

BRH-AKTUELL

Herausgeber: Seniorenverband BRH
- Bund der Ruhestandsbeamten, Rentner und Hinterbliebenen im DBB -
Tel.: 0 61 31/22 33 71, Fax: 0 61 31/22 56 25, E-Mail: post@brh.de,
Internet: www.brh.de

Redaktion: Heinrich Kroner

Nr. 06/2012

23.02.2012

- 01 Pflege-Neuausrichtungsgesetz
- 02 Einkommensrunde 2012 – dbb Truck in Kiel
„Beschäftigte im öffentlichen Dienst brauchen eine Perspektive!“
- 03 Dauderstädt: Betriebsrenten müssen sicher bleiben
- 04 DPoIG: Erschreckende Entwicklung beim Linksextremismus
- 05 Schwarzer Tee kann Blutdruck senken
- 06 Quark und Haferflocken tun bei Sodbrennen gut
- 07 Mehrwertsteuer für Liefer-Pizza dürfte bald steigen
- 08 Wirkung von Alkohol: Was in Gehirn und Magen passiert

01 Pflege-Neuausrichtungsgesetz

Der dbb beamtenbund und tarifunion hat die im Entwurf des Pflegeneuausrichtungsgesetzes (PNG) vorgesehenen, deutlich ausgeweiteten Leistungen für an Demenz erkrankte Menschen begrüßt. „Dies erhöht die Flexibilität für pflegende Angehörige und stärkt den Grundsatz ‘ambulant vor stationär’, „eine Neudefinition des Pflegebedürftigkeitsbegriffs hätte aus unserer Sicht aber Priorität haben müssen“, sagte der stellvertretende dbb Bundesvorsitzende Klaus Dauderstädt am 13. Februar 2012 anlässlich der Verbändeanhörung in Berlin.

Mit zahlreichen Neuerungen - etwa der geplanten zusätzlichen Gewährung des hälftigen Pflegegeldes bei Kurzzeit- oder Verhinderungspflege - trage der Gesetzentwurf auch der langjährigen Forderung des dbb nach größerer Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf Rechnung. Die verbesserten Regelungen zur Anrechnung von Versicherungszeiten in der gesetzlichen Rentenversicherung für Pflegende leisten einen wichtigen Beitrag Altersarmut zu vermeiden. Hiervon sind bisher in besonderem Ma-

ße Frauen betroffen, die aufgrund der Pflege eines Angehörigen häufig lückenhafte Erwerbsbiographien aufweisen.

Der dbb Vize kritisierte jedoch, dass die noch in der Koalitionsvereinbarung angekündigte und im Eckpunktepapier der Bundesregierung vorgesehene Neudefinition des Pflegebedürftigkeitsbegriffs sowie das Vorhaben, die Finanzierung der Pflegeversicherung auch vor dem Hintergrund des demographischen Wandels zukunftsfest zu gestalten, keinen Eingang in das aktuelle Gesetzgebungsverfahren gefunden haben.

„So erstrebenswert die Leistungsausweitung und die damit verbundene Besserstellung der an Demenz erkrankten Menschen auch ist. Es wäre sinnvoller gewesen, als ersten Schritt den Pflegebedürftigkeitsbegriff neu zu definieren und - darauf basierend - die Leistungen neu zu gestalten und auszuweiten“, mahnte Dauderstädt. „Nun besteht die Gefahr, dass die vorgesehenen Leistungsausweitungen eine strukturelle Neudefinition des Pflegebedürftigkeitsbegriffs konterkarieren.“

(Quelle: dbb)

02 Einkommensrunde 2012 – dbb Truck in Kiel „Beschäftigte im öffentlichen Dienst brauchen eine Perspektive!“

Auf seiner Tour durch Deutschland hat der Truck des dbb am 20. Februar 2012 in Kiel halt gemacht. Rund um den imposanten Truck wurde den Bürgerinnen und Bürgern auf dem Bahnhofsplatz die Arbeit des öffentlichen Dienstes vorgestellt. Die Tour ist Teil der Kampagne „Starkes Land – faire Löhne!“, mit der der dbb um die Unterstützung der Bevölkerung bei den Tarifverhandlungen für die Beschäftigten bei Bund und Kommunen wirbt. Der 2. Vorsitzende der dbb tarifunion, Willi Russ, sagte bei der Veranstaltung: „In der Privatwirtschaft haben die Arbeitgeber längst begonnen, dem Fachkräftemangel entgegenzuwirken. Sie bieten jungen Menschen Arbeitsplätze mit Perspektive. So eine Perspektive brauchen auch die Beschäftigten im öffentlichen Dienst!“

