



Sonja Markgraf
Redakteurin
Pflege Partner

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Wer andere pflegt, sollte nicht vergessen sich selbst zu pflegen. Das klingt einfacher, als es ist. Uns erreichen Briefe, in denen Sie, liebe pflegende Angehörige, ihre Probleme im Alltag schildern - welche Hindernisse Sie im Kontakt mit den Pflegekassen und Ämtern zu überwinden haben, welchen mentalen und körperlichen Anforderungen Sie täglich ausgesetzt sind und dass Ihnen dabei manchmal die Kraft zum Weitermachen fehlt.

Dank des großen Bewusstseins für Ihre Verant-

wortung kommt Aufgeben aber nicht in Frage. Dafür kann Ihnen nicht genug Anerkennung ausgesprochen werden. Sie haben die Unterstützung vor allem der Politik verdient, denn die kann die Stellschrauben für die Bedingungen bei der Pflege zu Hause in die richtige Richtung drehen. Mit der Pflegereform 2008, die auch in diesem Heft wieder ein wichtiges Thema ist, wird zumindest die finanzielle Lage verbessert. Ob echte Entlastungen für pflegende Angehörige eintreten, wird sich zeigen, wenn die (noch)

umstrittenen Pflegestützpunkte ihre Arbeit aufgenommen haben werden.

Der „PflegePartner“ möchte Ihnen helfen, den Alltag sinnvoll zu gestalten. Dazu gehört auch Entspannung: In diesem Heft stellen wir die Sportart Pilates vor, die jeder schafft und die gut im häuslichen Umfeld ausgeübt werden kann. Denn: Wer andere pflegt, sollte nicht vergessen, sich selbst zu pflegen!

Sonja Markgraf

Sonja Markgraf

2

Inhalt

Leben & Entspannen

Pflegen & Betreuen

Rat & Recht



4 Beweglich bleiben mit Pilates

6 Frauenleiden: Scham ist der falsche Ratgeber

8 Panorama: Aktuelle Meldungen

10 Technik macht's möglich: Mit dem Rollstuhl die Treppe hinauf

12 Depression kann Vorstadium von Alzheimer sein

14 Neue Sätze: Reform bringt mehr Anspruch beim Pflegegeld

Impressum

Verlag:
Vincentz Kundenmedien
Postfach 6247
30062 Hannover

Internet:
www.vincentz-kundenmedien.de

Redaktion:
Sonja Markgraf (V.i.S.d.P.)
Tel. (05 11) 99 10-315
Fax (05 11) 99 10-309

Anzeigen:
Henning-Lothar Litka,
Tel. (05 11) 99 10-350

Vertrieb:
Mascha Kunze,
Tel. (05 11) 99 10-360

Herstellung:
Leitung:
Andrea Hübener-Fietje
Layout: Katharina Frantz

Druck:
Neef + Stumme GmbH & Co.
KG, Wittingen

Auflage IV 2006:
69.550 Exemplare

©Vincentz Network
GmbH & Co. KG

