



rotkreuz

Nachrichten

Ihr Mitgliederbrief Mai 2023



UNSERE THEMEN

- Der DRK Hausnotruf
- Globaler Einsatz für Geflüchtete
- Lichtblicke entlang der Migrationsrouten
- Sommer, Strand – Sonnenstich?

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

als am Morgen des 6. Februar in der Türkei und in Syrien die Erde bebte, haben Hilfsorganisationen wie das DRK wieder schnellstmöglich Unterstützung geleistet – auch dank spontaner Spenden aus der Bevölkerung. Dabei bewährte sich einmal mehr, dass das DRK seit vielen Jahren eng mit dem Türkischen Roten Halbmond und dem Syrischen Arabischen Roten Halbmond zusammenarbeitet. In der betroffenen Region im Grenzgebiet zur Türkei leben auch viele Tausend Geflüchtete aus Syrien, dem Iran, Afghanistan und anderen Ländern, deren Lage sich durch die Katastrophe zusätzlich verschlechtert hat. Wie ihnen steht das DRK vertriebenen Menschen weltweit zur Seite. Der Weltflüchtlingstag am 20. Juni rückt ihr Schicksal besonders in den Fokus, doch die Betroffenen brauchen dauerhaft Hilfe.

In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen das Hausnotrufangebot unseres Kreisverbandes vor. So vielfältig die Aufgaben unseres Ver-

bandes sind, so zeigt auch unser Mitgliederbrief mit jeder Ausgabe eine andere Facette des DRK – mit dem Versprechen, die unermüdlige Stimme für alle zu sein, die uns brauchen. Mit Ihrer Hilfe.



Herzliche Grüße Ihr

Birger Holz
Vorstandsvorsitzender

Eine Sorge weniger

Der Hausnotruf des DRK Oldenburg gibt Sicherheit – nicht nur für Senioren.

Die meisten Menschen wünschen sich, möglichst lange selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden zu wohnen. Doch gerade wer häufiger allein ist oder Gesundheitsprobleme hat, muss sich die Frage stellen: Was, wenn etwas passiert und niemand ist in der Nähe? Der Hausnotruf des DRK gibt Sicherheit. Ein kleiner Notrufsender wird bequem am Handgelenk oder wie eine Kette um den Hals getragen und ist mit der heimischen Telefonanlage verbunden. Er ist stoßfest, wasserdicht und funktioniert schnurlos überall in der Wohnung, auch in der Badewanne oder unter der Dusche. Bei einem Notfall aktiviert der Betroffene per Knopfdruck den Notruf und es wird automatisch eine Verbindung zu der rund um die Uhr besetzten Hausnotrufzentrale in Hude hergestellt. Dank Freisprecheinrichtung kann der Teilnehmer von überall in der Wohnung mit dem DRK-Mitarbeiter kommunizieren. Das sensible Mikrofon überträgt auch leise Stimmen aus einiger Entfernung. Das Rote Kreuz bringt dann die richtige Hilfe auf den Weg und verständigt beispielsweise Angehörige, die Hausärztin oder den DRK-Bereitschaftsdienst. Möglich ist auch eine Tagestaste: Hier meldet sich das DRK, wenn der Teilnehmer nach einer vereinbarten Zeitspanne nicht signalisiert, dass alles in Ordnung ist. Als weitere Zusatzleistung kann unter anderem der Hausschlüssel sicher aufbewahrt oder eine Rauchentwicklung erkannt werden. Für aktive Menschen gibt es auch außerhalb der Wohnung eine gute Lösung: den DRK-Mobilruf.



