

Pressemitteilung

Lindenberg, 16. April 2018

„Infotreff Gesundheit“ der Rotkreuzklinik Lindenberg am 2. Mai 2018

Humor in der Pflege

Dieses Mal geht es beim „Infotreff Gesundheit“ der Rotkreuzklinik Lindenberg um den Humor. Susanne Hmid, Pflegeexpertin, spricht am Mittwoch, 2. Mai 2018, ab 19 Uhr darüber, wie sich von Krankheit und/oder Demenz Betroffene und ihre pflegenden Angehörigen trotz aller Herausforderungen die Leichtigkeit bewahren.

Lachen ist die beste Medizin – das gilt auch bei Krankheit, Demenz und Behinderung. Wer wird nicht über den dementen Opa schmunzeln, der die Osternester der Enkelkinder versteckt und sich anschließend eifrig an der Suche beteiligt. Humor trägt über belastende Situationen hinweg, macht Schmerzen und Einschränkungen erträglicher und fördert den Heilungsprozess.

Humor baut Brücken

Auch für professionell Pflegende und pflegende Angehörige kann Humor Brücken bauen. Das gilt besonders bei demenziell und schwer erkrankten Patienten. Mithilfe der Heiterkeit können sich alle Beteiligten von einem gravierenden Gesundheitsproblem distanzieren oder ein Türchen zur Gedankenwelt eines verwirrten Menschen öffnen. Für Susanne Hmid haben Humor und Gesundheit in Therapie und Pflege im Laufe ihrer 35-jährigen Erfahrung in der professionellen Pflege einen wichtigen Stellenwert erlangt. Die Pflegeexpertin versichert: „Gemeinsames Lachen baut eine positive, vertrauensvolle Beziehung auf. Es kann Kraft und Hoffnung für den Genesungsprozess geben.“ Studien der Psychoimmunologie, einem Wissenschaftszweig, der das Zusammenspiel von Seele und Abwehrsystem untersucht, zeigen, wie heilsam Lachen sein kann. Es trainiert die Muskeln sowie das Herz-Kreislauf-System, lüftet die Lungen, macht unsere Immunabwehr schlagkräftiger und baut Stress ab.

Tipps für entspannten zwischenmenschlichen Umgang

Mit ihrem kurzweiligen, mit mehreren Einlagen versehenen Vortrag will Pflegeexpertin Hmid ermutigen, sich ab und an „ein bisschen verrückt zu verhalten“ und dies auch bei den Mitmenschen – mit oder ohne Demenz – zu tolerieren. Die ausgebildete Fachkraft gibt hilfreiche Tipps, um in Alltagssituationen zu Hause, in Kliniken und Heimen den zwischenmenschlichen Umgang entspannter und förderlicher für alle Beteiligten zu gestalten. Anschließend steht sie für Fragen zur Verfügung.

Vortragsreihe „Infotreff Gesundheit“

Der Vortrag aus der Reihe „Infotreff Gesundheit“ richtet sich an alle interessierten Bürger sowie Pflege- und Betreuungskräfte und findet im Foyer des Löwensaals statt. Beginn ist um 19 Uhr, der Eintritt ist frei und eine vorherige Anmeldung nicht notwendig. Am 23. Mai 2018 wird Dr. med. Bert Gießhammer die Vortragsreihe mit dem Thema Verstopfung fortsetzen.

Infotreff Gesundheit: **Humor in der Pflege**

Mittwoch, 2. Mai 2018, 19.00 Uhr (Dauer: 90 Minuten)

Foyer des Löwensaals, Löwenstraße 3, 88161 Lindenberg

Referentin: Susanne Hmid, Gesundheits- und Krankenpflegerin, Pflegeexpertin an der Rotkreuzklinik Lindenberg

+++ Eintritt frei +++

Pressekontakt

Sylvia Habl

Rotkreuzplatz 8

80634 München

Telefon: 089/1303-1612

Fax: 089/1303-1615

E-Mail: sylvia.habl@swmbrk.de

Internet: www.rotkreuzklinik-lindenberg.de