

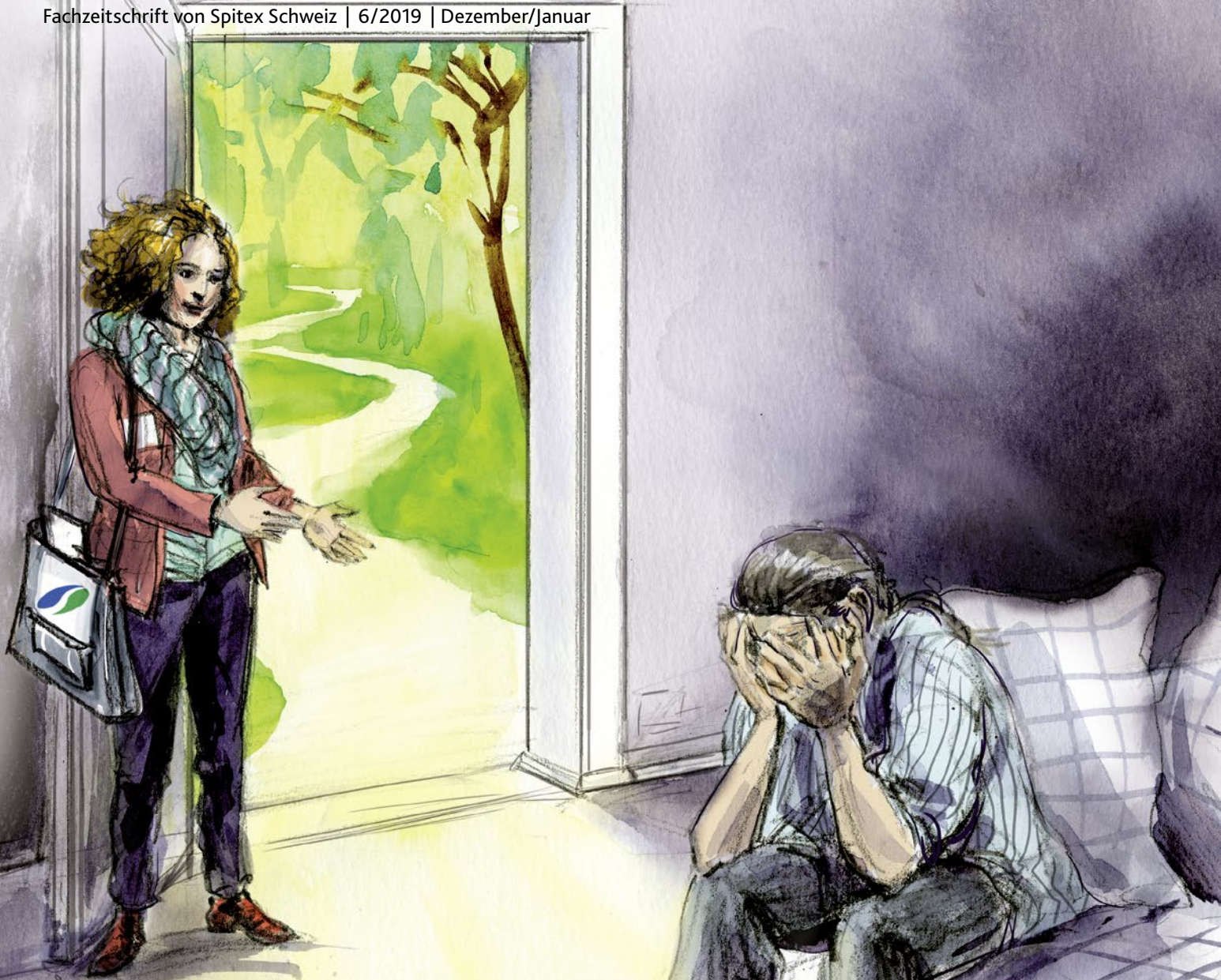
# SPITEX MAGAZIN



Überall für alle

**SPITEX**  
Schweiz

Fachzeitschrift von Spitex Schweiz | 6/2019 | Dezember/Januar



**FOKUS «Spitex und Psychiatrie»** Seite 16

## Hilfe für psychisch kranke Menschen

**DIENSTLEISTUNG** Eine Physiotherapeutin besucht Spitex-Klientinnen im Wallis. Seite 8

**GESELLSCHAFT** Ein Paar wurde in den Ferien von der Waadtländer Spitex betreut. Seite 12

**NETZWERK** Ein Pilotprojekt bringt im Kanton St. Gallen Flüchtlinge zur Spitex. Seite 32



Stadt Zürich  
Schulungszentrum Gesundheit



**WEITER  
KOMMEN**

**Als Haushelfer/-in  
im Arbeitsfeld Spitex**

Start: 26.2.2020  
Mehr unter: [www.stadt-zuerich.ch/sgz](http://www.stadt-zuerich.ch/sgz)

Wir bilden. Spitex-Skills.

**SGZ** campus



**heimelig  
betten**

PFLEGE · KOMFORT

8280 Kreuzlingen  
Tel. ★ 071 672 70 80



365 Tage erreichbar



[www.heimelig.ch](http://www.heimelig.ch) Vermietung und Verkauf von Pflegebetten

## Im Alter zu Hause leben

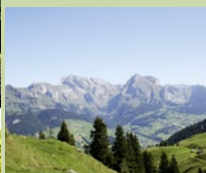
Heimelig Betten möchte, dass Sie sich zuhause fühlen. Wir beraten Sie gerne und umfassend und übernehmen die erforderlichen administrativen Aufgaben mit den Kostenträgern. Heimelig Betten liefert schnell und zuverlässig, damit Sie Ihren Alltag zuhause weiterhin genießen können.