Die genauen Orte und Zeiten der Tourtermine können Sie der Sonderseite zur Einkommensentwicklung 2012 auf www.dbb.de entnehmen.

(Quelle: dbb)

03 Dauderstädt: Betriebsrenten müssen sicher bleiben

Der stellvertretende dbb Bundesvorsitzende Klaus Dauderstädt hat das von der EU-Kommission angekündigte Weißbuch Renten kritisiert, dem konkrete Rechtsetzungsschritte auf europäischer Ebene folgen sollen. „Nach allem, was wir wissen, will die Kommission die Mindeststandards für Betriebsrenten anheben. Das klingt gut, ist aber schlecht“, so der dbb Vize am 14. Februar 2012. Dauderstädt bemängelt eine fehlende Brüsseler Sensibilität für das deutsche Betriebsrentensystem. „Eigent-

lich weiß die Kommission um den demographischen Wandel. Sie weiß um die Bedeutung von Betriebsrenten für die Alterssicherung. Ich verstehe daher nicht, wie sie Regelungen vorsehen kann, die Betriebsrenten ausgerechnet in einem der am schwersten von der Alterung der Bevölkerung betroffenen EU-Staaten schwächen.“

Dauderstädt, der Vorsitzender der Gewerkschaft der Sozialversicherung (GdS) ist, warnte davor, das Betriebsrentensystem hierzulande in Frage zu stellen: „Betriebsrenten werden in Deutschland freiwillig gewährt. Wenn sie sich aufgrund neuer EU-Regeln verteuern, kann das dazu führen, dass Arbeitgeber sie nicht mehr anbieten. Dann allerdings hätte die EU-Kommission das Kind mit dem Bade ausgeschüttet.“ Dauderstädt befürchtet, dass Vorgaben für das Eigenkapital verschärft werden, die zusätzlichen Finanzierungsbedarf auslösen würden. „Das würde die bisherigen Konditionen zwangsläufig verschlechtern.“

(Quelle: dbb)

04 DPoIG: Erschreckende Entwicklung beim Linksextremismus

Mit großer Sorge hat die Deutsche Polizeigewerkschaft (DPoIG) die am 6. Februar 2012 veröffentlichten Zahlen von linksextremistischen Gewalttaten im Jahr 2011 aufgenommen. Der starke Anstieg gegenüber dem Vorjahr um fast 25 Prozent auf 1160 Fälle verdeutliche, dass der Staat künftig mehr tun muss, um dieser Entwicklung entgegenzutreten.

DPoIG-Bundesvorsitzender Rainer Wendt: „Der Anstieg der Gewalt aus dem linken Spektrum zeigt, dass der Staat auf keinem Auge blind sein darf.“ Dazu gehöre auch, dass verantwortliche Politiker sich ohne Wenn und Aber von jeglichem politischen Extremismus distanzieren und der Polizei den Rücken stärken. „Es darf nicht sein, dass Polizisten die Leidtragenden sind, wenn bei Demonstrationen Links und Rechts aufeinanderprallen.“ Die Polizei setze nur das um, was von Politik und Verwaltungsgerichten vorgegeben wird.

(Quelle: dbb)

05 Schwarzer Tee kann Blutdruck senken

Testteilnehmer im Alter zwischen 35 und 75 Jahren mit weitgehend normalen Blutdruckwerten tranken vier Wochen lang täglich drei Tassen schwarzen Tee, aufgebriht aus schwarzen Teeblättern. Danach wurde die Gruppe aufgeteilt: Die eine Hälfte der Probanden trank weiterhin täglich drei Tassen schwarzen Tee, die andere Hälfte bekam täglich drei Tassen eines im Koffeingehalt vergleichbaren Getränks.

