



CARTE BLANCHE

11 | Covid-19: Das muss jetzt passieren

ABRECHNUNGEN

12 | So entgehen Spitälern Millionen von Franken

FOOD

36 | Auf welche Trends die Kaffee-Experten setzen

«Unser Fokus sind regionale, integrierte Systeme»

Antoine Hubert, Gründer des Swiss Medical Networks, über seine revolutionären Expansionspläne | **08**

★★★★★ für die Care-Gastronomie

Gewinnen Sie Zeit, um Ihre Gäste zu verwöhnen.

transgourmet.ch/care

 **TRANSGOURMET**





Immunstimulierende Nährstoffe sind sinnvoll zur Vorbeugung von Infektionen.

Gesunde Ernährung für ein gesundes Immunsystem

► DR. GUIDO BÖHLER

Die Marketingstrategien für **Superfoods** haben im Zuge der Coronapandemie eine neue Botschaft entdeckt: Sie werben für die Stärkung des Immunsystems. Was wir essen und trinken, beeinflusst in der Tat die Körper-Abwehr, aber gibt es Lebensmittel, welche die Abwehrkräfte gezielt unterstützen?

Superfoods sind gesund, aber keine Heilmittel. Sie können dank ihrer hohen Nährstoffdichte als gesundheitsfördernde Lebensmittel bezeichnet werden. Solche sind umso wichtiger bei Schwäche oder Krankheit. Aber ein einzelnes Superfood genügt nicht, sondern nennenswerte Mengen unterschiedlicher Superfoods sind notwendig, deren Wirkungen sich gegenseitig unterstützen. Sie können antioxidativ, entzündungshemmend und aktivierend auf die Entgiftungsorgane wirken. Dennoch können sie keine Wunder vollbringen, wie die Werbung gern verspricht – neuerdings oft mit Bezug auf die Immungesundheit.

In der Tat sind wir heute in Pandemiezeiten besonders auf ein funktionierendes Immunsystem angewiesen. Denn bei Viruserkrankungen gibt es keine Therapie, wie etwa Antibiotika bei bakteriellen Infektionen. Eine ausgewogene Ernährung mit viel Gemüse und Obst hilft, die dafür notwendigen Bausteine bereitzustellen. Vollkornprodukte, Nüsse und Hülsenfrüchte enthalten weitere wertvolle Stoffe, die für ein gutes Immunsystem wichtig sind.

An der Dreiländertagung der Ernährungsgesellschaften für Deutschland, Österreich und die Schweiz im November 2020 nannten die österreichischen Ernährungsprofessorinnen Sandra Holasek von der Medizinischen Universität Graz und Petra Rust von der Universität Wien Mikronährstoffe, die präventiv gegen Coronaviren wirken. Bei den Mineralstoffen sind es Zink, Eisen und Selen. Bei den Vitaminen spielen insbesondere ABCDE eine wichtige Rolle für das therapeutische Ernährungsmanagement bei Coronainfizierten oder -gefährdeten. In Pandemiezeiten gilt es besonders, mögliche Mangelsituationen bei diesen Nährstoffen zu erkennen und zu beheben.

Risikofaktor Mangelernährung

Auch in normalen Zeiten ist eine vor allem bei Senioren oft beobachtete Mangelernährung ein Risikofaktor, weil sie das Immunsystem schwächt. Umgekehrt ist die Zufuhr von immunstimulierenden Nährstoffen eine gute Prävention. Eine gesunde Ernährung kann zwar keine Infektion mit Coronaviren verhindern, und schon gar nicht ein einzelnes Lebensmittel, auch nicht ein Superfood. Gute Ernährung kann aber dafür sorgen, dass der Körper gut gewappnet ist. Die Zufuhr von immunstimulierenden Nährstoffen ist daher sinnvoll zur Vorbeugung von Infektionen.

Qualität • Sauberkeit



Hygienische Reinigung mit Dampf

Saugen, dampfen und Viren inaktivieren
mit einer Keimreduktion von 99.9%

✓100% Verzicht auf Reinigungsmittel ✓93% Wassereinsparung

✓UVC-Blaulicht ✓60% Zeitersparnis

Kontaktieren sie uns für einen **unverbindlichen Vorführtermin**

Infratek AG
Weingartenstrasse 6
8707 Uetikon am See



www.dampfsauger-beam.ch | Tel: 044 920 50 05

Email: info@dampfsauger-beam.ch

Effiziente Reinigung mit Trockendampf

► Das Entfernen von unerwünschten Substanzen auf Geräten sowie Vorrichtungen, kontaminierten Oberflächen oder in Räumen kann ganz einfach mit den BlueEvolution Dampfsaugsystemen gereinigt werden. In einem Arbeitsgang wird gedampft, gesaugt und Viren inaktiviert. In einem Altersheim, Spital oder einer Praxisgemeinschaft gibt es unzählige Berührungspunkte von Kunden und Mitarbeitern. Dies kann eine Türklinke, die Theke am Empfang oder die Liege sein. Das UVC-Blaulicht eliminiert Keime und Bakterien zu 99,9 % und bietet eine wunderbare Voraussetzung für eine mögliche Desinfektion an. Gleichzeitig findet auch eine Luftwäsche statt, welches in Gemeinschaftsräumen von Vorteil ist, da sich die Ansteckungsgefahr reduziert. Mit dem schonungsvollen Trockendampf bei 170°C bis 180°C können