© A. Zelck / DRK-Service GmbH

Der „Lebensretter“ am Handgelenk

Auch hier wird per Knopfdruck ein Sprechkontakt zur DRK-Zentrale hergestellt. Ein Mitarbeiter erfragt die Verfassung und Situation. Mithilfe von GPS-Daten wird der Standort sofort übermittelt und bedarfsgerechte Hilfe verständigt. Dieses System bietet sich übrigens nicht nur für Senioren an. Auch Unternehmen können ihre Mitarbeiter so bei gefährlichen Arbeiten absichern. Freizeit- und Extremsportler sind ebenso mit dem Mo-

bilruf für den Ernstfall gerüstet. Das DRK Oldenburg hat den Anspruch, stets die besten Leistungen zu bringen. Übrigens: Ab dem Pflegegrad 1 übernimmt Ihre Pflegekasse die monatliche Grundgebühr.

Informieren Sie sich über den Hausnotruf des DRK Oldenburg unter www.drk-ol.de oder Telefon 0441 / 779 33-0

Unser Hausnotruf – kurz beschrieben



© A. Zelck / DRK-Service GmbH

1. Sie sind in einer Situation, in der Sie sich nicht selbst helfen können.
2. Sie drücken auf auf Ihren Handsender und lösen damit den Notruf aus.
3. Unsere Notrufzentrale meldet sich über das Hausnotrufgerät und spricht mittels Freisprecheinrichtung mit Ihnen über Ihre Notlage. Sie können innerhalb Ihrer Wohnung einfach in den Raum sprechen.
4. Je nach Erfordernis und Ihren Wünschen informieren wir eine Person Ihrer Wahl (z.B. Angehörige Freund, Nachbarn) Ihren Hausarzt, den Pflege- oder auch den Rettungsdienst.

Wenn Sie die Schlüsseldeponierung gebucht haben, können unsere gut ausgebildeten Helfer Ihre Wohnungstür sofort öffnen und zu Ihnen gelangen.

Globaler Einsatz für Geflüchtete

Weltweit sind Millionen Menschen auf der Flucht. Das DRK engagiert sich in vielen Krisenregionen für sie.

In der Mitte des vergangenen Jahres zählte das Flüchtlingshilfswerk der Vereinten Nationen (UNHCR) rund 103 Millionen gewaltsam vertriebene Menschen. Dazu gehören neben Geflüchteten auch Asylsuchende, Binnenvertriebene und andere Schutzbedürftige. Unter anderem machte der Krieg in der Ukraine etwa 5,4 Millionen Ukrainerinnen und Ukrainer zu Geflüchteten und weitere 6,3 Millionen zu Binnenvertriebenen, die innerhalb des Landes eine neue Bleibe suchten. Sie zu unterstützen, ist nach wie vor ein Schwerpunkt der DRK-Flüchtlingshilfe. Parallel dazu ist das Rote Kreuz in zahlreichen Ländern für geflüchtete Menschen im Einsatz – beispielsweise aus Venezuela und Syrien, in Bangladesch, im Sudan, Jemen und in Uganda. „Weltweit sind mehr geflüchtete Menschen denn je auf humanitäre Hilfe angewiesen“, betont DRK-Generalsekretär Christian Reuter.

In Bangladesch etwa haben seit 2017 fast eine Million Menschen aus dem benachbarten Myanmar vor gewaltsamen Konflikten Zuflucht gesucht. Das DRK



© Dieter Schütz/DRK

Das zehnjährige Waisenkind Noor Kayess das im Flüchtlingslager Kutupalong lebt

unterstützt den Bangladeschischen Roten Halbmond seit Beginn der Krise bei der Versorgung der Hilfsbedürftigen nahe der Küstenstadt Cox's Bazar. Das dortige Flüchtlingscamp „Kutupalong“ gilt als das größte der Welt. Den Menschen fehlt es nach wie vor an Medizin, Wasser, Nahrung und Materialien für den Bau von Unterkünften. Es geht unter anderem darum, die Hygiene zu verbessern und Katastrophenvorsorge zu betreiben, denn die Region ist eine der ärmsten und katastrophenanfälligsten

des Landes. Mit seiner Schwester-gesellschaft in Bangladesch hat das DRK drei Projekte initiiert, die in den Camps und in den vor Ort bestehenden Gemeinden sowie an Schulen in dem Gebiet insgesamt mehr als 120.000 Menschen zugutekommen.

