

NAËMI+

Der Newsletter des Projekts „Grenzüberschreitende Gesundheitskooperation in der Eurostadt Gubin-Guben“



Foto: Naëmi-Wilke-Stift

NEUES AUS NAËMI+: EIN TREFFEN IM RAHMEN DES PROJEKTS MIT VERTRETERN DER LUBUSKER ABTEILUNG DES NATIONALEN GESUNDHEITSFONDS (NFZ) IN ZIELONA GÓRA

Am 29. Januar 2025 fand im Rahmen unseres Projekts ein Treffen mit Vertretern der Lubusker Abteilung des Nationalen Gesundheitsfonds (NFZ) in Zielona Góra statt. Ziel des Treffens war der Austausch von Informationen sowie die Erarbeitung weiterer Maßnahmen zur Sicherstellung eines gleichberechtigten Zugangs zur Gesundheitsversorgung in der Grenzregion, insbesondere für die Einwohner der Eurostadt Gubin - Guben.

Die Vertreter des NFZ stellten die in Polen geltenden Regelungen zur Vertragsgestaltung und Abrechnung medizinischer Leistungen vor. Gemeinsam wurde eine Strategie für die kommenden Monate entwickelt – die Konzeption eines Pilotprogramms, das den Einwohnern der Grenzregion den Zugang zur grenzüberschreitenden Gesundheitsversorgung erleichtern soll.

GRENZENLOSE GESUNDHEIT: Q&A ZU GESUNDHEITSFRAGEN

HELFFEN WELTWEIT – ERSTE HILFE RETTET ÜBERALL LEBEN!

Unfälle und Notfälle können jederzeit und überall passieren – sei es ein Kreislaufkollaps im Büro, ein Sturz im Haushalt oder ein schwerer Unfall im Straßenverkehr. Doch viele Menschen sind unsicher, wie sie in solchen Situationen richtig reagieren sollen. Dabei zählt jede Sekunde! Erste Hilfe kann Leben retten – und jeder kann helfen. Warum ist Erste Hilfe so wichtig? Wenn jemand plötzlich bewusstlos wird oder keine Luft mehr bekommt, ist schnelle Hilfe entscheidend. Rettungskräfte brauchen oft wertvolle Minuten, um am Einsatzort einzutreffen. In dieser Zeit können einfache Erste-Hilfe-Maßnahmen den Unterschied zwischen Leben und Tod ausmachen. Doch oft fühlen sich Menschen unsicher und haben Angst, etwas falsch zu machen. Dabei ist das Schlimmste, nichts zu tun! Die wichtigsten Schritte der Ersten Hilfe:

- ✓ Ruhe bewahren – Panik hilft niemandem. Bleibe ruhig und verschaffe dir einen Überblick über die Situation.
- ✓ Notruf 112 wählen – So schnell wie möglich Hilfe rufen und genaue Angaben machen: Wer? Was? Wo? Wie viele Verletzte?
- ✓ Bewusstsein und Atmung prüfen – Ist die Person ansprechbar? Atmet sie normal? Falls nicht, sofort handeln!

✓ Stabile Seitenlage oder Wiederbelebung – Atmet die Person, aber reagiert nicht? Dann bringe sie in die stabile Seitenlage. Falls sie nicht atmet, beginne sofort mit der Herzdruckmassage: 30 Mal kräftig drücken, 2 Mal beatmen (falls möglich), bis Hilfe eintrifft.

✓ Blutungen stillen & Schock vermeiden – Starke Blutungen sofort mit Druckverband versorgen und die Person warmhalten.



Erste-Hilfe-Kurs regelmäßig auffrischen!

Viele haben ihren letzten Erste-Hilfe-Kurs bei der Führerscheinprüfung gemacht – und das ist oft Jahre her. Doch das Wissen kann schnell in Vergessenheit geraten. Deshalb ist es wichtig, sich regelmäßig damit zu beschäftigen und Kurse zur Auffrischung zu besuchen.

Jeder kann helfen – auch du! Wann hast du das letzte Mal deine Erste-Hilfe-Kenntnisse überprüft? Vielleicht ist jetzt der richtige Zeitpunkt, dein Wissen aufzufrischen. Denn in einem Notfall kann genau deine Hilfe den entscheidenden Unterschied machen!

NAËMI+

Beratungsstelle

  **Öffnungszeiten:**
Dienstag: 9 – 12 Uhr

 **E-Mail:**

naemiplus@naemi-wilke-stift.de

 **Telefon:**

+48 517 401115

 **Adresse:**

Gesundheitszentrum Grunwald
Śląska-Str 35B,
66-620 Gubin

Außerhalb der Bürozeiten
kontaktieren Sie bitte:

**Internationales
Patientenbüro
im Krankenhaus**

Naëmi-Wilke-Stift in Guben

 **Telefon:**

+49 3561 403282

(ab 12:00 Uhr)

 **E-Mail:**

kontakt@naemi-wilke-stift.de



Homepage



Naëmi+



naemi.plus