2020

23. Internationales deso Seminar  
**Onkologiepflege Fortbildung:**  
Heilen und Lindern – kompetent  
und überzeugt pflegen  
10.–11. September 2020, St. Gallen

2020

24. Internationales deso Seminar  
**Palliative Care in der Onkologie:**  
Lindern – mit Kompetenz und Passion  
23.–25. April 2020, Kartause Ittingen/Schweiz



### ANKÜNDIGUNG

**INFORMATION:**  
St. Gallen Oncology Conferences (SONK)  
Deutschsprachig-Europäische Schule  
für Onkologie (deso)  
c/o Tumor- und Brustzentrum ZeTuP  
Rorschacherstrasse 150  
9006 St. Gallen/Schweiz  
[info@oncoconferences.ch](mailto:info@oncoconferences.ch)  
[www.oncoconferences.ch](http://www.oncoconferences.ch)



### ANKÜNDIGUNG

**INFORMATION:**  
St. Gallen Oncology Conferences (SONK)  
Deutschsprachig-Europäische Schule  
für Onkologie (deso)  
c/o Tumor- und Brustzentrum ZeTuP  
Rorschacherstrasse 150  
9006 St. Gallen/Schweiz  
[info@oncoconferences.ch](mailto:info@oncoconferences.ch)  
[www.oncoconferences.ch](http://www.oncoconferences.ch)



# Ein grosses «Danke!» zum Jahresende



Wieder geht ein Jahr zur Neige – ein Jahr, das für die Spitex viele Herausforderungen mit sich gebracht hat: So hielten das Chaos rund um die Finanzierung des Pflegematerials oder die Kürzung der OKP-Beiträge durch den Bund so manchen Spitex-Mitarbeitenden auf Trab. Das Jahr brachte aber auch viel Erfreuliches mit sich: So sind es laut der im November veröffentlichten Spitex-Statistik bereits fast 39 000 Mitarbeitende der Nonprofit-Spitex, welche sich auch 2019

unermüdlich und mit viel Engagement und Herzblut dafür einsetzten, dass inzwischen über 290 000 Klientinnen und Klienten dort leben dürfen, wo sie sich wohl und sicher fühlen: in ihrem Zuhause. Das gesamte Team der Geschäftsstelle von Spitex Schweiz (Bild) möchte das Jahresende zum Anlass nehmen, all diesen Spitex-Mitarbeitenden für ihren grossen Einsatz zu danken. Auch im kommenden Jahr werden wir uns mit viel Freude und Engagement dafür einsetzen, dass alle Spitex-Mitarbeitenden auf allen Ebenen die nötigen Rahmenbedingungen für ihre wertvolle Arbeit vorfinden.

Auch den Leserinnen und Lesern des Spitex Magazins soll an dieser Stelle für ihr Interesse und ihre Treue gedankt werden. Diese Ausgabe widmet sich dem Fokusthema «Spitex und Psychiatrie» mit einem umfassenden Interview sowie einer Reportage aus dem Alltag der Psychiatriepflege. Zudem wird über barrierefreie Ferien und die ambulante Physiotherapie sowie über ein Flüchtlingsprojekt und eine künftige «Tatort»-Kommissarin berichtet.

Wir wünschen Ihnen eine angenehme Lektüre – und natürlich wunderschöne Festtage sowie einen guten Start ins Jahr 2020.

Das Team der Geschäftsstelle von Spitex Schweiz

## AUFTAKT

- 4 Von Ruder-Abenteurern und der Spitex-Statistik

## DIENSTLEISTUNG

- 8 Unterwegs mit der ambulanten Physiotherapie

## GESELLSCHAFT

- 12 Ein Paar wurde in den Ferien von der Spitex betreut

## FOKUS

- 16 «Spitex und Psychiatrie»  
17 Ein Interview zur Psychiatriepflege der Spitex  
28 Unterwegs mit einem Psychiatrie-Pflegefachmann

## NETZWERK

- 32 Ein Pilotprojekt bringt Flüchtlinge zur Spitex

## DIALOG

- 37 5 Fragen an Schauspielerin Anna Pieri Zuercher

## DIE LETZTE

Titelseite: Das Bild stellt dar, dass Psychiatrie-Fachpersonen der Spitex ihren Klientinnen und Klienten – auch wenn diese zum Beispiel an Angststörungen erkrankt sind – die Welt draussen wieder zu eröffnen vermögen.

Bild: Karin Widmer, Illustratorin



Smart, nützlich, gratis.

Die Spitex Magazin-App mit neuen Funktionen für Ihr Smartphone oder Tablet.



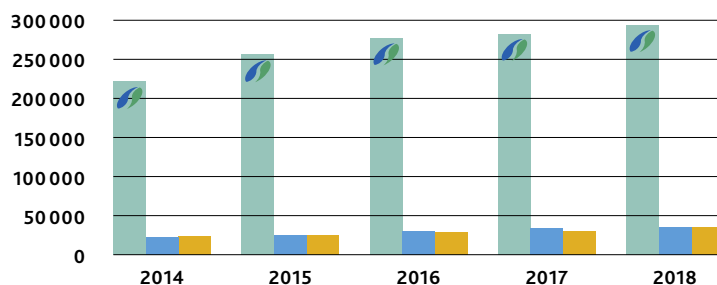
Informiert sein und mitreden:  
[facebook.com/SpitexMagazin](https://facebook.com/SpitexMagazin)

# Die Nonprofit-Spitem ist weiter klare Marktführerin

**Red.** Das Bundesamt für Statistik hat Mitte November zahlreiche Zahlen zum Thema «Sozialmedizinische Betreuung in Institutionen und zu Hause 2018» veröffentlicht. Diese Spitem-Statistik zeigt, dass die Nonprofit-Spitem nach wie vor klare Marktführerin ist (vgl. auch Grafik): 80 Prozent aller Klientinnen und Klienten und 73 Prozent der insgesamt geleisteten Pflegestunden werden von ihr erbracht.

