Pflege zu Hause

Unser Angebot

Grundpflege:

Wir unterstützen beim An- und Ausziehen und bei der Körperpflege. Wir betten, lagern oder mobilisieren – ganz nach Bedarf.

Behandlungspflege:

Wir geben Medikamente, kontrollieren Blutdruck und Blutzucker, legen Verbände an, geben Injektionen und sorgen für die medizinische Pflege, wie es die Ärzte verordnen.

Verhinderungspflege:

Wenn Angehörige einmal krank oder im Urlaub sind, springen wir gerne ein (auch stunden-weise).

Hauskrankenpflegekurse:

Wir schulen pflegende Angehörige, damit sie Sicherheit im Pflegealltag erhalten.

Hauswirtschaftliche Versorgung:

Wir helfen im Haushalt, zum Beispiel beim Putzen, Einkaufen oder beim Wäschewaschen.

Erreichbarkeit:

Unser Team ist täglich von 8:00 bis 14:00 Uhr erreichbar, zu den übrigen Zeiten gibt es eine Rufbereitschaft.

Vermittlung:

Wir helfen, dass die Pflege von A-Z funktioniert. Dazu vermitteln wir bei Bedarf Hausnotruf, Essen auf Rädern oder Fahrdienste.

Haben Sie weitere Fragen?
Sprechen Sie uns an, unser Pflegeteam hilft Ihnen gerne weiter!

Ihre Ansprechpartnerin

Dorle Walther
(Pflegedienstleitung)

Der Karren

Pflege zu Hause
Uhlandstr. 4 · 53757 Sankt Augustin
Tel. 0 22 41-87 91 340 · pflege@karren.de
www.karren.de

Mitglied im
diakonischen Werk
der Evangelischen Kirche
im Rheinland

Diakonie

Thrombosen

Wie die Beine gut durchblutet bleiben

Der Karren

Selbstbestimmt leben

Symptome einer Thrombose

- Rötung oder Schwellung des Beins,
- Schmerzen (meist bei Druck auf die Fußsohle oder in der Leiste),
- ein ins Bein einschießender Schmerz.

Ursachen

- Verlangsamung des Blutflusses durch Herzschwäche, fehlende Bewegung, Verlegung von Blutwegen etwa durch langes Anwinkeln der Kniegelenke,
- Veränderung der Gefäßinnenwände durch Ablagerungen oder Gefäßverkalkung oder entzündliche Veränderungen an den Gefäßen,
- Störung der Blutbeschaffenheit durch operative Eingriffe oder Flüssigkeitsmangel.

Risikofaktoren

- Krampfadern,
- erhöhte Blutgerinnung,
- Rauchen,
- Übergewicht,
- Bewegungs- und Flüssigkeitsmangel,
- Einnahme von bestimmten Medikamenten wie etwa Cortison, Antibabypille, Hormonersatztherapie in den Wechseljahren,
- frühere Krebserkrankung oder Vorerkrankungen der Venen,
- Operationen am Becken, an der Hüfte und am Oberschenkel,
- Ruhigstellung durch Gipsverbände,
- Halbseitenlähmung.

Frauen sind gefährdeter als Männer!

Was Sie selbst tun können

- Bewegen Sie sich viel und aktivieren Sie damit die Muskelpumpe:

  Mobil: spazieren gehen, schwimmen, walken, radfahren oder wandern,

  Im Sitzen: Fersen heben, senken und kreisen,

  Im Liegen: Beine erhöht lagern, Füße strecken und anwinkeln im Wechsel.
- Vermeiden Sie langes Sitzen oder Stehen.
- Trinken Sie mindestens 1,5 bis zwei Liter täglich, sofern keine Herzschwäche oder Nierenleiden vorliegen.
- Ernähren Sie sich ausgewogen und reduzieren Sie falls notwendig Ihr Gewicht.
- Rauchen Sie nicht.
- Schnüren Sie die Venen nicht ein – zum Beispiel indem Sie die Beine längere Zeit übereinanderschlagen, die Knie stark abwinkeln oder zu enge Kleidung tragen wie zu enge Strümpfe.

Was wir für Sie tun können

- Wir ziehen Ihnen Kompressionsstrümpfe an und aus oder legen Kompressionswickel der Beine an – genau nach ärztlicher Anordnung.
- Wir unterstützen Ihre medikamentöse Therapie, indem wir Ihnen zum Beispiel blutverdünnende Medikamente geben, so wie es der Arzt verordnet hat.

Was ist eine Thrombose?

Bei einer Thrombose verschließt ein Blutgerinsel (Thrombus) ein Gefäß und das Gewebe dahinter wird nicht mehr ausreichend durchblutet.

Am häufigsten sind die tiefen Bein- und Beckenvenen betroffen, besonders die Waden.

Unbehandelte Thrombosen können schwerwiegende Folgen haben, zum Beispiel eine Lungenembolie, einen Herzinfarkt oder Schlaganfall.