



Newsletter in besonderen Zeiten – Nr. 3

Liebe Mitglieder, liebe Gönner, liebe Interessierte

Diese ausserordentliche Zeit wirft viele Fragen auf. Eine davon: Kann ich jetzt noch einen neuen Kompressionsstrumpf bestellen?

Wir haben nachgefragt – und stehen in engem Kontakt mit Vertretern der Industrie. Informationen aus erster Hand leiten wir Ihnen gerne so rasch als möglich weiter.

1. Information zum Coronavirus

Das Bundesamt für Gesundheit rät der Bevölkerung, sich an die Schutzmassnahmen gegen das Coronavirus zu halten. Ganz wichtig dabei ist es, dass man sich im Pandemiefall regelmässig und gründlich die Hände wäscht. Denn: die meisten Infektionskrankheiten werden über die Hände übertragen.

Denken Sie also auch daran, sich die Hände zu waschen, ...

- nachdem Sie am Briefkasten waren und Ihre Post geöffnet haben.
- nach der Arbeit, dem Einkaufen oder dem Besuch in der Apotheke
- wenn Sie auswärts oder zuhause Geldscheine oder Münz in der Hand gehalten haben.
- wenn Sie jemandem aus Versehen vor lauter Freundlichkeit und Freude die Hand zur Begrüssung gegeben haben.
- wenn Sie beim Arzt waren. Am besten benutzen Sie noch in der Arztpraxis eine Handwaschmöglichkeit und öffnen/schliessen die Türen anschliessend mit einem Taschentuch.
- Und natürlich vor dem Kochen und Essen sowie nach dem Schnäuzen, Niesen oder Husten und dem Gang zur Toilette.



2. Tipps zum Lymphödem und zur Therapie

Diese ausserordentliche Zeit wirft viele Fragen auf. Eine davon: Kann ich jetzt noch einen neuen Kompressionsstrumpf bestellen?

JA, Sie können bei Bedarf auch während der Corona-Krise einen flachgestrickten Kompressionsstrumpf nach Mass bestellen. Bitte beachten Sie dazu aber Folgendes:

Notwendigkeit

Wir bitten Sie: **Fragen Sie sich, ob der neue Strumpf wirklich dringend notwendig ist**. Oder ob Sie mit Ihrer aktuellen Versorgung noch ein paar Wochen respektive wenige Monate «durchbeissen» können. Denn

- Strümpfe, die Sie jetzt bestellen, sitzen womöglich nach einigen Tagen nicht mehr. Weil Sie derzeit nicht zur Lymphdrainage gehen können und Ihr Ödem beim Abmessen nicht

entstaut ist. Weil Sie sich eventuell weniger (oder auch mehr) bewegen, als Sie dies gewöhnlicherweise tun. Und weil Sie momentan vielleicht mehr oder häufiger (oder auch weniger) essen als im normalen Alltag...

- mit einem Besuch im Orthopädiefachgeschäft können Sie sich selbst und auch das Fachpersonal einer möglichen Infektion aussetzen und zur Virusverbreitung beitragen.

Natürlich gibt es Ausnahmen und Situationen, in welchen eine neue Kompressionsversorgung absolut unumgänglich ist. In folgenden Situationen empfehlen wir Ihnen, sich trotz Corona-Krise einen neuen Kompressionsstrumpf abmessen zu lassen:

- Wenn sich Ihr Ödem z.B. wegen Bandagieren unerwartet und erfreulicherweise verbessert und das Volumen abnimmt.
- Wenn sich Ihr Ödemstatus nicht verändert hat und Sie einen Strumpf mit exakt denselben Massen nochmals bestellen möchten – eventuell in einer Frühlingsfarbe.
- Wenn Ihr Strumpf kaputt geht oder Nähte reissen. Beachten Sie, dass bei Reparaturen generell längere Wartezeiten herrschen als bei Neubestellungen.