Ungebrochen ist auch der Trend, dass immer mehr Mitarbeitende der Spitem immer mehr Klientinnen und Klienten pflegen und betreuen: 38 850 Mitarbeitende zählt die Nonprofit-Spitem inzwischen (2017 waren es noch 38 043) sowie 293 457 Klientinnen und Klienten (284 018). Von diesen Klientinnen und Klienten waren 153 088 (150 300) über 80 Jahre alt. Dabei nimmt der Anteil der über 80-jährigen Personen, die Pflegeleistungen beanspruchen, weiter ab: 41 Prozent der Klientinnen und Klienten waren 2018 über 80-jährig. Hingegen hat der Anteil der 20- bis 64-jähri-

gen Klientinnen und Klienten seit 2011 stetig zugenommen und liegt nun bei 27 Prozent. Diese Entwicklung zeigt, dass die ambulante Pflege zunehmend komplexe Leistungen übernimmt, die bis anhin im stationären Bereich erbracht wurden – wie Onkologiepflege und Palliative Care – und dass die Nonprofit-Spitem für alle Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen da ist. Die Statistik zeigt zum Beispiel auch, dass die Anzahl Stunden pro Klientin und Klient in der Langzeitpflege bei der Nonprofit-Spitem mit 50 Stunden nur halb so hoch ist wie bei kommerziellen Organisationen mit 116 Im Bereich Hauswirtschaft und



Entwicklung der gesamten Anzahl der Spitem-Klientinnen und Spitem-Klienten nach Leistungserbringertyp. Quelle: BFS

■ Nonprofit-Spitem  
■ Private Spitem  
■ Selbstständige Pflegefachpersonen

Sozialbetreuung ist es sogar nur ein Viertel: 38 Stunden versus 151. Dies ist unter anderem darauf zurückzuführen, dass die Nonprofit-Spitem auch Kurzeinsätze übernimmt, die für die private Spitem nicht rentabel sind.

[www.bfs.admin.ch](http://www.bfs.admin.ch)

## Über 10 000 Besucher an der Messe fürs Alter

**Red.** Die 5. Nationale Messe ZUKUNFT ALTER gehört der Geschichte an – sie ging vom 8. bis 10. November 2019 in der Messe Luzern über die Bühne. 150 Aussteller waren dabei, und wo Spezialistinnen und Spezialisten fürs Alter sich zum Stelldichein treffen, darf natürlich auch die Spitem nicht fehlen: Spitem Stadt Luzern, Spitem Nidwalden, Spitem Rontal Plus und Spitem Emmen empfingen die interessierten Besucherinnen und Besucher. Tamara Renner, Geschäftsführerin Spitem Stadt Luzern, nahm zudem am Podium «Quo vadis Alterspolitik?» teil.

Wie im Vorjahr wurden über 10 000 Besucher gezählt. Die Messe habe sich «definitiv zu einer Marke entwickelt», schreiben die Veranstalter in einer Medienmitteilung. Drei Podien umfassten nicht weniger als 100 Referate, das Jassturnier mit Monika Fasnacht stiess wiederum auf grosses Interesse und

täglich lockten mehrere Podiumsveranstaltungen mit Persönlichkeiten aus Politik, Wirtschaft, Gesellschaft und Kultur. Die Messe gab dabei auch Tabu-Themen wie Liebe/Sexualität oder Inkontinenz eine Plattform. Besonders eindrücklich gestaltet hat sich laut den Veranstaltern das Gespräch mit Guido Fluri. Der Unternehmer und Initiator der Wiedergutmachungsinitiative berichtete über sein Engagement für Verding- und Heimkinder sowie alle Menschen, die auf die Schattenseite des Lebens geraten. «Ich wünsche all diesen Menschen neue Perspektiven, auf dass sie sich befreien können, dass die Gesellschaft ihnen wieder die Menschenwürde zurückbringt, die auch sie verdienen», wird Guido Fluri in der Medienmitteilung zitiert. Wer die Messe verpasst hat oder schon sehnsüchtig auf die kommende wartet: Die nächste Messe ZUKUNFT ALTER findet vom Freitag, 6. November 2020, bis Sonntag, 8. November 2020, statt.

[www.messe-zukunft-alter.ch](http://www.messe-zukunft-alter.ch)

## Grosses Interesse am CIRNET

**Red.** Rund 60 Mitarbeitende von 35 Spitem-Organisationen nahmen am 2. Oktober in Zürich an einer Veranstaltung zum Thema Critical Incident Reporting (CIRS) und zum Meldesystem CIRNET teil. Das CIRNET (Critical Incident Reporting & Reacting NETWORK) ist ein Netzwerk der Stiftung für Patientensicherheit, das den Austausch zwischen Institutionen des Gesundheitswesens verbessern soll: Fehlermeldungen aus lokalen CIRS-Systemen werden anonym eingespeist und anderen angeschlossenen Organisationen zugänglich gemacht. Wegen der vielfältigen Schnittstellen komme der Spitem dabei eine besonders wichtige Rolle zu, erklärt Helmut Paula, Leiter CIRNET. Darum sei bereits mit verschiedenen Spitem-Organisationen vereinbart worden, auf möglichst vielen Ebenen vermehrt zu kooperieren.

