

Licht duschen über das ganze Jahr hinweg

Der Verein zur Förderung der öffentlichen Gesundheits- und Altenpflege e. V. Tönisvorst finanziert unter anderem ein Lichttherapiegerät für das Seniorenhaus St. Tönis

Licht ist wie Wasser und Luft unser wichtigstes Lebenselixier. Wer würde das bestreiten? Auch junge und gesunde Menschen merken schnell an ihrer Stimmung, wenn das Licht fehlt oder wenn es uns umgekehrt regelrecht „erleuchtet“. Dabei geht es immer um das natürliche Sonnenlicht, das durch keine Glühbirne oder LED-Leuchte zu ersetzen ist. Seit langem gibt es eine medizinisch anerkannte Möglichkeit, besonders in der dunklen Jahreszeit Menschen zu helfen, die zum Beispiel unter der Saisonal Abhängigen Depression (SAD) oder unter Schlafstörungen leiden: Die Nutzung eines Lichttherapiegerätes.

Ein solches Gerät im Anschaffungswert von 4.050 Euro ist jetzt im Seniorenhaus St. Tönis im Einsatz. Es steht grundsätzlich allen Bewohnern des Hauses, die Bedarf haben oder es einfach gerne nutzen möchten, zur Verfügung. Der Verein zur Förderung der öffentlichen Gesundheits- und Altenpflege e. V. Tönisvorst hatte im vergangenen Jahr gerne den Wunsch der Leitung des Seniorenhauses St. Tönis nach einem solchen Lichttherapiegerät aufgegriffen. Armin Ogilvie, Vorsitzender des Fördervereins, sagt: „Jutta Hartmann, Leiterin der Alexianer Seniorenhilfe, erklärte mir eingehend, wie gut manchen Bewohnern eine regelmäßige Dosis helles Tageslicht tun würde. Beeindruckend finde ich, dass man damit saisonale Depressionen wirksam behandeln kann und es keinerlei Nebenwirkungen gibt.“ Jutta Hartmann ergänzt: „Licht übt über das Auge einen starken Einfluss auf die innere Uhr des menschlichen Körpers aus. Fehlt eine ausreichende Lichtmenge, kann es zu mangelnder Antriebskraft und Stimmungsschwäche kommen. Dieses Gerät kann dem Bewohner relativ einfach und schnell ein Wellnessgefühl verschaffen.“ Und sie ergänzt aus aktuellem Anlass: „Jetzt wird es Frühling und da hoffe ich natürlich, dass für die gute Dosis Licht möglichst viele unserer Bewohner den Sinnesgarten nutzen. Aber Herbst und Winter kommen bestimmt.“

Tretroller für das Pflegepersonal

Neben dem Lichttherapiegerät erhielt das Seniorenhaus St. Tönis außerdem vier weitere Roller für die Pflege- und Betreuungskräfte. Seit fast 20 Jahren sind die Pflegekräfte im Tag- und Nachtdienst in den Wohnbereichen mobil. Die „rollenden“ Pflegekräfte sind auf den langen Fluren schneller beim Bewohner und verhindern müde machende Beine. Durch den regelmäßigen Einsatz mussten die bisherigen Roller wegen Verschleiß aus dem Verkehr gezogen werden. Der Ersatz kostete 560 Euro.

Presseinformation
09.04.2019
3.621 Zeichen

Die Alexianer Tönisvorst GmbH ist ein Unternehmen der Alexianer Krefeld GmbH

Kontakt:
Alexianer Krefeld GmbH
Frank Jezierski
Leiter Abteilung für
Unternehmenskommunikation
Pressereferent
Dießemer Bruch 81
47805 Krefeld

f.jezierski@alexianer.de

T (0 21 51) 3 34 – 51 02
F (0 21 51) 3 34 – 55 51 02

Beide Anschaffungen wurden vom Förderverein voll finanziert; Gesamtfinanzierung 4.610 Euro.

Weitere Informationen zur Lichttherapie

Die Erfahrungen der Psychiatrischen Kliniken der Alexianer Krefeld GmbH bestätigen den guten Nutzeffekt vor allem für Senioren. Ein Gerät wird dort beispielsweise gezielt in der Klinik für Gerontopsychiatrie eingesetzt. Die Alexianer Krefeld GmbH nutzt die Lichttherapie bereits seit über 20 Jahren. Mit bis zu 10.000 Lux in Augenhöhe ist die Helligkeit der Lampen im Vergleich zu herkömmlicher Raumbelichtung – Bürobeleuchtung erzeugt 500 Lux – gewaltig. Das Sonnenlicht übertrifft diese Werte aber bei Weitem. Das Licht bei wolkenlosem Himmel entspricht 100.000 Lux. Dennoch bietet die therapeutische Beleuchtung erheblich mehr Licht als ein wolkenverhangener Wintertag. Die Patienten können mit offenen Augen vor der Lichtquelle sitzen. Eine Sitzung dauert in der Regel 30 Minuten. Die speziellen Lampen erzeugen keine für die Haut gefährliche UV-Strahlung.

Die Alexianer Krefeld GmbH ist ein Gesundheitsunternehmen mit 2.000 Mitarbeitern, das folgende Geschäftsfelder betreibt:

- Krankenhaus Maria-Hilf Krefeld (Krankenhausbereich Somatik und Psychiatrie) und Tönisvorst
- Rehabilitationszentren
- Alexianer-Wohnverbund Krefeld (für Menschen mit geistigen und psychischen Behinderungen)
- Seniorenhäuser St. Tönis und Vorst
- Alexianer-Tagespflege (für Menschen mit Demenz)
- Ambulanter Pflegedienst St. Augustin (häusliche Grund- und Behandlungspflege, psychiatrische Pflege)
- KreVital – Institut für Gesundheitsförderung
- Krankenpflegeschule am Krankenhaus Maria-Hilf

Näheres erfahren Sie unter www.alexianer-krefeld.de

Die Alexianer sind ein Unternehmen der Gesundheits- und Sozialwirtschaft, in dem bundesweit rund 15.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beschäftigt sind. Mit 800-jähriger Tradition betreiben die Alexianer Krankenhäuser, Einrichtungen der Senioren-, Eingliederungs- und Jugendhilfe, Gesundheitsförderungs- und Rehabilitationseinrichtungen, ambulante Versorgungs- und Pflegeeinrichtungen sowie Werkstätten für behinderte Menschen und Integrationsfirmen. Träger der Unternehmensgruppe ist die Stiftung der Alexianerbrüder.