

gesehen oder für begrenzte klar definierte Zeiträume eingesetzt werden. So z.B. wenn Sie für die Dauer einer längere Reisezeit ohne die Möglichkeit diskret zu Katheterisieren (Flug-, Bahnreisen) einen Dauerkatheter einsetzen möchten. Informieren Sie sich aber bitte bei ihrem Urologen über ihre persönlichen Vorsichtsmassnahmen.

Risiko oder Gewinn?

Ist nun der Katheterismus gefährlich oder gar risikoreicher als Sie gedacht haben?
Nein. Die meisten Verletzungen entstehen aus Unkenntnis. Beachtet man die wenigen, aber wichtigen Hinweise, ist der Katheterismus eine einfache und sichere Form der Blasenentleerung. Die Instruktion durch das Pflegepersonal vermittelt ihnen die wichtigen Aspekte. Sollte diese schon länger zurück liegen, informieren sie sich ruhig über neue Erkenntnisse in der Infektionsverhütung und beim Materialangebot. So kann man abschliessend die Frage nach «Risiko oder Gewinn» mit einem klaren «Ja» für den Katheterismus beantwortet werden. Es ist eine berechenbare Form der Blasenentleerung, die bei einer bewussten Integration in den Alltag ein grosses Mass an Unabhängigkeit bringt und dabei Blase und Nieren gesund erhalten kann.

Walter Holzschuh, Pflegefachmann HF, Erwachsenenbildner HF, Leiter Diagnostik Neuro-Urologie im Schweizer Paraplegiker-Zentrum Nottwil, Vorstandspräsident der Schweizerischen Interessenvereinigung für UrologiePflege

Literaturverzeichnis

Guido A. Zäch, et al.: Paraplegie 2006, 185–207. Karger, ISBN 3-8055-7980-2
D. Bach, P. Brühl; Nosokomiale Harnwegsinfektionen. Jungjohann Verlag, ISBN 3-8243-1405-3

Weiterführende Literatur

H. Hautmann: Urologie. Springer Verlag. ISBN 3-540-67407-1
M. Stöhrer, H. Madersbacher, H. Palmtag: Neurogene Blasenfunktionsstörung. Springer Verlag, ISBN 3-540-61216-5
J. Sökeland: Katheterismus. Perimed Fachbuch-Verlags-Gesellschaft Erlangen, ISBN 3-88429-348-6
J. Sökeland: Urologie für Pflegeberufe. Thieme Verlag, ISBN 3-13-483907-5
Para Know-how, Schweizer Paraplegiker-Zentrum Nottwil: Einmalkatheterismus bei der Frau; DVD und Video. Einmalkatheterismus beim Mann; DVD und Video
A. Kramer, P. Rudolph, H.P. Werner, K.J. Klebingat: Intermittierender Katheterismus der Harnblase. Hygiene und Medizin, 2001; 26(1–2):14

Einladung zum ISK-Tag

Alles Wissenswerte zum **I**ntermittierenden **S**elbst**K**atheterismus

Unter dem Patronat Para Know-how des Schweizer Paraplegiker-Zentrum wird im Jahresrhythmus (November) ein Fortbildungstag für Betroffene, Angehörige und Pflegepersonen initiiert und durchgeführt. Die Rückmeldungen und die Auswertung der Fortbildung zeigen, dass sich eine Fortbildungs- und Diskussionsveranstaltung in folgender Zusammenstellung bewährt:

- Medizinische Referate
- Pflege-Fachvorträge
- Produktvorstellungen der Industrie
- Diskussionsrunde mit den Produktspezialisten aus den Entwicklungsabteilungen der Industrie, den Referenten und den Teilnehmern.

Auskünfte über die Termine und Durchführung erhalten sie über das Sekretariat der Pflegedirektion des Schweizer Paraplegiker-Zentrums in Nottwil.

Auskünfte über die Termine und Durchführung erhalten Sie bei Therese Kämpfer, Abteilung Pflegeentwicklung, Patienten-Bildung, Email: therese.kämpfer@paranet.ch

SpeediCath

Coloplast

Bestellen Sie über unsere Telefon-Hotline oder per E-Mail unsere Kinderbroschüre zum Intermittierenden Selbstkatheterismus – natürlich kostenlos.

Mit SpeediCath ist das Katheterisieren gar nicht so schwer

SpeediCath ist in sterile Flüssigkeit gebettet, dies macht zusätzliches Gleitmittel überflüssig. Damit ist er jederzeit einsatzbereit. Die gleitfähige Oberfläche sorgt darüber hinaus für ein besonders sanftes und sicheres Einführen. So werden die Infektionsrisiken soweit wie möglich minimiert. **SpeediCath** gibt es für Kinder und Jugendliche in den Charrière-Grössen 6, 8 und 10.

SpeediCath gibt Kindern mehr Sicherheit und Selbstständigkeit.

Coloplast AG
Euro-Business-Center
Blegistrasse 1
6343 Rotkreuz
Tel.: 041 799 79 79
Fax: 041 799 79 40
swissinfo@coloplast.com

Coloplast

Teleflex MEDICAL

Design: www.dartwork.de

WARUM NICHT NACH DEN STERNEN GREIFEN?

– WIR SORGEN DAFÜR, DASS IHNEN ALLE MÖGLICHKEITEN OFFEN STEHEN.

JETZT AUCH MIT TIEMANN-KOPF!