[www.patientensicherheit.ch](http://www.patientensicherheit.ch)

# Sie rudern auch für die SpiteX

Zwei Zürcher nehmen an einem Ruderrennen über den Atlantik teil – und spenden jeden Franken, den sie einnehmen, der SpiteX Zürich.

KM. Mitten auf dem Atlantik werden sich die Zürcher Dominic Schaub (28) und Florian Ramp (42) bald wiederfinden, und dies in einem kleinen Boot, das sich nur durch Muskelkraft fortbewegen lässt. Als erstes Schweizer Duo wagen sich die beiden an die «Talisker Whisky Atlantic Challenge», die am 12. Dezember gestartet ist. Zurücklegen müssen sie 4800 Kilometer von der kanarischen Insel La Gomera bis zur karibischen Insel Antigua, wobei das Sprichwort «Dabeisein ist alles» nicht zutrifft: Sie wollten gewinnen, erklären die Abenteurer gegenüber «Tele Züri». Ein Gewinn dürfte ihre Teilnahme auch für die SpiteX Zürich werden: Das Duo wird von Sponsoren und Spendern unterstützt, um erst die Gesamtkosten von rund 167 000 Franken zu decken – und dann jeden zusätzlichen Franken der SpiteX Zürich zu spenden. Die Männer haben sich diesen guten Zweck unter anderem ausgesucht, weil Angehörige von ihnen von der SpiteX betreut werden.

In Antigua ankommen wollen die Zürcher nach rund 40 Tagen. Sie werden also Weihnachten und Silvester irgendwo auf dem



In diesem Boot überqueren Dominic Schaub (l.) und Florian Ramp den Atlantik. Bild: zvg

Ozean verbringen. Auf ihrem kleinen Boot, das anmutet wie ein futuristisches Ei, finden sich zwei winzige Kojen, eine Entsalzungsanlage, moderne Navigationsgeräte – und 200 Kilo Nahrungsmittel, benötigen die Ruderer doch bis zu 10 000 Kalorien täglich. Dennoch dürften sie am Ende der Strapazen acht bis zwölf Kilo Körpergewicht verloren haben. Geprägt werden ihre anstrengenden Tage und Nächte von einem festen Takt: Eineinhalb Stunden wird jeweils einer der beiden rudern, dann schwitzen sie eine Stunde gemeinsam und machen daraufhin eineinhalb Stunden Pause. Einmal so richtig durchschlafen – dies ist erst einmal verboten.

## Freude bei den «Helden unserer Zeit»

«Es ist für uns ein ausgesprochen schöner Leistungsbeweis, dass das Team Atventure

bezüglich der Spende an uns gedacht hat», sagt Muriel Meyer, Verantwortliche Kommunikation & Marketing bei der SpiteX Zürich Limmat. «Die beiden Männer lassen uns mit dieser Aktion ein Zeichen der Wertschätzung und Achtung für unser Engagement zukommen.»

Auf ihrer Website loben die Ruderer die SpiteX dann auch in den höchsten Tönen. Und sie äussern den Wunsch, dass ihre Spende es den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der SpiteX Zürich erlauben wird, dann zusätzliche Zeit mit den Klientinnen und Klienten zu verbringen, wenn diese es am meisten brauchen. «SpiteX-Mitarbeitende sind die wahren Helden unserer Zeit», schreibt das abenteuerlustige Duo zum Schluss.

[www.atventure.blog](http://www.atventure.blog)

## Regionale Anlaufstellen: Die SpiteX als zentrale Akteurin

Red. Ein mögliches Modell zur Förderung der koordinierten Versorgung sind regionale Anlaufstellen, die vor allem Informations-, Beratungs- und Koordinationsleistungen übernehmen. Eine qualitative Studie untersucht im Rahmen einer Masterarbeit am Winterthurer Institut für Gesundheitsökonomie, welche Erfahrungen solche Stellen aus den Kantonen Aargau, Luzern, St. Gallen, Thurgau und Zürich machen. Sie basiert auf einer Literaturanalyse und qualitativen Interviews und macht zum Beispiel deutlich, dass die Stellen wichtige Leistungen für Menschen mit gesundheitli-

chen Problemen und ihr Umfeld, die lokalen Gesundheitsakteure sowie die öffentliche Hand erbringen. Dennoch ist das Modell in der Schweiz noch wenig verbreitet.

Durch die Nähe und das Vertrauen, welche die Bevölkerung und andere Akteure der SpiteX entgegenbringen, nimmt die SpiteX bei der Betreuung der Stellen eine zentrale Rolle ein: Sie tritt in der Praxis unter anderem als Hauptzuweiserin, Initiatorin, Trägerin und Standortbetreiberin auf. Die Studie zeigt weiter auf, dass gemeinsame Zielvereinbarungen mit involvierten Akteuren sowie klare Schnittstellen wichtig für eine gute Zusammenarbeit sind. Für die Etablierung der Stellen sind zudem die politische Verankerung (insbesondere für die

Finanzierung und die Legitimation) und intensive Netzwerkarbeit entscheidend; ebenso wie ein Leistungsprofil, das den Stellen eine zentrale Rolle im örtlichen Gesundheitssystem verschafft. Da die Anlaufstellen sich an den regionalen Gegebenheiten ausrichten, gibt es für Letzteres keine Standardlösung. Autor Simon Müller erarbeitete ein zweistufiges Referenzmodell für die Entwicklung eines solchen Profils: Auf der 1. Ebene beinhaltet es die Leistungen Information, Beratung, Begleitung und Fallkoordination. Zur 2. Ebene zählen unter anderem Triage, Prävention und Koordination der Angebote. Die Studie kann direkt beim Autor bezogen werden; dies auf Anfrage per Mail an: [simondavidmueller@gmail.com](mailto:simondavidmueller@gmail.com)

# Fusion ist nicht gleich bessere Kommunikation

Gegen 300'000 Vollzeitstellen sind hierzulande in Spitälern, Pflegeheimen und Spitem-Organisationen besetzt und es werden immer mehr. Um Prozesse zu optimieren und Synergien zu nutzen, schliessen sich immer mehr Betriebe im Gesundheitssektor zusammen. Das kann zu grossen Herausforderung führen, aber auch zu digitalen Chancen. Nutzen wir sie!