Sie möchten das DRK unterstützen? Informieren Sie sich online darüber, wo wir helfen und wie Sie spenden können: www.drk.de/hilfe-weltweit/wo-wir-helfen/

Lichtblicke entlang der Migrationsrouten



© Mexikanisches Rotes Kreuz/IFRK

Helfer vom Mexikanischen Roten Kreuz im Bundesstaat Chiapas leistet einem Migranten Erste Hilfe

In Kolumbien leistet das DRK schon auf den Fluchtrouten und an den Grenzen wichtige humanitäre Hilfe.

Sie sind auf der Flucht aus dem politisch und wirtschaftlich instabilen Venezuela nach Kolumbien, Peru und Ecuador – Tausende Menschen, jeden Tag. Ihr Weg ist lang, beschwerlich und riskant, die psychosoziale Belastung ist extrem. Deshalb unterstützt das DRK die Flüchtenden in Lateinamerika bereits entlang ihrer Migrationsrouten. Zusammen mit dem Kolumbianischen, Peruanischen und Ecuadorianischen Roten Kreuz werden lebensnotwendige Hilfsgüter wie Nahrung, Wasser und Hygieneartikel ausgegeben und Gesundheitsdienstleistungen angeboten. In Kolumbien und an den Grenzen betreibt das Rote Kreuz beispielsweise Stationen für ambulante und stationäre Behandlungen. Verletzte und Erkrankte bekommen dort schnelle Hilfe und werden auch zum Thema Krankheitsvorsorge aufgeklärt. Zusätzlich sind speziell ausgerüstete medizinische Fachteams mobil unterwegs.

Darüber hinaus leisten Helfende des DRK psychosozialen Beistand, beraten die Flüchtenden über ihren Migrantenstatus und informieren über andere Rotkreuzdienste, wichtige Einrichtungen oder mögliche Ziele. Ein weiteres Angebot hilft den Flüchtenden, Kontakt zu ihren Angehörigen zu halten. Dafür stellt das Rote Kreuz Handy-Ladestationen und freien Zugang zum Internet bereit. Menschen ohne eigenes Telefon können kurzfristig bereitgestellte Geräte nutzen, um mit ihren Familien zu sprechen.

Gleichzeitig hat das DRK in Kolumbien mit der Bayer AG ein Pilotprojekt zur Familienplanung in humanitären Krisen gestartet. In Extremsituationen wie einer Flucht steigt die Zahl ungewollter Schwangerschaften, unsicherer Abtreibungen und Geburtskomplikationen. Familienplanung kann deshalb lebensrettend sein. Das Projekt umfasst unter anderem Verhütungsmittel und Aufklärungsmaterial für Frauen und Männer und schult Helfende, wertneutrale Beratungen durchzuführen.



© DRK e. V./J. F. Müller

Sommer, Strand – Sonnenstich?

Anhaltende Hitzewellen und kein kühlender Niederschlag in Sicht – sehr heiße Sommer werden aufgrund der Klimakrise in Deutschland zum Normalfall. Während der Hitzewellen kommt es gehäuft zu hitzebedingten Notfällen.

„Die meisten von uns kennen wahrscheinlich das Gefühl, wenn die Hitze den Kreislauf belastet“, sagt Professor Bernd Böttiger, DRK-Bundesarzt und Direktor der Klinik für Anästhesiologie und Operative Intensivmedizin an der Uniklinik Köln. „Wir fühlen uns schlapp, sind blass, die Körpertemperatur steigt, der Puls wird schneller und der Blutdruck sinkt.“ Ursache für die sogenannte Hitzeerschöpfung ist der fehlende Ausgleich von Wasser- und Salzverlust im Körper. Ist das Ungleichgewicht besonders ausgeprägt, drohen noch schwerwiegendere Symptome. „Kommen Übelkeit und Erbrechen, hohes Fieber, Muskelkrämpfe, Verwirrtheit oder Bewusstseinsstörungen hinzu, handelt es sich um einen Hitzschlag und somit um einen medizinischen Notfall“, erklärt Professor Böttiger.