Zwei hydrophile Kathetersysteme für noch mehr Möglichkeiten: Hier gibt es Liquick® und Liquick® BASE gleich im Doppelpack. Das Liquick® Kathetersystem mit integriertem Sachet und Funktionspackung bietet allen Komfort – auch wenn's mal schnell gehen muss. Der Liquick® BASE bietet Sicherheit in ganz kompakter Form – und die praktische Schutzhülle ermöglicht eine berührungsfreie Anwendung. Natürlich ist bei beiden Produkten der bewährte SafetyCat® Sicherheitskatheter Herzstück des Systems.

Weitere Infos und kostenlose Produktmuster erhalten Sie bei:

MEDICAL SERVICE
A · TELEFLEX · COMPANY
www.medical-service.de

EXPIRION
Provider of Competence
Telefon 041/360 27 64 • Telefax 041/360 27 18 • medical-service@expirion.ch

Meine Erfahrung als Inkontinenzberaterin

Mein Name ist Corinne Levcovich-Bloch. 1998 habe ich meine Ausbildung zur Kinderkrankenschwester (heute Pflegefachfrau) in Aarau abgeschlossen.
Danach habe ich kurze Zeit auf der Neonatologie im Universitätsspital Zürich gearbeitet, und bin dann ins Kinderspital Zürich auf die Chirurgie gewechselt. Dort durfte ich knapp zehn Jahre ausgiebig Erfahrung sammeln und mich weiterentwickeln.
Ich bekam die Gelegenheit, in New York mit Spezialisten in der Pädiatrie zusammenzuarbeiten und wurde dann zur «Bowle-Nurse» ernannt. Zusammen mit zwei Ärzten bauten wir im Kinderspital Zürich die Bowle-Management-Sprechstunde auf. Kurze Zeit später bildeten wir eine Inkontinenzgruppe. Dank der Inkontinenzgruppe konnte ich sehr intensiv Erfahrung mit dem LoFric-Katheter sammeln, der im Kinderspital Zürich seit über zehn Jahren benutzt wird.
Seit über zwanzig Jahren wird der LoFric-Katheter nun schon erfolgreich in der Schweiz eingesetzt, und seit zwei Jahren ist Astra Tech als Hersteller mit eigener Organisation in der Schweiz für LoFric zuständig. Vor zwei Jahren begann ich auch bei Astra Tech meine beratende Tätigkeit mit LoFric im Bereich Urologie.
Ich bin zweisprachig (deutsch/französisch) aufgewachsen, spreche ausserdem Spanisch und Englisch fliessend und verstehe Italienisch sehr gut. Im Bereich Pädiatrie bin ich für die gesamte Schweiz zuständig. Durch meine Erfahrung als Kinderkrankenschwester und Inkontinenzberaterin betreue ich Kinder und deren Eltern im Bereich Intermittierendes Katheterisieren auch gerne zu Hause.
Für eine Auskunft, Beratung oder einen Termin erreichen Sie mich am besten unter Mobiltelefon 079 644 48 29.

Corinne Levcovich, Avenue de Sévelin 18,
P.O. Box 54, 1000 Lausanne 20

Felix & Julia

Eine kindergerechte Anleitung zum Katheterisieren. Das Heft ist auch in Deutsch vorhanden und kann bestellt werden bei:

Astra Tech SA, Avenue de Sévelin 18,
P.O. Box 54, 1000 Lausanne 20,
Corinne Levcovich
(corinne.levcovich@astratech.com)

Selbstständig katheterisieren – auch du kannst das!

Freitag, 5. November, 18.00 Uhr
bis Sonntag, 7. November 2010, 15.00 Uhr

Verbringe ein Wochenende im Forum Sumiswald mit anderen Kindern und Jugendlichen, die genau dasselbe wollen wie du!

Was erwartet dich am Wochenende?
Du übst das selbstständige Katheterisieren mit einer Bezugsperson aus der Pflege oder einem Rollstuhlfahrer, welcher dir seine eigenen Erfahrungen weitergibt. Wenn du nicht am Üben bist, bestehen verschiedene Möglichkeiten (Basteln, Spiele, sportliche Aktivitäten, usw.), wie du deine Freizeit gestalten kannst.
Deine Eltern oder deine Bezugsperson sind auch dabei und haben ein separates Programm. Sie können an Fachvorträgen teilnehmen, Erfahrungen austauschen und sich mit verschiedene Inkontinenzmaterialien vertraut machen.

Warum ist das Selbst-Katheterisieren für dich wichtig?
Du kannst ohne Eltern oder Pflegepersonen zu Kollegen auf Besuch, auf Schulreisen, in die Schule … Du weisst selber wie das Katheterisieren geht und kannst, falls du doch noch Hilfe brauchst, anderen erklären, wie sie dir helfen können. Du kannst deinen eigenen Körper entdecken und verstehen, wie er funktioniert. Du wirst sehen, dass es viele andere Kinder gibt, die wie du katheterisieren müssen.

Wer darf teilnehmen?
Wenn du eine neurologische Blasen- und Darmfunktionsstörung hast und zwischen 6 und 16 Jahren alt bist. Deine Eltern oder deine Bezugsperson darfst du mitnehmen. Leider kannst du deine Geschwister nicht mitnehmen. Die Teilnehmerzahl ist mind. 12, max. 20 Kinder oder Jugendliche.