Die Spitem Bachtel versorgt seit 2016 die Einwohner der Gemeinden Gossau ZH, Hinwil, Rüti, Seegräben und Wetzikon als ein regionales Netzwerk mit individueller Betreuung. Das war nicht immer so, vor der Fusion hatte jede Gemeinde ihre eigene Spitem - inklusive enormen Verwaltungsaufwand.

## Dezentrale Arbeitsplätze

Heute sind es 180 Angestellte, die bei der Spitem Bachtel regional und dezentral arbeiten, oft auch im Teilzeitpensum. Der Austausch untereinander findet bis anhin unregelmässig statt – Obwohl die Spitem-Betriebe seit über zwei Jahren in einem Verbund sind, kennen sich die einzelnen Stützpunkte noch zu wenig. Mitarbeitende der Hauswirtschaft und Komfortleistungen gehen zum Beispiel direkt von ihrem Daheim zum Kunden und wieder zurück, ohne beim Büro vorbeizuschauen. Das müssen sie auch fast nie, denn sie können ihre Kunden direkt über die ERP-App auf ihrem Smartphone verwalten.

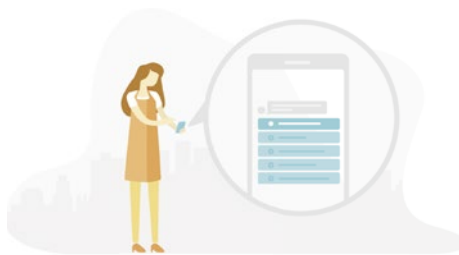
## Zu viele Kommunikationskanäle

Anders sieht es bei der internen Kommunikation aus: Hier wurde bis vor kurzem noch klassisch per E-Mail, zentraler Fileablage, WhatsApp oder über Notizbücher am Stützpunkt kommuniziert. Durch den Zusammenschluss der regionalen Spitem wurde es immer schwieriger, Mitarbeitende mit

Informationen zu versorgen und sich untereinander auszutauschen.

«Die verschiedenen Kanäle führten dazu, dass wir untereinander viel Zeit für das Besprechen von Unklarheiten aufwenden mussten, die aufgrund von Kommunikationslücken entstanden sind»

**Jens Weber,**  
**Geschäftsleiter der Spitem Bachtel**



## Das WIR-Gefühl stärken

Das Bedürfnis war also gross, die interne Kommunikation auf eine Plattform zu bringen. Denn trotz Fusion war es nicht gelungen, das WIR-Gefühl aller Mitarbeitenden zu stärken. Um die Entwicklung nicht zu bremsen, musste für das junge und dynamische Unternehmen eine rasche und praktische Lösung gefunden werden. Da sich Beekeeper bereits in diversen Spitem Organisation bewährt hat, fiel der Entscheid schnell auf die App-Lösung des Schweizer Softwareentwicklers. Bereits wenige Wochen danach fand ein Kick-off-Workshop mit rund 10% der Belegschaft

statt. Sie wurden geschult und konnten sofort loslegen. Nun testen sie, welche Features für die Spitem am nützlichsten sind.

## Administrativer Aufwand ade!

Über die Stream-Einträge erhalten alle einen Einblick in die anderen Teams und Stützpunkte, private Einträge lockern die Stimmung auf und schweissen zusammen. Über die Chat-Funktion können Dienstabreden durchgeführt und ganze Diskussionen zu Themen oder Umfragen lanciert werden (Feature: Kampagnen und Umfragen). Dank der Dokumentenablage hat jeder Mitarbeitenden von überall und zu jeder Zeit Zugang zu den wichtigsten Dokumenten (Handlungsanweisungen, Konzepte, Richtlinien, etc.).

«Dadurch hat sich die Qualität unserer direkten Begegnungen erhöht und wir haben wieder mehr Zeit für den wahren Austausch untereinander.»

**Jens Weber,**  
**Geschäftsleiter der Spitem Bachtel**



## Beekeeper AG

Hönggerstrasse 65 | 8037 Zurich  
+41 44 271 28 16  
contact@beekeeper.io



# Simulationsanzüge am Spitex-Stand

Die Publikumsmesse Planète Santé in Martigny hat 33 000 Besucherinnen und Besucher verzeichnet – darunter eine Vertreterin des Spitex Magazins, die erfuhr, wie sich betagte Menschen fühlen.