Wir appellieren an Sie, sich wenn möglich erst wieder neue Strümpfe anmessen zu lassen, sobald sich die Situation beruhigt und entschärft hat. Falls Sie dennoch einen Strumpf benötigen, lassen Sie sich diesen vom Orthopädiegeschäft nach Hause liefern, um wenigstens einen unnötigen Kontakt zu verhindern.

Orthopädiefachgeschäfte

Orthopädiefachgeschäfte gehören wie z.B. Apotheken zu medizinischen Grundversorgungseinrichtungen, welche trotz «Shutdown» weiterhin geöffnet bleiben dürfen. Allerdings sind sie an zahlreiche [Verpflichtungen](#) gebunden, welche sie einhalten müssen. Das bedeutet, dass sehr viele Orthopädie Firmen ihren Betrieb auf ein Minimum heruntergefahren oder ganz geschlossen haben.

Informieren Sie sich daher also zuerst per Telefon oder auf der Webseite Ihres Geschäfts über die aktuellen Öffnungszeiten.

- **Die Einrichtung ist geschlossen.** In diesem Falle empfehlen wir Ihnen, Geduld zu wahren und noch ein paar Wochen mit Ihrem aktuellen Strumpf zu überbrücken. Ist ein neuer Strumpf dringend, haben Sie die Möglichkeit, bei einer anderen Orthopädie Firma einen Kompressionsstrumpf abzumessen. Gerne helfen wir Ihnen mit Adressen weiter.
- **Der Betrieb wird nur nach telefonischer Voranmeldung und mit reduziertem Personal geöffnet.** Sie können nach einer Terminvereinbarung zum Abmessen ins Orthopädiefachgeschäft. Bitte beachten Sie, dass Sie auch bei der kleinsten Erkältung zuhause bleiben sollten. Und dass Sie sich bereits im Voraus auf einen möglichst kurzen und effizienten Termin ohne zusätzlichen „Kaffeeklatsch“ einstellen – auch zum Schutz und zur Entlastung des Fachpersonals.
- **Das Orthopädiefachgeschäft ist normal geöffnet.** Dieser Fall wird vermutlich in den kommenden Tagen immer seltener auftreten. Wenn Ihre Firma doch noch zu regulären Zeiten offen ist, halten Sie sich bitte möglichst an dieselben Empfehlungen wie oben erwähnt.

Industrie / Herstellerfirmen

Wie steht es um die Produktions- und Liefersituation? Wir haben nachgefragt – und möchten Ihnen Informationen aus erster Hand nicht vorenthalten.

Berro AG mit Juzo-Produkten:

Die Abläufe bei Berro funktionieren trotz getroffener Massnahmen reibungslos, damit Patientinnen und Patienten weiterhin mit Produkten der Kompressionstherapie und Orthopädie versorgt werden können. Bei der Produktionsfirma Juzo sind ausreichend Kapazitäten und Ausgangsmaterialien bereit, um Bestellungen weiterhin in der gewohnt hohen Qualität und ohne Verzögerungen auszuliefern. Die Lieferketten und auch der Versand laufen störungsfrei.

Cosanum AG mit Medi-Produkten:

Die Produktion von Strumpfwaren läuft ganz normal und die gewöhnlichen Lieferzeiten werden eingehalten. Bei Reparaturen und Anpassungen von Strümpfen kann es aufgrund der ausserordentlichen Situation zu Verzögerungen kommen, da Cosanum im Vertrieb von Schutzartikeln gegen die Coronapandemie eine grosse Verantwortung trägt, damit Schweizer Spitäler und Gesundheitseinrichtungen weiterhin mit Schutzmaterial versorgt werden.