Anmeldung und Organisation
IG kidsempowerment, c/o ParaHelp, Susanne Dobler-Weibel, Tel. 041 939 60 60, info@kidsempowerment.ch
Anmeldeschluss: 15. August 2010

Kosten
Fr. 150.– pro Kind, Fr. 200.– pro Erwachsenteil oder Bezugsperson, inklusive Verpflegung und Übernachtung. Der Verein ParaHelp ist von der MwSt befreit.

Annullationskosten
Im Fall einer Annullation werden folgende Bearbeitungsgebühren in Rechnung gestellt: bis 15. August 2010 Fr. 50.–, vom 16. Aug. bis 24. Okt. 2010 Fr. 100.–, ab 25. Oktober 2010 Fr. 150.–, bei Unfall/Krankheit mit Vorlage eines Arztzeugnisses Fr. 50.–

Die Erfolgsgeschichte von IG kidsempowerment

ParaHelp hat bei ihrer täglichen Arbeit gemerkt, dass Familien mit Spina-Bifida-Kindern in allen Kantonen und dessen Spitälern z.B. im Thema Einmalkatheterismus anders angeleitet und geschult werden. Alle hatten verschiedene Richtlinien, Standards und Wichtigkeiten.

Da die Eltern sich untereinander austauschten und über ihre Situationen redeten, merkte man, dass alle einen anderen Wissensstand hatten. Dies ergab eine enorme Unsicherheit bei den Betroffenen.
So entstand die Idee, mit Pflegefachfrauen aus allen Kinderspitäler in der Deutschschweiz und ParaHelp eine Gruppe zu gründen, um die Beratung und Begleitung zu Hause anbieten zu können. Man traf sich ca. dreinal pro Jahr zu einer Sitzung und besprach, wie die Eltern und Betroffenen besser begleitet und unterstützt werden können.
Wir waren uns einig, dass es einen Standard zum Einmalkatheterisieren geben muss, der für alle gilt und nach dem dann auch alle angeleitet werden können. So erarbeiteten wir über eine längere Zeit ein «Büechli», dass zum Anleiten des Einmalkatheterisieren genutzt werden kann. Nach dessen Erarbeitung konnten alle Kinder-

Neue Sanftheit selber spüren?

Actreen® Lite Cath ist der sofort einsatzbereite Einmal-Katheter, der von Anwendern für Anwender entwickelt wurde.

Jetzt gratis Muster anfordern unter Tel. 0848 83 00 33

B|BRAUN
SHARING EXPERTISE

B. Braun Medical AG · OPM · Seesatz · 6204 Sempach · sales-opm.bbmch@bbraun.com · www.bbraun.ch

OP_1205_01.10

kliniken und deren Urologen Anpassungen und Verbesserungen anregen, die danach durch die Projektgruppe aufgenommen wurden.
Dann war es soweit, wir konnten das «Gut zum Druck» erteilen und durften schon nach kurzer Zeit stolz unser «Büechli» in Händen halten. Seither arbeiten wir alle mit dem gleichen Standard und können somit eine hohe Qualität in der Schulung des Einmalkatheterisieren bieten.
Es ist in der Zwischenzeit auch möglich, das «Büechli» auf unserer Homepage unter info@kidsempowerment.ch oder www.kidsempowerment.ch zu bestellen.

Idee einer Interessensgemeinschaft
Während der Erarbeitung entstand auch die Idee, eine Interessensgemeinschaft zu gründen. So wählten wir den Namen IG kidsempowerment und erstellten unsere Homepage. Die Gruppe besteht aus: Kinderspital Zürich, Rehabilitationszentrum für Kinder und Jugendliche in Affoltern am Albis, Chirurgische Kinderklinik Inselspital Bern, Kinderspital St. Gallen, Kinderspital Luzern, ParaHelp Nottwil, Publicare Dättwil und Schweizer Paraplegiker Zentrum Nottwil.

Ein weiteres Projekt
Im Jahr 2008 stellten wir noch ein weiteres Projekt auf die Beine. Die IG kidsempowerment organisierte ein Weekend für Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 16 Jahren mit einer neurogenen Blasen- und Darmentleerungsstörung, wo sie mit einer Elternperson oder Bezugsperson teilnehmen konnten. Im Vorfeld machten wir eine IST-Erhebung um zu sehen, wie weit die Betroffenen sind und welche Ziele sie für das ISK Weekend haben (ISK= Intermittierende Selbstkatheterismus).
Am Weekend selber können die Kids das selbständige Einmalkatheterisieren 1:1 mit einer Pflegefachperson intensiv trainieren und üben. Für die Begleitpersonen haben wir Fachvorträge von verschiedenen Ärzten oder Spezialisten wie z.B. einer Hygienefachfrau organisiert. Auch darf es nicht an einem Rahmenprogramm sowohl für die Kids als auch für die Erwachsenen fehlen. Neben dem fachlichen Inhalt soll auch Spass und Fun seinen festen Platz haben. Aber das Wertvollste, was wir auch immer wieder als Rückmeldung bekommen, ist der Austausch untereinander.
Dieses ISK-Weekend ist jedoch nicht ohne unsere grosszügigen Sponsoren möglich. Die Firmen und Stiftungen ermöglichen es dank der finanziellen Unterstützung erst, dass wir dieses Weekend dieses Jahr vom 5.–7. November 2010 zum dritten Mal durchführen können (siehe Ausschreibung auf Seite 15). Ihnen gebührt auf diesem Weg unser herzlicher Dank.

