

IMPRESSUM

pflegen: palliativ

wird herausgegeben vom Friedrich Verlag in Velber in Zusammenarbeit mit Klett und in Verbindung mit Elke Steudter

REDAKTION

Christine Holitzner-Bade (v. i. S. d. P.)
Adresse s. Verlag
Tel.: 05 11/400 04-228
Fax: 05 11/400 04-219
E-Mail: redaktion@pflegen-palliativ.de
www.pflegen-palliativ.de

MITARBEIT/BEIRAT/REDAKTIONSKREIS

Beate Augustyn
Gerda Graf
Dr. Bernadette Klapper
Thomas Montag
Dr. Klaus Maria Perrar
Detlef Rüsing
Carsten Rumbke
Prof. Dr. Martin W. Schnell
Prof. Dr. Christoph Student
Franz Wagner
Barbara Wille-Lehmann

REDAKTIONSSEKRETARIAT

Katrin Franke
Tel.: 05 11/4 00 04-228
Fax: 05 11/4 00 04-219
franke@friedrich-verlag.de

VERLAG

Friedrich Verlag GmbH
Im Brande 17, 30926 Seelze
www.friedrich-verlag.de

GESCHÄFTSFÜHRUNG

Michael Conradt, Dr. Friedrich Seydel

PROGRAMMLEITUNG

Maren Ankeremann

ANZEIGENMARKETING

Bernd Schrader (v. i. S. d. P.)
Adresse s. Verlag
Tel.: 05 11/4 00 04-131
Fax: 05 11/4 00 04-975

LESERSERVICE

Tel.: 05 11/400 04-152
Fax: 05 11/400 04-170
E-Mail: leserservice@friedrich-verlag.de

GRAFIK UND LAYOUT

Dirk Jäger

DRUCK

Wittmann & Wäsch GmbH & Co. KG
Fränkische Str. 41, 30455 Hannover

BEZUGSBEDINGUNGEN

Das Jahresabonnement von **pflegen: palliativ** kostet 2010 € 64,- und besteht aus 4 Heften und 4 Materialpaketen. Der Einzelheftbezugspreis für Abonnenten beträgt für das Heft € 6,- (€ 9,- für Nichtabonnenten) und für das Materialpaket € 10,- (€ 16,- für Nichtabonnenten). Wir liefern gegen Rechnung. Alle Preise zzgl. Versandkosten.

Studierende und Referendare erhalten bei Vorlage ihrer aktuellen Bescheinigung 30% Rabatt auf alle Abonnements.

Die Mindestbestelldauer des Abonnements beträgt ein Jahr. Es verlängert sich automatisch um ein weiteres Jahr, wenn nicht sechs Wochen vor Ablauf des Berechnungszeitraums schriftlich gekündigt wird.

Bei Umzug bitte Nachricht an den Verlag mit alter und neuer Anschrift sowie Kundennummer.

pflegen: palliativ ist zu beziehen durch den Buch- und Zeitschriftenhandel oder direkt vom Verlag. Auslieferung in der Schweiz durch Bücher Balmer, Neugasse 12, CH-6301 Zug. Weiteres Ausland auf Anfrage.

Bei Nichtlieferung infolge höherer Gewalt oder Störungen des Arbeitsfriedens bestehen keine Ansprüche gegen den Verlag.

© Alle Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten. Auch unverlangt eingesandte Manuskripte werden sorgfältig geprüft. Unverlangt eingesandte Bücher werden nicht zurückgeschickt.

Mitglied der Fachgruppe Fachzeitschriften im VDZ, im DV und im Börsenverein des Deutschen Buchhandels.

ISSN

Heft und Material 1867-9390

BESTELL-NR.

Themenheft 1410004
Materialpaket 1412004



GRUNDLAGEN

NORBERT KRUMM

4 **Fatigue – das unterschätzte Symptom**

STEFAN ZETTL

18 **Burn-out – wenn aus Erschöpfung Krankheit wird**

JÖRG REHER

38 **Resilienz – was uns stärkt, hält und festigt**

WORKSHOP

ULRIKE GRZESIK

33 **Energie durch Bewegung**

- Alle in den Beiträgen genannten Namen von Betroffenen sind frei erfunden. Jegliche Ähnlichkeit oder Übereinstimmung mit tatsächlichen Personen wäre rein zufällig.
- Für Angaben von Dosierungsanweisungen und Applikationsformen kann vom Verlag keine Gewähr übernommen werden. Entsprechende Angaben sind vom jeweiligen Anwender im Einzelfall zu überprüfen.

Dieser Ausgabe liegt eine Beilage folgender Verlage bei: Georg Thieme Verlag KG, Stuttgart und Verlag Hans Huber, Bern.

PRAXIS

HEIKO LORENZEN

8 **Mit chronischer Erschöpfung leben lernen**

ELKE STEUDTER

13 **Damit Sie bei Kräften bleiben**

NICOLE SPILLMANN

16 **Die Müdigkeit ist immer der Sieger**

GABRIELE VEF-GEORG

22 **Neue Energie mit Heilpflanzen**

UTE REIMANN | CARSTEN RUMBKE

26 **Von Saug- und Tankstellen bei Pflegenden**

IREN BISCHOFBERGER

42 **Angehörige im Spannungsfeld von Beruf und Pflege**



26



33

WISSEN

ELKE STEUDTER

30 Embodiment – wie der Körper auf die Psyche wirken kann

41 Selbstwirksamkeit
 ■ Kurzgefasst

MAGAZIN

46 Rezensionen
47 Neuerscheinungen Bücher
48 Veranstaltungen

VORSCHAU

Die nächste Ausgabe von **pflügen: palliativ** erscheint im Februar 2010 zum Thema „**Recht**“.

MATERIALPAKET ZUM HEFT

Chronische Müdigkeit und Erschöpfung
 Strategien und Interventionen zum Energiemanagement

► **MASSAGE-PAD**
 zur Anregung und Stärkung des Energiehaushalts

► **3 REFLEXIONS- UND TAGEBÜCHER**
 „Energiemanagement“
 Reflexions- und Tagebuch für Pflegende und Patienten

► **POSTER**
 mit den Übungen der CANTIENCA®-Methode