Essity Switzerland mit Jobst-Produkten:

Die Produktion läuft bei Jobst ungehindert und die Lieferfähigkeit ist vollumfänglich gewährleistet. Jobst Massanfertigungen können weiterhin mit Schemanummer oder neuen Massen gefertigt werden. Da es aufgrund der aktuellen Situation zu längeren Wartezeiten bei Änderungen oder Retouren kommen könnte, erweitern wir unsere Kulanz. Bei Änderungswünschen oder Reklamationen führen wir eine kostenlose Neufertigung ohne Retoure durch.

3. Ideen für den Alltag

«Fliehen» Sie einen Augenblick lang in eine andere Welt und lesen Sie wieder einmal ein Buch – ganz für sich alleine. Unsere Vorstands-Buchexpertin Irene Odermatt empfiehlt Ihnen je einen Roman, einen Krimi und einen Thriller:

Caren Benedikt: Das Grand Hotel (die nach den Sternen greifen)

ISBN: 978-3-7645-0707-7



Der erste Band einer opulenten Familiensaga. Bernadette hat alles im Leben erreicht. Von ihrem Mann hat sie das Grand Hotel übernommen, das sie mit strenger Hand führt. Ihre Kinder gehen ihren eigenen Weg. Der ruhige Alexander wird einmal das Grand Hotel übernehmen, der umtriebige Constantin führt ein eigenes Hotel mit Varieté und die rebellische Josephine versucht sich als Künstlerin. Alles könnte so schön sein, wenn sich nicht das Zimmermädchen Marie komisch verhält und ein Mann ein dunkles Geheimnis aus der Vergangenheit ausgräbt.

Spannend und sehr unterhaltsam geschrieben mit Einblick in die damalige Zeit und natürlich über die Geschlechtertrennung.

Jorn Lier Horst: Wisting und der Tag der Vermissten

ISBN: 978-3-492-06141-4

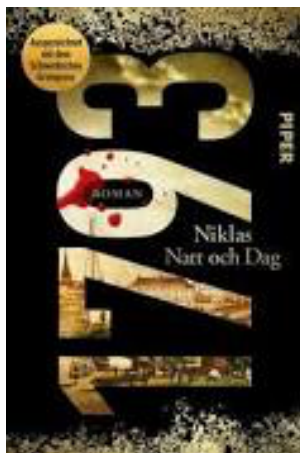


William Wisting lässt ein bestimmter Fall keine Ruhe. Jedes Jahr am Jahrestag nimmt er sich die Akte vor. Dieses Jahr wird alles anders, denn plötzlich tauchen die Fingerabdrücke des Ehemanns vom Opfer bei einem anderen Fall auf. Mit Unterstützung aus Oslo versucht Wisting den Fall aufzuklären. Seine Tochter, die als freischaffende Journalistin arbeitet, hilft ihm dabei. Plötzlich ist der Ehemann verschwunden, ist er doch nach all den Jahren der Täter?

Intelligenter Krimi ohne Blutvergiessen und Horrorszenarien. Spannend bis zur letzten Seite, mit einem authentischen Ermittler. Und das Beste: es gibt noch weitere Bände.

Niklas Natt Och: 1793

ISBN: 978-3-492-06131-5



Der Jurist Cecil Winge und Michael Cardell, ein traumatisierter Veteran, treffen unter merkwürdigen Umständen zusammen und versuchen, einen grausamen Mord in Stockholm aufzuklären. Das Opfer, bis zur Unkenntlichkeit verstümmelt, wird in der Stadtkloake gefunden. Die Aufklärung treibt die beiden an ihre Grenzen. Was sie über das gefolterte Opfer herausfinden, lässt sie an der ganzen Politik Stockholms zweifeln.

Hochspannend, definitiv nichts für schwache Nerven und doch sehr poetisch geschrieben. Ein Thriller, der schockiert und den man doch fertiglesen muss!

Wir wünschen Ihnen einen guten Wochenstart.

Ihre Lymphödem Vereinigung Schweiz

PS: In der vierten Ausgabe erfahren Sie Tipps und Tricks zum Selbstmanagement mit Kompressionsstrumpf-Alternativen.