IG kidsempowerment ist ein Vorzeigebeispiel dafür, dass Zusammenarbeit auf allen Ebenen zum Erfolg führt!

Andrea Meier-Violka, dipl. Pflegefachfrau

Das nächste Weekend wird unterstützt von:
- Schweizerische Stiftung für das cerebral gelähmte Kind
- Publicare AG, Dättwil
- Coloplast AG, Rotkreuz
- Astra Tech SA, Lausanne
- Rehatec AG, Allschwil
- Liberty Medical (Switzerland) AG, Hollister, Schlieren
- B.Braun Medical AG, Sempach Station
- Expirion GmbH, Medical Service, Luzern
- SCA Hygiene Product AG Tena, Zug
- Stiftung Folsäure Offensiv Schweiz, Steinhausen
- Schweizerische Vereinigung zugunsten von Personen mit Spina Bifida und Hydrocephalus (SBH)
- Stiftung Kinderhilfe Sternschnuppe
- Bayer Schweiz AG, Zürich
- Manfred Sauer GmbH, D-Lobbach

(Stand 16. Januar 2010)

Ein Kind kommt mit einer Krankheit oder einer Behinderung zur Welt. Es wird in den ersten Lebensjahren krank oder erleidet einen schweren Unfall. Nach dem anfänglichen Schock haben Mütter und Väter viele Fragen. Was fehlt unserem Kind? Wo gibt es Informationen? Wo finden wir Hilfe und Unterstützung?

Eltern mit diesen und ähnlichen Fragen haben sich in Elternvereinigungen zusammengeschlossen und leisten Hilfe zur Selbsthilfe. Sie sind in einem Netzwerk verbunden. Die Website

www.behindertekinder.ch

führt Rat suchende Eltern zu der Elternvereinigung, die weiterhelfen kann.

Besuchen Sie www.behindertekinder.ch. Empfehlen Sie die Website betroffenen Eltern und Interessierten weiter.

K V E B
Konferenz der Vereinigungen
von Eltern behinderter Kinder

Bürglistrasse 11, 8002 Zürich, Tel. 044 201 58 26, Fax 044 202 23
info@behindertekinder.ch, www.behindertekinder.ch

Sicherheit bringt Spass.

Gönnen Sie Ihrem Kind das fundierte Wissen von Publicare. Wir beraten Sie in allen Fragen rund um Stuhlinkontinenz und Katheterisierung. Wir unterstützen Sie bei der Wahl der persönlichen Hilfsmittel.

publicare

Publicare AG | Täfernstrasse 20 | 5405 Dättwil
Telefon 056 484 10 00 | www.publicare.ch

Internationaler Kongress in Dublin

Auch dieses Jahr wird wieder ein internationaler Kongress stattfinden. Es ist der 21. Kongress, der dieses Jahr von der Irischen Spina bifida und Hydrocephalus Vereinigung mit Hilfe der Internationen Vereinigung unter dem Titel „What's the next step?" (Was ist der nächste Schritt?) in Dublin vom 11.–12. Juni 2010 organisiert wird.

Ich ermuntere euch, diese Gelegenheit wahrzunehmen, um an diesem Kongress teilzunehmen. Die einzige Voraussetzung, die ihr mitbringen müsst, sind gute Englischkenntnisse. Es ist ein interessantes Programm zusammengestellt worden, das auch Zeit lässt, um sich umzusehen, um Kontakte zu knüpfen. Es lohnt sich, sich zu informieren, sich neu zu orientieren, und gestärkt mit dem Wissen, dass wir nicht alleine sind und auch um einige Erfahrungen reicher, nach Hause zu fahren. Es wurde sogar eine Kinderkrippe während dieser zwei Tage eingerichtet. Und wieso nicht ein verlängertes Wochenende einplanen, um danach noch Dublin zu besuchen?

Es wird viel gemacht auf internationaler Ebene. Informiert euch unter www.ifglobal.org. Es lohnt sich! Und wer weiss, vielleicht sehen wir uns in Dublin!

Inés Boekholt-Förderer, Präsidentin SBH

Informationen zum Kongress:
www.ifsbhireland2010.com/

Tauschbörse im Internet

Auf der Webseite der SBH (www.spina-hydro.ch) ist eine Tauschbörse eingerichtet worden. Zurzeit sind dort abzugeben: Therapieball, Rollstuhlschlupfsack, ärmelloser Rollstuhlregenschutz, fünf Katheterhosen, Sommerhose, Winterjacke, Fleecejacke.
Wer etwas abzugeben hat und dies auf der Webseite gratis zufügen will, schickt den Text mit Foto an die Geschäftsstelle: geschaeftsstelle@spina-hydro.ch

Ihr Spezialist für Inkontinenz-Systeme

Ortho Medica findet dank individueller Beratung und ganzheitlichem Service die Lösung für jedes Problem. Unser Sortiment an Kathetern und Kathetersystemen ist immer auf dem neusten Stand: einfach und schonend in der Anwendung. Damit Sie sich in jeder Hinsicht spürbar wohler fühlen.

Ortho Medica erleichtert Ihnen das Leben. Mit Sicherheit.