viele Materialien hygienisch gereinigt werden, beispielsweise Teppiche, Holzböden, Steinplatten, Nasszellen in allgemeinen Räumen, Polster oder Lederstühle.

Ein weiteres Plus ist chemiefreies Putzen

Chemiefreies Putzen ist für

die Gesunderhaltung des Reinigungsteams ganz besonders wichtig, denn es werden keine scharfen Mittel verwendet. Auch Kunden und Patienten profitieren davon, wenn sie beispielsweise auf einer gereinigten Liege sich hinsetzen. «Wir sehen immer wieder wie unsere Kunden begeistert

sind, von der hygienischen Art der Reinigung, von der einfachen Handhabung bis zu allen Eigenschaften, die das Gerät bietet», sagt Barbara Sommerer, Geschäftsführerin von Infratek. Die Zubehörbox beinhaltet verschiedene Teile wie Extraktionsdüsen, Gummilippen, Nylonbürste, Punktstrahldüsen und verschiedene Bürsten. Mit dem drei Meter langen Schlauch ist ein gewisser Radius gewährleistet. Wenn ein Standardschlauch nicht ausreichend ist, gibt es optional Sechsmeter-Schläuche. Infratek ist davon überzeugt, dass diese nachhaltige, hygienische Reinigungsart sich immer mehr durchsetzen wird und zukunftsweisend ist.



Infratek AG

Weingartenstrasse 6
8707 Uetikon am See
Tel. +41 44 920 50 05
info@dampfsauger-beam.ch
www.dampfsauger-beam.ch

Massgeschneidertes Positionierungsmaterial aus der Schweiz

► Die Firma Kienerkissen mit Sitz in der Zentralschweiz produziert seit rund 25 Jahren Kissen und Rollen für den Wohn- und Pflegebereich. Die Produktpalette umfasste zu Beginn hauptsächlich Kissen für Mutter und Kind sowie für den Wohn- und Schlafbereich. Inzwischen ist das Angebot, aber auch die Bekanntheit der Marke Kienerkissen stark gewachsen. In den letzten 10 Jahren haben sich Bernadette Kiener und ihr Team vor allem auf die Langzeitpflege spezialisiert. So arbeitet heute bereits die Mehrheit der Zentral-

schweizer Pflegeinstitutionen mit dem Lagerungsmaterial von Kienerkissen. Nebst der Intensiv-, Lang-, Akutpflege und Geriatrie beliefert die Firma auch die Bereiche Physiotherapie, Rehabilitation und Rettungssanität.

Langlebiges Material

Alle Produkte werden von Hand im Freiamt (AG) hergestellt, so kann die hohe Qualität und die Flexibilität in der Produktion sichergestellt werden. Ab einer gewissen Stückzahl können die Masse nach individuellen Wünschen fest-

gelegt werden. Die Kunden von Kienerkissen schätzen die Langlebigkeit des Positionierungsmaterials sehr. Viele langjährige Kunden berichten, dass die Produkte auch nach langer Zeit im täglichen Einsatz noch einwandfrei in Form sind.

Nebst der Produktion bietet die Firma auch Positionierungs-Workshops für Pflegepersonal an. Kienerkissen hat sich darauf spezialisiert gemeinsam mit Ihnen die richtige Positionierungslösung für Institutionen zu erarbeiten. «Unsere Produkte entstehen stets in Zusammenarbeit mit unseren Kunden oder anderen Fachpersonen. So bringen wir immer wieder neue Kienerkissen auf den Markt. Wir sind gespannt, welche Innovationen wir zukünftig ge-

meinsam mit Ihnen noch erarbeiten dürfen», meint die Geschäftsführerin, Bernadette Kiener.

Bei der Erstbestellung gibt es jetzt einen Kennenlernrabatt in Höhe von 10 Prozent mit dem Promocode «HS2021» (im Online-Shop oder bei Bestellungen per E-Mail oder auch telefonisch).



Kienerkissen GmbH

Bahnhofstrasse 12a
5647 Oberrüti
Tel. +41 41 787 25 05
info@kienerkissen.ch
www.kienerkissen.ch

