

**Zeitschrift:** Spitex Magazin : die Fachzeitschrift des Spitex Verbandes Schweiz  
**Herausgeber:** Spitex Verband Schweiz  
**Band:** - (2014)  
**Heft:** 1

**Rubrik:** Auftakt

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 29.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Kurkuma beugt Diabetes vor



Gesunde Leuchtfarbe: Kurkuma essen und einer Diabetes vorbeugen. Bild: iStock

ps. Seit Jahrhunderten wird Kurkuma in der chinesischen und ayurvedischen Medizin gegen Entzündungen eingesetzt. In der gelb-orangen Wurzel stecken allerdings noch andere Kräfte. Ein thailändisches Forschungsteam hat vor

Kurzem aufgezeigt, dass Kurkuma bei Risikopersonen das Auftreten von Diabetes verhindern kann. Die Studie, die in der medizinischen Zeitschrift «Diabetes Care» publiziert wurde, hat zwei Gruppen von Personen verglichen, die gesund, aber für Diabetes prädestiniert waren.

Die eine Gruppe wurde während neun Monaten täglich mit Curcumin behandelt, die andere mit einem Placebo. Das beeindruckende Resultat: Über 16 Prozent der Patienten, die ein Placebo erhielten, entwickelten eine Diabetes vom Typ 2, jedoch kein einziger in der mit Curcumin behandelten Gruppe.

Das beliebte Gewürz aus der Pflanze *Curcuma longa* ist ein wesentlicher Bestandteil von Currymischungen. Diese Pflanze wird in ganz Asien, im tropischen Afrika und auch auf den Antillen kultiviert. Bis heute war lediglich bekannt, dass Curcumin, der Wirkstoff von Kurkuma, unter anderem entzündungshemmende Eigenschaften ähnlich denjenigen von Hydrocortison (Cortisol) besitzt, aber ohne dessen Nebenwirkungen.

## Das Puzzlespiel der Spalkosten

bfs. Im Jahr 2011 beliefen sich die Kosten für einen stationären Spitalaufenthalt im Durchschnitt auf 9249 Franken. Hinter dem Wert verbergen sich grosse Unterschiede. Bei einigen Dutzend Hospitalisierungen, die sehr anspruchsvolle Betreuung erforderten, beliefen sich die Kosten auf mehrere 100 000 Franken pro Spitalaufenthalt. Die häufigsten Spitalaufenthalte – jene der Neugeborenen, die am Termin und ohne Komplikationen zur Welt gekommen sind – schlugen im Berichtsjahr hingegen mit weniger als 2000 Franken pro Fall zu Buche. Dies ist einer Publikation des Bundesamtes für Statistik zu entnehmen. Aufgezeigt wird, wie sich die Art der behandelten Krankheit, die Pflege, das Alter der Patienten, die Dauer des Spitalaufenthalts und Komplikationen auf die Kosten der stationären Spitalaufenthalte auswirken können.

## 250 Millionen sparen durch Generika

bfs. Hätte die obligatorische Krankenpflegeversicherung (OKP) ab 2011 nur noch das günstigste Generikum vergütet, so hätten sich jährlich 250 Millionen Franken einsparen lassen, wie eine Studie des Schweizerischen Gesundheitsobservatoriums (Obsan) zeigt. Der Bericht konzentriert sich auf jene Medikamente, die im Rahmen der OKP rückvergütet werden.

Die möglichen Einsparungen sind beschränkt: Der Anteil der generikafähigen Medikamente am Gesamtmarkt ist limitiert. Der Markt ist zudem stark ausgeschöpft. Auch sind die berechneten Einsparungen im ambulanten Spitalbereich gering, weil die Kosten von Originalpräparaten aufgrund von Mengenrabatten tief sein können. Im Spital sind Originale teilweise günstiger als Generika. Mit einem Anteil von 22 Prozent machen die Medikamentenkosten den drittgrössten Anteil der obligatorischen Krankenpflegeversicherung (OKP) aus.