ORTHO MEDICA
CONTINENCE CARE

Ja, ich wünsche eine persönliche Beratung
☐ Bitte kontaktieren Sie mich für einen Termin

Ja, ich wünsche zusätzliche Informationen über:
☐ Blasenkatheter und Blasenkathetersysteme
☐ Gleit- & Desinfektionsmittel
☐ Tupfer & Kompressen
☐ Kondom-Urinalsysteme
☐ Urinbeutel
☐ Inkontinenz-Einlagen & Unterlagen

Name _____ Vorname _____

Adresse _____ PLZ/Ort _____

Telefon _____ E-Mail _____

Talon einsenden oder faxen an: Ortho Medica, Gregor Hutter, Obergrundstrasse 119,
Postfach 3562, 6002 Luzern, Telefon 041 360 25 44, Fax 041 360 25 54, info@orthomedica.ch
www.orthomedica.ch

Der hydrophil beschichtete Katheter von **Oasis** ist einfach, angenehm, sicher und preisgünstig! Bestell noch heute Deine **Gratis-Muster**.

Wir sind für Dich da: 061 487 99 11 oder www.rehatec.ch

REHATEC

Raclette-Plausch in Alpnach

Auch dieses Jahr lud uns der Vorstand zu einem gemütlichen Abend. Die ersten Familien trafen sich am späten Nachmittag in der Truppenunterkunft, um Grittibänze zu machen. Mit Begeisterung und Ideenreichtum wurde der vorbereitete Teig geformt, gezogen und geschnitten. Es entstanden die verschiedensten Formen von Grittibänzen und anderen Kunstwerken, die mit Sultaninen, Nüssen und Mandeln noch mit Hingabe verziert und mit Ei bestrichen wurden. Vor allem die Kinder hatten grosse Freude daran, aber auch einige Jugendliche und Erwachsene entpuppten sich als wahre Meister der Bäckerkunst. Etwas schwieriger gestaltete sich allerdings das Backen dieser Produkte, denn der Ofen in der Grossküche hatte eher uns im Griff als umgekehrt.

Inzwischen waren alle angemeldeten Mitglieder und Gäste eingetroffen. Man bediente sich bei den bereitgestellten Getränken und nahm an den liebevoll dekorierten Tischen Platz. Christoph Kalbermatten bereitete für uns den Käse nach urtümlicher Walliser-Art am Raclette-Grill zu. Dabei schabte er den am halben Laib geschmolzenen Käse direkt auf die Teller

der hungrigen Gäste. Er hatte buchstäblich alle Hände voll zu tun. Zum geschmackvollen Käse gab's Kartoffeln, Cornichons und Silberzwiebeln, die die fleissigen Helfer vorbereitet hatten. Wer keinen Käse mochte, konnte sich Wienerli und Brot holen. So kamen alle zu einem feinen Nachtessen. Als wir wieder Platz in unseren Bäuchen hatten, verwöhnte uns der Vorstand mit Kaffee und Kuchen.

Wie immer bei gemütlichem Beisammensein verging die Zeit schnell, die Kinder waren müde und so verabschiedeten sich die Teilnehmenden voneinander.

Auch dieser Anlass wurde von einer grossen Schar Mitgliedern besucht. Herzlichen Dank an unsere sichtlich motivierten Vorstandsmitglieder, die in der Vorbereitung, während des gemeinsamen Abends und nachher beim Aufräumen und Putzen grossartige Arbeit geleistet haben.

Silvia Hurschler

ATTUALITÀ

La prossima primavera arriverà sicuramente!
Affinché possiate programmare le vostre vacanze a tempo debito, desideriamo presentarvi in breve le nostre più svariate possibilità di tempo libero:

Vacanze in un bungalow accessibile in sedia a rotelle presso il Camping Aaregg di Brienz, con accesso diretto al lago e alla spiaggia privata.
Con il nostro nuovo progetto, alle persone affette da handicap motorio ed alle loro famiglie desideriamo offrire una possibilità di ferie che permetta loro, da un lato, di essere assistiti al meglio e di godersi la loro vacanza equipaggiati di tutti gli ausili necessari, dall'altro anche di avere l'opportunità di entrare in contatto con altre famiglie ed allacciare nuove amicizie.
Contatto: Camping Aaregg di Brienz, Marcel Zysset, tel 033 951 18 43, fax033 951 43 24, mail@aaregg.ch

Offerta roulotte
La Fondazione Cerebral ed il Camping Lido Luzern collaboreranno nuovamente in futuro affinché le persone interessate e le loro famiglie, presso il Camping Lido Luzern, abbiano la possibilità di trascorrere le vacanze in campeggio dentro una roulotte appositamente modificata. Pertanto, a partire da maggio

2010, sarà posizionata una nuova roulotte accessibile in sedia a rotelle, veranda inclusa, presso un posteggio fisso.
Noleggio tramite: Camping International Lido Luzern, Lidostrasse 19, 6006 Lucerna, tel. 041 370 21 46, fax 041 370 21 45, luzern@camping-international.ch

Vacanze assistite per famiglie con un membro handicappato presso cinque hotel selezionati della Svizzera. Con questa offerta desideriamo permettere a voi ed alla vostra famiglia di trascorrere vacanze riposanti e sgravarvi nella cura di vostro figlio handicappato attraverso l'intervento della Spitex sul posto. Richiedete il nostro dépliant speciale.Vi abbiamo incuriosito e siete interessati? Tramite la Fondazione Cerebral riceverete qualsiasi informazione vogliate in merito ai servizi menzionati.
Telefono 031 308 15 15
Fax 031 301 36 85
E-mail cerebral@cerebral.ch

HERMAP ZUM THEMA ERGOTHERAPIE

Unabhängig und mobil bleiben

mit einer grossen Auswahl an Hilfsmittel für Kinder.