FG. Dieses Jahr fand die Publikumsmesse «Planète Santé» von 14. bis 17. November zum ersten Mal in Martigny VS statt – und



Der Simulationsanzug erschwert vieles. Bild: zvg

die Redaktion des Spitex Magazins schaute natürlich an der Messe vorbei. Sie besuchte den Stand der Sozialmedizinischen Zentren (SMZ) des Kantons Wallis, wo sich die Besucherinnen und Besucher dank eines Simulationsanzugs in ältere Menschen hineinversetzen konnten. Dieser Anzug umfasst eine Gewichtsweste, welche die Muskelspannung beeinträchtigt, sowie Knie- und Ellbogenpolster zur Versteifung der Gelenke. Handschuhe erschweren das Greifen und eine Spezialbrille verengt und verzerrt das Sichtfeld. Schliesslich dämpfen Kopfhörer alle Umgebungsgeräusche – und sie können Tinnitus simulieren. Dem Anzugträger fällt es folglich schwer, sich zu setzen, aufzustehen, Geräusche zu vernehmen, sich fortzubewegen oder auch nur die Seiten des «Spitex Magazins» umzublättern, das am Stand auflag. Auch wurde dort eine Wohnung nachgebaut, damit die Anzugträger erfahren konnten, wie eingeschränkt die Mobilität von älteren Menschen in deren eigenem Zuhause ist.

## Freude über reichhaltigen Austausch

Das Angebot der SMZ war sehr beliebt – insbesondere bei den Jugendlichen. «Wir

konnten sie damit auf das aufmerksam machen, was ihre Grosse Eltern jeden Tag durchmachen», sagte Corinne Delaloye, Spitex-Leiterin des SMZ in Martigny, und fügte begeistert hinzu: «Geschätzt haben wir vor allem auch die Reichhaltigkeit des Austausches mit den Besucherinnen und Besuchern. Viele Menschen haben uns von ihren Erfahrungen mit der Spitex erzählt.»

Die Messe, die erstmals in Zusammenarbeit mit dem Spital Wallis organisiert wurde, brachte den Grossteil der Akteure des Gesundheitswesens aus dem Wallis und den benachbarten Kantonen zusammen. Und sie sei ausserordentlich gut besucht worden, erklären die Organisatoren: Mehr als 90 Aussteller und Partner trafen auf rund 33 000 Besucherinnen und Besucher. Zudem wurden im Rahmen von rund 120 Konferenzen verschiedene Themen wie Bergrettung, Rückenschmerzen oder auch aktuelle Entwicklungen im Gesundheitswesen behandelt. Der nächste Planète Santé findet vom 12. bis 15. November 2020 im Kongresszentrum Beau-lieu in Lausanne statt.

## Viel Engagement am Tag für pflegende Angehörige

Red. Laut Bundesamt für Statistik (BFS) leisteten Angehörige in der Schweiz 2016 insgesamt 80 Millionen Stunden unbezahlte Arbeit für die Betreuung und Pflege von nahestehenden Personen – eine unbezahlbare Leistung. Um diesen Angehörigen Aufmerksamkeit und Wertschätzung entgegenzubringen, fanden auch dieses Jahr verschiedene Aktionen zum «Tag für pflegende und betreuende Angehörige» statt; dieses Jahr am 30. Oktober unter dem Motto: «Selbstbestimmt leben. Ohne betreuende Angehörige wäre vieles undenkbar.»

Im Kanton Zürich haben sechs Nonprofit-Organisationen – darunter der Entlastungsdienst Schweiz und der Spitex Verband Kanton Zürich – von 9 bis 18 Uhr eine Gratis-Hotline organisiert. Angehörige konnten sich Gehör verschaffen und erfahren, welche Unterstützungsmöglichkeiten es gibt. Insgesamt nutzten 15 Betroffene das Angebot, wie Sarah Müller, Geschäftsführerin Entlastungsdienst Kanton Zürich, erklärt. Zum Beispiel betreut eine Anruferin seit zwölf Jahren ihre Mutter und benötigt neben der Spitex noch weitere Unterstützung. Eine andere Frau rief an, weil ihr Mann Parkinson hat; und der Ehemann einer weiteren Anruferin ist seit einer Krebstherapie auch

von Demenz betroffen. «Da sich die Zahl der Anrufenden in Grenzen hielt, konnten wir uns für die Beratung Zeit nehmen», erklärt Sarah Müller. Im Vorfeld und am Tag selbst wiesen die beteiligten Nonprofit-Organisationen auch auf das Thema pflegende und betreuende Angehörige hin, und «Radio 24» produzierte über 20 Beiträge zum Thema. Einige davon sind online verfügbar, umfassen zum Beispiel die Aussagen von Spitex-Mitarbeiterin Doris Labruzzo – und stiessen auf grosses Interesse. Insgesamt sei die Aktion gut gelungen und zeige wohl auch nachträglich Wirkung, zieht Sarah Müller Bilanz.



Marielle Garofalo, Physiotherapeutin des sozialmedizinischen Zentrums (SMZ) in Martigny, begleitet ihre Klientin Elisa Gross regelmässig bei einem Spaziergang. Fotos: Leo Wyden

# Mit der Physiotherapeutin auf Hausbesuch

Wer wegen Altersbeschwerden vorübergehend oder permanent nicht mehr gut zu Fuss ist, wünscht sich nichts sehnlicher, als wieder sicher auf beiden Beinen zu stehen. Da kommt Marielle Garofalo, die Physiotherapeutin des sozialmedizinischen Zentrums in Martigny, ins Spiel. Das Spitex Magazin war im Walliser Dorf Les Marécottes bei zwei Spitex-Klientinnen zu Besuch, denen die ambulante Physiotherapie wieder Freude am Bewegen vermittelt.

