

So gesund ist Matcha-Tee

Angeblich soll Matcha-Tee aus Japan gegen Krebs helfen, vor Herz-Kreislauf-Erkrankung schützen und den Geist beleben. Aber stimmt das wirklich?

Von Stella Hombach

Matcha schmeckt leicht bitter, oft wird er als grasig oder algig beschrieben. Eigentlich könnte man das Getränk allein aufgrund seines ausgefallenen Geschmacks schätzen, doch viele Teegenießer gehen, ebenso wie Wissenschaftler, etwas weiter: Sie loben die gesundheitsfördernden Eigenschaften des Matcha. Angeblich belebt er den Geist, hält das [Herz](#) gesund und kann sogar Krebszellen am Wachsen hindern. Und zwar stärker als andere Grüntees, meinen Matcha-Fans. Was ist dran?

Quelle: [So gesund ist Matcha-Tee](#) auf www.spiegel.de

Strukturmodell und Digitalisierung: Doppellösung kann funktionieren

Wird das Strukturmodell eingeführt, stellt sich häufig die Frage, ob dabei auch die Dokumentation digitalisiert werden sollte. Ein Beispiel aus Berlin zeigt, wie beides zugleich funktionieren kann. Worauf es hierbei ankommt, lesen Sie in der aktuellen Ausgabe der Zeitschrift [Altenpflege](#).

Quelle und kompletter Artikel: [Strukturmodell und](#)

[Digitalisierung: Doppellösung kann funktionieren](#)
auf www.altenpflege-online.net

Unklarheit bei Zahlen von Voll- und Teilzeit

Die Altenpflege-Branche steht für den sinkenden Anteil von Vollzeitstellen stark in der Kritik. Wie groß die Anteile von Voll- und Teilzeitstellen genau sind, wollte die [Bundestagsfraktion Die Linke](#) mit Hilfe einer [Kleinen Anfrage](#) von der Bundesregierung wissen. Diese lieferte in ihrer Antwort jedoch mehrere unterschiedliche Ergebnisse.

Quelle und kompletter Artikel: [Unklarheit bei Zahlen von Voll- und Teilzeit](#) auf www.altenpflege-online.net

Mitarbeiterpflege gegen Fachkräftemangel

Die Fachkräftesicherung ist für 90 Prozent der stationären Einrichtungen mit Abstand die größte Herausforderung. Das zeigt das aktuelle [Investitionsbarometer](#) ALTENPFLEGE 2018 – für das Vincentz Network die Branche befragt hat. Die Aussteller auf der gleichnamigen [Messe](#) in Hannover vom 6. bis 8. März gehen den Fachkräftemangel offensiv an.

Quelle und kompletter Artikel: [Mitarbeiterpflege gegen Fachkräftemangel](#) auf www.altenpflege-online.net

Kau- und Schluckstörungen: Wie Sie wirksam helfen können

Kau- und Schluckstörungen beeinträchtigen die Nahrungsaufnahme. Die Symptome frühzeitig zu erkennen und die passenden Gegenmaßnahmen zu ergreifen, ist deshalb von größter Wichtigkeit. Lesen Sie in der Februar-Ausgabe der Zeitschrift [Altenpflege](#), welche Störungen auftreten und wie Sie die Lebensqualität der Betroffenen verbessern können.

Quelle und kompletter Artikel: [Kau- und Schluckstörungen: Wie Sie wirksam helfen können](#) auf www.altenpflege-online.net

Rollstuhl und Hygiene – Abhilfe gegen Straßenschmutz in der Wohnung

*Wer kennt es nicht? Man ist tagtäglich mit seinem Rollstuhl unterwegs, kommt zurück nach Hause und plötzlich ist die ganze Wohnung voller Dreck und Reifenspuren. Die Mischung aus Regenwasser, Straßenschmutz und verfaultem Laub setzt sich gerne im **Profil eurer Rollstuhlreifen** fest. Wie man auch mit **Rollstuhl hygienische Zustände** beibehalten kann, ohne nur*

noch damit beschäftigt zu sein, die Wohnung zu putzen, zeigen wir euch jetzt:

Quelle und kompletter Artikel: [Rollstuhl und Hygiene – Abhilfe gegen Straßenschmutz in der Wohnung](#) auf www.rehability.de

Risikofaktoren wie Diabetes, Bluthochdruck oder Übergewicht erkennen und gegensteuern

Viele Beschwerden, die als "normale" Alterserscheinungen gelten, sind in Wahrheit Endpunkte eines schleichenden Krankheitsprozesses: Übergewicht und Bewegungsmangel bringen die Blutfettwerte in Schieflage und erhöhen das Diabetesrisiko. Damit einher gehen oft Bluthochdruck, Schäden an den Gefäßwänden und Arteriosklerose, die letztlich auch das Risiko für einen Herzinfarkt oder Schlaganfall in die Höhe treiben. Wie dieser Prozess verlangsamt und insbesondere das Herz länger gesund erhalten werden kann, war Thema auf der Pressekonferenz der Deutsche Gesellschaft für Innere Medizin e.V. (DGIM) in Berlin.

Quelle und kompletter Artikel: [Risikofaktoren wie Diabetes, Bluthochdruck oder Übergewicht erkennen und gegensteuern](#) auf www.diabsite.de

Arbeit mit chronischen Erkrankungen – Diabetes in Hochrisikobereichen

Menschen mit Diabetes können nahezu alle Berufe ausüben, sofern keine anderen schwerwiegenden Folge- oder Begleiterkrankungen vorliegen. Allerdings können einige Tätigkeiten durch bestimmte Bedingungen des Berufes oder des Diabetes eingeschränkt sein. Für Mitarbeiter in Hochrisikobereichen, wie etwa Polizisten oder Feuerwehrleute, ist eine differenzierte und individuelle Beurteilung ihrer Arbeitsfähigkeit durch den Betriebsarzt notwendig.

Quelle und kompletter Artikel: [Arbeit mit chronischen Erkrankungen – Diabetes in Hochrisikobereichen](#) auf www.diabsite.de

Typ-2-Diabetes – Das kosten die Folgeerkrankungen

Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler des Helmholtz Zentrums München haben die Krankenkassen-Daten von über 300.000 Menschen mit Diabetes untersucht. Im Fachjournal 'Diabetes Care' schlüsseln sie auf, welche Kosten die verschiedenen Folgeerkrankungen verursachen. Die Helmholtz Autorinnen und Autoren sind Mitglieder des Deutschen Zentrums

für Diabetesforschung (DZD).

Quelle und kompletter Artikel: [Typ-2-Diabetes – Das kosten die Folgeerkrankungen](#) auf www.diabsite.de

Im Karneval drohen alkoholbedingte Unterzuckerungen

Berlin – Auch Menschen mit Diabetes 1 oder 2 können laut Selbsthilfeverband diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe Karneval feiern und dabei ein alkoholisches Getränk oder etwas Süßes verzehren. „Strikte Verbote gelten für sie heute nicht mehr“, hieß es aus dem Verband. Sie sollten bei Alkohol und Kamelle jedoch Maß halten und regelmäßig ihren Blutzucker messen, damit der Stoffwechsel nicht entgleist.

Quelle und kompletter Artikel: [Im Karneval drohen alkoholbedingte Unterzuckerungen](#) auf www.aerzteblatt.de