- Kinder-Elektro-Rollstühle
- Kinder-Rollstühle
- Reha-Buggys
- Steh-und Gehhilfen

Reha-Technik HERMAP EBIKON

Hermap AG, Orthopädie- und Rehatechnik, Neuhaltenstrasse 1, 6030 Ebikon
Telefon 041 444 10 20, www.hermap.ch
Ausstellung und Verkaufs-Center offen MO–FR, 8.00–12.00 Uhr / 13.15–18.00 Uhr.

HERMAP EBIKON

AKTUELL

Der nächste Frühling kommt ganz bestimmt!
Damit Sie Ihre Ferien rechtzeitig planen können, möchten wir Ihnen in Kürze unsere verschiedensten Freizeitmöglichkeiten vorstellen:

Ferien in einem rollstuhlgängigen Bungalow auf dem Camping Aaregg in Brienz, mit direktem Zugang zum See und eigenem Badestrand.

Mit unserem neuen Projekt möchten wir bewegungsbehinderten Menschen und ihren Familien eine Ferienmöglichkeit anbieten, bei der sie einerseits bestens versorgt und mit allen notwendigen Hilfsmitteln ausgestattet ihre Ferienzeit geniessen können und andererseits auch die Möglichkeit erhalten, mit anderen Familien in Kontakt zu kommen und neue Freundschaften zu knüpfen.
Kontakt: Camping Aaregg in Brienz, Marcel Zysset, Tel 033 951 18 43, Fax 033 951 43 24, mail@aaregg.ch

Wohnwagenangebot
Die Stiftung Cerebral und Camping Lido Luzern werden in Zukunft wieder zusammenarbeiten, damit Betroffene und ihre Familien auf dem Camping Lido Luzern die Möglichkeit haben, Campingferien in einem speziell umgebauten Wohnwagen zu verbringen. Ab Mai 2010 wird deshalb ein neuer rollstuhlgängiger Wohnwagen inkl. Vorzelt auf einem festen Standplatz aufgestellt.
Vermietung: Camping International Lido Luzern, Lidostrasse 19, 6006 Luzern, Tel. 041 370 21 46, Fax 041 370 21 45, luzern@camping-international.ch

Die Stiftung Cerebral stellt weiterhin **zwei Motorhomes** für cerebral bewegungsbehinderte Menschen zur Verfügung. Im Motorhome können bis vier Personen bequem reisen, essen und schlafen. Beide Fahrzeuge können für eine oder zwei Wochen gemietet werden bei:
Caravan Service Soltermann, 3322 Schönbühl-Urtenen, Tel. 031 859 52 54

Betreute Ferien für Familien mit einem behinderten Familienangehörigen in fünf ausgewählten Hotels in der Schweiz.
Mit diesem Angebot möchten wir Ihnen und Ihrer Familie erholsame Ferien ermöglichen und Sie bei der Pflege Ihres behinderten Kindes durch den Einsatz der Spitex vor Ort entlasten. Verlangen Sie unseren Spezialprospekt.

Schifffahrt Untersee und Rhein
Die Schifffahrt zwischen Kreuzlingen/Konstanz und Schaffhausen gilt mit Recht als eine der schönsten Stromfahrten Europas. Klöster, Burgen und Schlösser in reicher Zahl zeugen vom geschichtlichen und kulturellen Werden dieser Kultur- und Naturlandschaft zwischen Bodensee und Rheinfall. Gegen Vorweisen des Stiftungs-Ausweises bezahlt die Familie an der Schiffskasse lediglich CHF 20.–.

Unser neuer Hotel- und Kurhausführer enthält wieder attraktive Angebote zum Aus- und Entspannen oder Regenerieren.
Sind Sie neugierig geworden und interessiert? Durch die Stiftung Cerebral erhalten Sie über alle Dienstleistungen jede gewünschte Auskunft.

Tel.	031 308 15 15
Fax	031 301 36 85
E-Mail	cerebral@cerebral.ch

Quer durch die Schweiz dank unserer nationalen Velovermietung für Menschen mit Behinderung
Ab Mai 2010 können wir Ihnen sage und schreibe nein Mietstationen anbieten, bei denen die Spezialvelos gemietet werden können. Telefonnummern der Mietstationen:

Basel	061 283 44 44
Chur	081 250 56 57
Lausanne	021 617 83 56
Murten	051 221 15 52
Noiraigue	032 864 90 64

Pontresina	081 834 57 50
Romanshorn	051 228 33 55
Schwerzenbach Greifensee	044 825 44 70
Stans	041 610 47 67

Die Mietpreise für die Spezialfahrräder setzen sich wie folgt zusammen: Ganzer Tag: CHF 42.–, halber Tag: CHF 30.–. Unter Vorweisung des «Cerebral-Ausweises» erhalten Sie einen Rabatt von 50% auf den Mietpreis. Der Rabatt wird direkt vor Ort abgezogen. Denken Sie bei all Ihren Unternehmungen an den Cerebral-Ausweis! Mit dem Ausweis und den Reka-Checks in der Tasche werden spontane Ausflüge und erholsame Ferien erschwinglich.