Jede Woche fährt Marielle Garofalo von Martigny die vielen Kurven hoch nach Les Marécottes im Trient-Tal. In diesem pittoresken Walliser Dorf würde sich die 32-jährige Physiotherapeutin gerne mal niederlassen, doch heute sie ist beruflich hier. Die Angestellte des sozialmedizinischen Zentrums (SMZ) in Martigny besucht zwei

Klientinnen, die viel von ihrer Bewegungsfreiheit eingebüsst haben. Die beiden machen nun Monat für Monat Fortschritte. «Meist begleiten wir Personen mit eingeschränkter Mobilität eher kurzfristig», sagt Garofalo, die gegenwärtig 18 Personen in der Region betreut. «Der Arzt schreibt vor, was zu tun ist. Jeder Klient hat



seine spezifischen Bedürfnisse, doch viele haben einiges gemeinsam: Sie haben Schmerzen, vermissen ihr Gleichgewicht, die Freude am Leben sinkt, oder Einsamkeit macht sich breit.»

### Ein klientenspezifisches Programm

An diesem Sommermorgen sind die Fahrbedingungen auf der Bergstrasse gut, auch wenn sich die Fahrzeuge nicht überall kreuzen können. Im Winter ist der Zugang zum schneebedeckten Dorf nicht immer problemlos, doch jetzt trifft Marielle Garofalo bereits nach einer Viertelstunde Fahrt bei Elisa Gross ein. Die 81-jährige Klientin küsst die Therapeutin zur Begrüssung auf die Wangen, wie es sich hier gehört. Die Jüngere erkundigt sich, wie es der alten Dame geht, ob sie gut geschlafen hat – und sie fragt auch gleich, ob sie ausreichend Wasser trinke. Dann kann die Physiotherapie beginnen, immer berücksichtigend, wie sich die Patientin fühlt. «Wir spielen beispielsweise mit dem Ball oder machen stehend Übungen, um Aufmerksamkeit und Reflexe zu stimulieren», erklärt die Therapeutin, die das benötigte Material mitbringt. «Ein Ziel ist beispielsweise, zu lernen, wie man sich auffängt, wenn man das Gleichgewicht verliert», sagt Marielle Garofalo, die auch präventiv arbeitet.

Elisa Gross hat sich an Weihnachten letztes Jahr nach einem bösen Sturz am Kopf verletzt. Jetzt hat sie Angst, allein die Treppe hinunterzusteigen. Sie bleibt also meist im ersten Stock des Hauses, wo sie seit ihrer Kindheit lebt. «Sie sieht nicht mehr so gut, weshalb sie Angst hat zu stürzen. Mit einer Ergotherapeutin haben wir ihr deshalb im ersten Stock des Hauses eine komplette Wohnung eingerichtet», erklärt Marielle Garofalo. Jetzt verfügt Elisa Gross über einen Wohnbereich mit Kochherd, Schlafzimmer, Toilette und Balkon. Jeden Morgen kommt die Spitex und hilft ihr, die Stützstrümpfe anzuziehen. Jede Woche werden Gewicht, Blutdruck und Medikamente kontrolliert. Das Spitex-Personal hilft ihr zudem bei der wöchentlichen Dusche, und auch eine Haushalthilfe schaut einmal pro Woche vorbei.

### Besuche bringen Leben in die Wohnung

Elisa Gross ist seit sieben Jahren Witwe, wohnt jetzt aber mit ihrem 47-jährigen Sohn unter einem Dach. «Nach dem Tod meines Mannes habe ich mich sehr allein gefühlt; das war eine harte Zeit. Doch mein Sohn war immer für mich da.» Er unterstützt sie mit seiner Präsenz, kocht für sie und hilft ihr, wenn es Zeit ist, zu Bett zu gehen. «Die richtige Küche befindet sich im unteren Stock. Da gehe ich nur abends

und am Wochenende hinunter, wenn mein Sohn da ist», sagt die Seniorin, die früher in einer Uhrenmanufaktur im benachbarten Salvan gearbeitet hat. «Einkaufen gehen wir zusammen», fügt sie an, und man spürt, wie dankbar sie ist. Ohne ihren jüngsten Sohn fühlt sich Elisa Gross zu unsicher, ihre Wohnung zu verlassen, denn acht Treppenstufen trennen sie von der Strasse. Doch mit Marielle Garofalo an ihrer Seite ist die Angst plötzlich weg; deshalb gehört auch

«Ein Ziel ist zum Beispiel, zu lernen, wie man sich auffängt, wenn man das Gleichgewicht verliert.»

Marielle Garofalo

ein Spaziergang zur Physiotherapie. «Bei schönem Wetter gehen wir ins Freie», sagt die Fachfrau, die sich um Elisa Gross kümmerte, als diese akute Atembeschwerden hatte. «Erst mussten die Lungen dringend von Schleim befreit werden. Als es ihr besser ging, konnten wir sanftere Therapien anwenden», erklärt die 32-Jährige, die auf kardiopulmonale Therapie spezialisiert ist.

Mit dem Rollator und der Physiotherapeutin an ihrer Seite geht die alte Dame selbstbewusst ihren Weg. Sie gewährt sich nur kurze Pausen, um zu plaudern, sonst aber geht es zügig voran. «Meine Energie habe ich heute Marielle zu verdanken», sagt sie und lächelt. Das freut die Therapeutin, die alles unternimmt, um die Mobilität ihrer Klientin zu fördern. Was besonders gut tut, wenn im Freien therapiert wird? «Wer durch die Gegend spaziert, trifft Leute und ist so ein bisschen weniger einsam», erklärt die SMZ-Angestellte. Die beiden Frauen diskutieren auch gern, schauen sich die Gärten an, reden übers Wetter oder die Katzen des Dorfes. «Elisa und ich haben einiges gemeinsam. Wir kennen uns ja schon lange und vertrauen uns gegenseitig», sagt Marielle Garofalo, und die ältere Dame pflichtet ihr bei: «Marielle bringt Freude ins Haus. Man soll mir ja nicht eine andere Physiotherapeutin schicken!», sagt sie warnend und lacht.