Dabei stellte sich heraus, dass der regelmäßige Genuss von schwarzem Tee sich positiv auf den Blutdruck auswirkt.

Auch Die Ernährung beeinflusst den Blutdruck. Nicht nur mit schwarzem Tee, auch auf andere Weise lassen sich zu hohe Blutdruckwerte natürlich senken. Der Verzehr von mehr Obst und Gemüse ohne weitere Änderungen beim Essen lässt die Werte sinken. Eine ballaststoffreiche Ernährung ist ebenfalls empfehlenswert für Patienten mit Bluthochdruck. Zu den ballaststoffreichen Nahrungsmitteln gehören alle Vollkornprodukte, Haferflocken, Hafer- und Weizenkleie, Naturreis, Kartoffeln, Gemüse und Obst. Hilfreich ist auch eine eiweißreiche Ernährung, denn auch Milch- oder Sojaprodukte können den Blutdruck positiv beeinflussen. Außerdem sollten Menschen mit Bluthochdruck sparsam mit Kochsalz umgehen.

(Quelle: Thinkstock)

06 Quark und Haferflocken tun bei Sodbrennen gut

Es brennt im Hals, die Speiseröhre schmerzt, man stößt unangenehm sauer auf: Fast jeder zweite Deutsche wird gelegentlich von Sodbrennen geplagt.

Sodbrennen zählt zu den häufigsten gesundheitlichen Beschwerden. Es entsteht, wenn Magensäure oder saurer Magenbrei wieder zurück in die Speiseröhre fließt und dort die empfindliche Schleimhaut angreift. Zwischen Speiseröhre und Magen sorgt ein Schließmuskel dafür, dass das Essen zwar von oben nach unten durchrutscht, aber kein Mageninhalt wieder zurückfließen kann. Dieses Ventil kann im Laufe des Lebens verschleifen.

Nicht nur ältere Personen klagen über Sodbrennen. Eine große Rolle spielen Essgewohnheiten: Fette, stark gewürzte oder gebratene, süße und saure Speisen fördern den Rückfluss von Speisebrei. Gelegentliches Sodbrennen ist meistens harmlos. Treten die Beschwerden jedoch mehrmals pro Woche auf, sollte man einen Arzt aufsuchen, da die zurückfließende Magensäure die Speiseröhre dauerhaft schädigen kann.

Süßigkeiten, Alkohol und Nikotin bezeichnet man als "Säure-Locker", weil sie die Produktion von Magensäure zusätzlich ankurbeln. Gleiches gilt für koffeinhaltige Getränke wie Kaffee, Cola und Energydrinks, aber auch schwarzen und grünen Tee. Ganz wichtig für den effektiven Kampf gegen das Brennen ist, sich bei fettigen Speisen und späten Mahlzeiten einzuschränken.

Stattdessen tun dem Magen bei Sodbrennen Kräutertees aus Kamille, Fenchel und Kümmel gut. Auch Mineralwasser ohne Kohlensäure ist eine schonende Alternative. Helfen können auch fünf bis sechs Esslöffel Magerquark, ein Glas Milch oder zwei Esslöffel Haferflocken. In diesen Lebensmitteln ist Eiweiß enthalten, dass die entstehende Säure eindämmt. Dieser Effekt lindert die Beschwerden allerdings meist nur kurzfristig. Auch schonend gegartes Gemüse tut dem Magen bei Sodbrennen gut. Auf Rohkost und Produkte aus Weizenmehl hingegen sollten Sie verzichten.

Vorsicht mit Medikamenten

Beschwerden durch Sodbrennen und Reizungen der empfindlichen Speiseröhre können kurzfristig durch säurebindende Arzneien behoben werden. Diese neutralisieren oder hemmen die überschüssige Säurebildung im Magen. Aber auch Hausmittel wie Natron sind auf Dauer keine Alternative. Oftmals unterdrücken sie die Säure kurzfristig, machen auf Dauer aber alles nur schlimmer.