ACTUEL

Le printemps finira par arriver bientôt!
Pour vous permettre de planifier vos vacances à temps, nous aimerions vous présenter brièvement nos possibilités de loisirs les plus diverses:

Vacances en bungalow accessible aux fauteuils roulants au camping Aaregg de Brienz, avec accès direct au lac et emplacement privé sur la plage.
Avec notre nouveau projet, nous souhaitons offrir à des personnes handicapées et à leurs familles une possibilité de passer des vacances lors desquelles, d'une part, elles seraient soignées au mieux et disposeraient de tous les instruments auxiliaires nécessaires sur place, et d'autre part, qui leur permettent d'entrer en contact avec d'autres familles et nouer ainsi de nouvelles amitiés.
Contact: Camping Aaregg à Brienz, Marcel Zysset, tél 033 951 18 43, fax 033 951 43 24, mail@aaregg.ch

Offre de caravanes
La Fondation Cerebral et le camping Lido Luzern collaboreront de nouveau à l'avenir pour permettre à des personnes handicapées et à leurs familles de séjourner au camping Lido Luzern dans une caravane spécialement aménagée. C'est pourquoi, à partir de mai 2010, une nouvelle caravane avec auvent accessible aux fauteuils roulants sera installée sur un emplacement fixe.
Location: Camping International Lido Luzern, Lidostrasse 19, 6006 Lucerne, tél. 041 370 21 46, fax 041 370 21 45, luzern@camping-international.ch

La Fondation Cerebral met toujours **2 camping-cars** à la disposition des personnes atteintes d'un handicap moteur cérébral: Chaque camping-car permet à quatre personnes de voyager, manger et de dormir confortablement. Ces deux véhicules peuvent être loués pour une ou deux semaines auprès de: Caravan Service Soltermann, 3322 Schönbühl-Urtenen, tél. 031 859 52 54

Vacances encadrées pour les familles comptant un proche handicapé dans cinq hôtels suisses sélectionnés. Avec cette offre, nous souhaitons vous permettre, à vous et à votre famille, de passer des vacances reposantes, et de vous dispenser des soins de votre enfant handicapé en faisant appel au Spitex sur place. Demandez notre prospectus spécial.

LoFric®
Die neuen sind da!

LoFric® Hydro-Kit™

LoFric® Primo™

LoFric® Sense™

Die neuen LoFric Einmalblasen-Katheter: Ideal für unterwegs und zu Hause! Kostenlos probieren unter: Tel: 021 620 02 30 info.ch@astratech.com

urotonic™ SURFACE TECHNOLOGY

ASTRATECH HEALTHCARE

ASTRA ASTRA TECH

Astra Tech SA Av. de Sévelin 18 1000 Lausanne 20 Tel: 021 620 02 30
Fax: 021 620 02 31 info.ch@astratech.com www.lofric.ch

A company in the AstraZeneca Group

Schweizerische Vereinigung

13. März, 13. November 2010
Zentralvorstandssitzung, jeweils um 10.15 Uhr, Rest. Buffet Olten Autogrill AG (zwischen Gleis 4+7)

8. Mai 2010
Delegiertenversammlung in Luzern
3./4. September 2011
SBH-Weekend im Campus Sursee

Redaktionskommission

Mittwoch, 16. Juni, 13. Oktober 2010
jeweils 18.00 Uhr: Redaktionssitzung, Rest. Buffet Olten Autogrill AG (zwischen Gleis 4+7)

Zentralschweiz. Vereinigung

12. März 2010
Generalversammlung
12. Juni 2010
Mütterausflug
26. Juni 2010
Familienpicknick
23. Oktober 2010
Väterausflug
27. November 2010
Chlaushöck
18. März 2011
Generalversammlung

Ostschweiz. Vereinigung

Samstag, 17. April 2010
Jahresversammlung, 14 Uhr im Restaurant St. Anton, Oberegg
Sonntag, 20. Juni 2010
Mütterwanderung

Die Anlässe der Regionalvereinigungen sind regionenübergreifend

Die fünf SBH-Regionalvereinigungen machen ihr möglichstes um attraktive Anlässe in ihrer Region zu organisieren.
Vielleicht haben sie auch schon gedacht: «Das würde mich interessieren – der Anlass aber findet leider nicht in meiner Region statt.»
Ab sofort dürfen Sie an allen Anlässen der fünf SBH-Regionalvereinigungen teilnehmen (ausgenommen sind die Generalversammlungen). Die Anlässe sind jeweils im SBH-Heft ausgeschrieben. Nähere Infos und Anmeldung finden sie dann unter www.spina-hydro.ch (unter Regionen) oder beim zuständigen Präsidium.
Bei Anlässen, wo die Teilnehmerzahl begrenzt ist, haben die Aktivmitglieder aus der entsprechenden Region den Vortritt.