Zu den hitzebedingten Notfällen zählt außerdem der Sonnenstich. Strahlt die Sonne anhaltend auf einen wenig behaarten Kopf, kann es zu einer Reizung von Gehirn und Hirnhaut kommen. Wer sich ohne Kopfbedeckung länger der Sonne ausgesetzt hat, erkennt den Sonnenstich an Kopf- und Nackenschmerzen, Schwindel, Lichtempfindlichkeit, einem roten, heißen Kopf, Übelkeit und Erbrechen bis hin zu Bewusstseinsstörungen. „Die Symptome können zeitverzögert auftreten, bei Kleinkindern häufig erst nach vier bis

sechs Stunden“, betont Professor Böttiger. Was ist zu tun, wenn es einer Person hitzebedingt nicht gut geht? „Wir bringen die Person zunächst in den Schatten und lagern sie mit erhöhtem Oberkörper. Ist die Person bei Bewusstsein, können wir ihr ein leicht gekühltes Getränk reichen und feuchte Tücher auf Kopf und Nacken legen. Überflüssige oder beengende Kleidung sollte entfernt oder geöffnet werden“, erläutert Professor Böttiger.

Tritt keine schnelle Besserung ein oder kommt es zu Bewusstseinsstörungen, sollte der Notruf 112 gewählt werden. Bei Bewusstlosigkeit muss die betroffene Person in die stabile Seitenlage gebracht und die normale Atmung muss bis zum Eintreffen der Rettungskräfte kontinuierlich kontrolliert werden.

„Besonders gefährdet sind Säuglinge und Kleinkinder, ältere Menschen und Personen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Auf sie sollten wir an heißen Tagen besonders Acht geben“, mahnt Professor Böttiger. Damit es erst gar nicht zu schwerwiegenden körperlichen Problemen kommt, gilt es vorzuzorgen: Früh morgens und spät abends gut lüften, tagsüber die Wohnung verdunkeln, körperliche Anstrengung meiden, vermehrt Pause machen und UV-Schutz nutzen. Auch die Ernährung spielt eine Rolle: Es ist ratsam leichte Kost zu essen, viel zu trinken und auf Alkohol zu verzichten. Wie wäre es mit einem selbstgemachten, kühlen Eistee als Erfrischung?

Sie möchten einen Erste Hilfe Kurs besuchen? Informieren Sie sich auf unserer Website www.drk-ol.de

Erfrischender Eistee

Im Sommer ist es wichtig, viel zu trinken. Zwischendurch darf es auch mal ein Durstlöscher mit fruchtigem Geschmack sein. Der Minz-Limetten-Eistee ist optisch und geschmacklich ein Highlight und schnell zubereitet:

Vier Stiele Minze und 1 TL braunen Zucker mit 200 ml heißem Wasser aufgießen. Etwa sechs Minuten ziehen lassen.

Stiele aus dem Glas nehmen. Eine Bio-Limette mit heißem Wasser abspülen und halbieren. Eine Scheibe abschneiden, Limettenhälften auspressen. Limettensaft und nach Wunsch 1 EL Limettensirup mit dem Minztee verrühren und abkühlen lassen.

Zwei frische Minzstiele mit Limettenscheibe und ein paar Eiswürfel ins Glas geben und mit dem Tee auffüllen.



© congedesign/pixabay

Impressum

DRK-KV Oldenburg-Stadt e. V.

Redaktion:

Mathias Melchior, Birger Holz

V.i.S.d.P.:

Mathias Melchior

Herausgeber:

DRK-KV Oldenburg-Stadt e. V.

Schützenhofstraße 83/87

26135 Oldenburg

Tel.: 0 44 1 77 93 30

<https://www.drk-ol.de>

info@drk-ol.de

Auflage:

3.000

Spendenkonto:

Oldenburgische Landesbank

IBAN: DE78 2802 0050 1421 6576 04