(Quelle: Thinkstock)

07 Mehrwertsteuer für Liefer-Pizza dürfte bald steigen

Das Bundesfinanzministerium prüfe die Anhebung der Mehrwertsteuer für die Lieferdienste von Fertigmahlzeiten, schreibt die "WirtschaftsWoche" (Montag) vorab. Bisher müssen die Lieferdienste nur den ermäßigten Mehrwertsteuersatz von sieben Prozent bezahlen, der auch für die meisten Lebensmittel gilt.

Die Wahlmöglichkeiten beim Belegen der Pizza beispielsweise würden dann aber schon als Dienstleistung eingestuft, die höher besteuert werden müsste, sagte der Präsident der Bundessteuerberaterkammer, Horst Vinken, der "WiWo". Die Urteile ließen keinen Spielraum zu.

Betroffen wären alle Essenlieferanten, auch Metzger, die Außer-Haus-Lieferungen anbieten. Eine Lieferpizza für 8,00 Euro hat einen ermäßigten Mehrwertsteueranteil von 0,52 Euro. Mit dem vollen Mehrwertsteuersatz würde sie damit 8,90 Euro kosten.

(Quelle: Thinkstock)

08 Wirkung von Alkohol: Was in Gehirn und Magen passiert

So individuell das Betrunkensein empfunden wird, so identisch ist die Wirkung von Alkohol auf Magen oder Gehirn. Mit jedem Schluck Wein, Bier oder Schnaps verteilt sich der darin enthaltene Alkohol in der Blutbahn und zeigt dort seine Wirkung.

Alkohol ist in erster Linie ein Nervengift. Die Wirkung von Alkohol entfaltet sich größtenteils über den Dünndarm. Auch der Magen, die Mundschleimhaut und die Speiseröhre sind involviert. Die Wirkung von Alkohol wird laut onmeda.de maßgeblich dadurch beeinflusst, wie viel Sie im Vorfeld gegessen haben.

Die volle Wirkung des Alkohols stellt sich erst 45 bis 75 Minuten nach dem Konsum ein. Durch die Arbeit der Leber aber auch durch die ausgeatmete Luft, Schweiß und Urin beträgt die Abbaurate pro Stunde den Angaben zufolge 0,13 Promille bei Frauen und 0,15 Promille bei Männern. Laut „WDR“ braucht Alkohol lediglich zwei Minuten, um im Gehirn anzukommen. Eine Studie des Heidelberger Universitätsklinikums spricht von sechs Minuten, bis sich Gehirnzellen verändern, wie welt.de berichtet.

Alkoholmoleküle blockieren die Rezeptoren im Gehirn und sorgen für veränderte Übertragungen der Nervenzellen-Impulse. Je mehr Alkohol dabei ins Gehirn gelangt, desto stärker nimmt dessen Leistung ab.

Schon die kleinsten Dosierungen wirken auf das Gehirn, können jedoch zu unterschiedlichen Effekten führen. Je nach Person und Stimmung kann die Wirkung von Alkohol sowohl in Aggressivität als auch in einer gesteigerten Redseligkeit, Sprachstörungen oder auch Enthemmung bestehen.

Ist das bekannte Glas Rotwein wirklich gesund? Gesünder sei immer der Verzicht darauf. Wenn Sie nach einer feuchtfröhlichen Feier am nächsten Morgen unter Erschöpfung, Kopfschmerzen, Schwindel oder Übelkeit leiden, ist das ein eindeutiges Zeichen, dass Sie Ihrem Körper zu viel Alkohol zugemutet haben,

Gleichen Sie unbedingt ihren Wasserhaushalt aus: Leitungs- oder Mineralwasser, Tee, heiße Mixgetränke und Saftschorlen sind da besonders geeignet, denn sie ersetzen verlorene Flüssigkeit. Salziges und Saures – etwas Laugengebäck, Rollmöpse oder saure Gurken sind den Experten zufolge besonders beliebt. Hilfreich kann auch ein Espresso sein, da das Koffein den Kreislauf anregt.

Wichtig: Denken Sie stets daran, dass sich Alkohol deutlich langsamer abbaut – nach einer durchzechten Nacht sollten Sie Ihren Wagen also lieber stehen lassen.