## Multimorbidität bei Personen ab 50

mtg. Der Anstieg der Lebenserwartung führt dazu, dass auch die Häufigkeit von chronischen Krankheiten zunimmt, vor allem bei älteren Menschen. Die Daten der vierten Welle der Erhebung Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe (Share), die zwischen 2010 und 2011 durchgeführt worden ist, zeigen, dass sich die Prävalenz der Multimorbidität, also das gleichzeitige Vorliegen von zwei oder mehr chronischen Krankheiten, bei den Personen ab 50 Jahren in der Schweiz auf 22 Prozent beläuft. Dieser Anteil fällt tiefer aus als der Durchschnittswert der 16 untersuchten Länder. Dieser liegt bei 31,7 Prozent. Das gleichzeitige Vorkommen von Depression und Arthrose ist die häufigste Kombination chronischer Krankheiten: Bei rund einem Drittel aller multimorbiden Personen liegen diese beiden Krankheiten vor.



## Doppelt fremd in einer fremden Welt

mtg. Demenz ist eine Krankheit, die Persönlichkeit und Verhalten eines Menschen verändert. Angehörige von Demenzkranken fühlen sich oft alleine gelassen. Migrantinnen und Migranten kann diese Erkrankung in einem noch stärkeren Ausmass treffen: Wenn sie mit dem schweizerischen Gesundheitssystem wenig vertraut sind und wenn Fachpersonen ihre Bedürfnisse zu wenig erkennen. Sie werden dann «doppelt fremd». Eine Broschüre des Schweizerischen Roten Kreuzes will hier Abhilfe schaffen: Sie basiert auf den Ergebnissen einer vom SRK unterstützten Studie, welche die Auswirkungen einer Demenzerkrankung auf das Leben von italienischen Migranten untersuchte.

Die Broschüre gibt Handlungsempfehlungen zu Aus- und Weiterbildung, zur Erfassung der Biografie und der Lebensumstände der Migrantinnen und Migranten und ihrer Angehörigen sowie ihrer Anliegen und nennt Good-Practice-Beispiele aus dem In- und Ausland. Sie ist ab sofort in deutscher Sprache erhältlich.

 [www.redcross.ch/publikationen](http://www.redcross.ch/publikationen)

## Buchtipps Vorbeugen ist besser



mtg. Lernende im Gesundheitswesen und im Sozialbereich sind in ihrem beruflichen Alltag oft mit verstärkt unfallgefährdeten Personen in Kontakt; beispielsweise mit Kleinkindern, älteren, kranken, schwachen oder behinderten Menschen. Die angehenden Fachleute nehmen damit eine wichtige Rolle in der Unfallprävention ein. Und genau an diesem Punkt setzt das Handbuch und Lehrmittel «Unfallprävention im Umfeld von Gesundheits- und Sozialberufen» an. Denn durch die Auseinandersetzung mit den anschaulich dargestellten Inhalten werden die Betreuungspersonen befähigt, heikle Situationen frühzeitig zu erkennen und entsprechende Massnahmen zur Verhütung von Unfällen zu ergreifen.

Das Werk ist in die vier Arbeitssettings «Kinderbetreuungseinrichtungen», «Institutionen für Menschen mit Behinderung», «Alters- und Pflegeheim und Spital» sowie «Privathaushalte» unterteilt. In den Praxisbeispielen werden jeweils mögliche Situationen beschrieben und Lösungsansätze diskutiert. Den Abschluss jedes Kapitels bildet ein Nachschlagewerk in Tabellenform, mit einer umfangreichen Auflistung von potenziellen Unfallrisiken und deren Präventionsmöglichkeiten.

Als Herausgeber des 68 Seiten starken Bandes (35 Franken) zeichnen die Beratungsstelle für Unfallverhütung und der Careum Verlag verantwortlich.

 [www.careum.ch/www.bfu.ch](http://www.careum.ch/www.bfu.ch)

# 1300

### Pulsmesser

**1300 × 0842 80 40 20**

svs. Wer die Spitex braucht, aber nicht weiss, welcher Stützpunkt an seinem Wohnort zuständig ist, wird rasch fündig: In der ganzen Schweiz gilt die einheitliche Telefonnummer 0842 80 40 20 – und dies seit über einem Jahr. Nun hat der Spitex Verband Schweiz erstmals Nutzer-Zahlen bekannt gegeben. Monatlich wird die Nummer rund 1000-mal angewählt. Mit 1300 registrierten Anrufen gilt der Oktober 2013 als Rekordmonat. An Wochenenden werden am wenigsten Verbindungen verzeichnet, Spitzentage sind Dienstag und Freitag. Zürich Limmat, Biel-Bienne Regio, Uster, Luzern, Bern und Bülach – diese sechs Organisationen wurden im zweiten Halbjahr 2013 am häufigsten über die nationale Telefonnummer kontaktiert.