Besuchen Sie unsere Website:

www.spina-hydro.ch

Jugendsport im Rollstuhl

Wir rollen mit Humor
18. bis 24. Juli 2010
Kurs Nr. 047 im Forum Sumiswald
Für Kinder/Jugendliche von 6 bis 16 Jahre
Kursleitung: Andrea Meier-Violka
Anmeldeschluss: 18. Mai 2010

Infos und Anmeldung:
Plusport, Chriesibaumstrasse 6, 8604 Volketswil,
Tel. 044 908 45 01, mailbox@plusport.ch,
www.plusport.ch

Kids Camp in Nottwil

5./6. Juni 2010
28./29. Mai 2011

SCHWEIZERISCHE VEREINIGUNG
ZUGUNSTEN VON PERSONEN MIT
SPINA BIFIDA & **HYDROCEPHALUS**
www.spina-hydro.ch

Geschäftsstelle
Brigit Willimann, Schulrain 3, 6276 Hohenrain
Tel./Fax P 041 910 34 28, G 041 910 00 15
geschaeftsstelle@spina-hydro.ch

Zentralpräsidentin
Inés Boekholt, rue Jolimont 22, 2525 Le Landeron
Tel. P 032 751 14 32, Natel 079 212 89 49
Fax 032 721 24 24
praesidentin@spina-hydro.ch

Zentralkassierin
Cornelia Imfeld, Brunnmattweg 11, 6060 Sarnen
Tel. 041 660 51 49, kassier@spina-hydro.ch

Spenden-Konto
Obwaldner Kantonalbank, 6061 Sarnen 1, PC 60-9-9,
zugunsten von: CH 04 0078 0013 0546 1180 7
Zentralschweizerische Vereinigung zugunsten
von Personen mit Spina bifida und Hydrocephalus,
6060 Sarnen

REGIONALVEREINIGUNGEN

Basler Vereinigung
Präsident: Serge Rosenblatt
Klingentalstrasse 90, 4057 Basel, Tel. 061 693 43 12
serge.rosenblatt@spina-hydro.ch

Ostschweizerische Vereinigung
Präsident: Christian Brunner
Hinterbühle 851, 9427 Wolfhalden
Tel. 071 888 66 70
christian.brunner@spina-hydro.ch

Vereinigung Bern/Suisse Romande
Präsident: Dr. iur. Andreas Schmutz
Neufeldstrasse 3/23, 3012 Bern
Tel. P 031 301 98 49, G 031 633 43 19
andreas.schmutz@spina-hydro.ch

Zentralschweizerische Vereinigung
Präsidentin: Yvonne Grosswiler
Forchwaldstr. 12, 6318 Walchwil, Tel. 041 758 27 76
yvonne.grosswiler@spina-hydro.ch
PC-Konto 60-27849-3

Zürcher Vereinigung
Co-Präsidenten:
Hansruedi Frohofer, Rebenweg 33, 8332 Russikon
Tel. 044 954 33 56, Fax 044 954 33 02,
hansruedi.frohofer@spina-hydro.ch, sbhz@freesurf.ch
Beat Käser, Trogacherstrasse 4, 8335 Hittnau, Tel. 044
950 90 00, kaeserfrei@sunrise.ch, sbhz@freesurf.ch,
PC-Konto 80-64657-1

SBH-INFORMATIONSHEFT
erscheint 4 x jährlich:
je Mitte März, Juni, September, Dezember

Redaktion
– Albin Koller, Im Unterzelg 21, 8965 Berikon,
Tel. 056 633 60 09, Fax 056 631 80 54,
redaktion@spina-hydro.ch
– Rita Gloor, Schulhausstrasse 1, 3377 Walliswil-
Wangen, Tel. 032 631 13 78, ritagl@bluewin.ch
– Thomas Grollitsch, Hochhaus, 6060 Sarnen,
Tel. 041 675 08 75, thomas_grollitsch@yahoo.de
– Silvia Hurschler, Kirchweg 2a, 6022 Grosswangen,
Tel. 041 980 10 36, sihurschler@gmx.ch
– Georg Irniger, Hüttenwiesstrasse 37a,
9016 St. Gallen, Tel. 071 288 53 18,
g.r.irniger.reiser@hispeed.ch
– Hanny Müller-Kessler, Aehrenweg 6,
8317 Tagelswangen, Tel. 052 343 22 89,
hanny.mueller-kessler@bluewin.ch

Layout und Druckvorstufe
Albin Koller, Im Unterzelg 21, 8965 Berikon,
Tel. 056 633 60 09, Fax 056 631 80 54,
redaktion@spina-hydro.ch

Inserate und Inseratenverkauf
Geschäftsstelle, Brigit Willimann
Schulrain 3, 6276 Hohenrain
Tel. P 041 910 34 28, G 041 910 00 15
geschaeftsstelle@spina-hydro.ch

Abonnemente
Jahresabonnement 2010 inkl. Versandkosten und
MwSt Schweiz Fr. 30.–, Europa Fr. 50.–.

Abonnemente/Adressänderungen
Albin Koller, Im Unterzelg 21, 8965 Berikon,
Tel. 056 633 60 09, Fax 056 631 80 54,
redaktion@spina-hydro.ch

Druck und Spedition
Schumacher Druckerei AG, Lindenbergstrasse 17,
5630 Muri, Tel. 056 664 12 76, Fax 056 664 48 19,
schumacherdruck@bluewin.ch

Auflage: 1000 Ex.

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck und Vervielfältigung, auch auszugsweise, nur auf vorherige schriftliche Zustimmung durch die Redaktion.

P.P.
5630 Muri

Adressänderungen:
Redaktion SBH
Im Unterzelg 21
8965 Berikon

ankuppeln und losfahren – wohin du willst!

Hersteller: ATEC Ing. Büro AG
Küssnacht a.R. www.swisstrac.ch

KIDS SWISS•TRAC®