### Pionierleistung im Wallis

Hausbesuche waren nicht immer Marielle Garofalos Spezialität. 2011, nach einem in Leukerbad absolvierten Physiotherapie-Bachelor, arbeitete die junge Mutter zwei Jahre lang in einer orthopädischen Klinik, bevor sie in Martigny ihre eigene Praxis eröffnete. Seit März 2018 ist sie nun Teilzeit im Spitex-Team des SMZ von Martigny tätig – erst zu bloss 30, dann 40 Prozent. Der ambulante physiotherapeutische Dienst des Zentrums ist eine Pionierleistung im Wallis. Er wurde 2016 von Monique Seingre geschaffen, zusammen mit dem ambulanten Ergotherapie-Dienst, wobei zwischen den beiden Diensten eine enge Zusammenarbeit besteht. «Seither ist das Team gewachsen», sagt Monique Seingre. «Die Nachfrage stieg, weshalb wir 2018 eine zusätzliche Physiotherapeutin engagier-



Marielle Garofalo hat Anita Balma zu Wanderstöcken geraten.

ten. Das war Marielle Garofalo.» Und weil der Dienst sehr gefragt ist, leistet Garofalo heute nicht mehr 40, sondern 60 Prozent. «Unsere Kunden sind prioritär jene, die von der Spitex-Equipe betreut werden. Wir wollen unsere freiberuflichen Kolleginnen und Kollegen nicht konkurrenzieren.»

Der Physiotherapie-Dienst gehört zum SMZ Martigny, ist aber in den Gemeinden Martigny, Saxon und Entremont tätig. Mehr als 90 meist betagte Personen beanspruchen diesen Dienst heute. Die Spitex-Verantwortliche des SMZ Martigny, Corinne Delaloye, unterstreicht, dass «unser Angebot ein echter Komfort ist für Leute, die Mühe haben, eine Physiotherapie-Praxis aufzusuchen.» Sie erklärt dann, dass der Leistungsauftrag für einen ambulanten Physiotherapie-Dienst vom Kanton Wallis erteilt wurde. Heute könne man feststellen, dass auch das SMZ davon profitiert. «Für unser Team ist es interessant, Erfahrungen mit den Mitarbeiterinnen auszutauschen, die besondere Kompetenzen in diesem Bereich haben.»

#### Moralische Unterstützung

In Les Marécottes wartet inzwischen noch eine Klientin auf Marielle Garofalo, und zwar Anita Balma, ebenfalls 81 Jahre alt. Der ruhigen Lage wegen ist die Walliserin mit Mann, Sohn und ihren geliebten Katzen nach Les Marécottes gezogen. Auch in ihrem Zuhause wird der Besuch herzlich begrüsst. «Wann immer ich Hilfe brauchte, war Marielle zur Stelle. Es gab Zeiten, da kam sie mehrere Male die Woche», erinnert sich Anita Balma, die früher kosmetische Produkte vertrieb. «Sie gibt mir immer

## Senioren sind sturzgefährdet: Eine Kampagne und eine Studie zur Prävention

Die Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung (bfu) meldet, dass in der Schweiz jedes Jahr 280 000 Personen schwer stürzen. Rund 1600 sterben infolge eines Sturzes, und davon sind 96 Prozent betagte Menschen. Die bfu intensiviert deshalb ihre Präventionskampagne «sicher gehen». Gemeinsam mit verschiedenen Partnern aus der Gesundheitsbranche schuf sie ein Qualitätslabel, das jenen Angeboten verliehen wird, welche Sturzprävention beinhalten. Unter [www.sichergehen.ch](http://www.sichergehen.ch) werden rund 1500 Kursangebote aufgelistet, ebenso wie Übungen für zu Hause auf verschiedenen Schwierigkeitsstufen.

Seit September 2016 befasst sich die Fachhochschule HES-SO Valais-Wallis mit der Sturzprävention für Seniorinnen und Senioren. Unter [www.swiss-chef-trial.ch](http://www.swiss-chef-trial.ch) wird eine Studie vorgestellt, die mit 65-jährigen oder älteren Personen durchgeführt wird. Die Probanden wohnen im Wallis oder in der Region Lausanne oder Zürich und sind mindestens einmal in den vergangenen 12 Monaten gestürzt oder fürchten sich davor. Es wird in Partnerschaft mit Ärzten, Pflegeheim-Personal, Gesundheitszentren und spezialisierten Physiotherapeuten geforscht. Die Spezialisten

werden die Auswirkungen von drei Heimtrainings-Programmen für Senioren mit Sturzrisiko vergleichen. Hierfür begleiten sie die Probanden während sechs Monaten und insgesamt acht Therapiesitzungen. Zweck der Testprogramme ist, dass die Anzahl und der Schweregrad der Stürze sinken. Das von der HES-SO Valais-Wallis entwickelte «Test & Exercise»-Programm ist eines dieser Programme und zeigt den Teilnehmenden Video-Beispiele. Es ist laut Monique Seingre, Physiotherapeutin im sozialmedizinischen Zentrum (SMZ) in Martigny, bei den von ihr betreuten Senioren besonders beliebt. «Die Teilnehmer machen die vorgeschlagenen Übungen sogar ausserhalb der Studie. Bewegung bereitet ihnen jetzt mehr Spass und sie merken, wie gut ihnen dieses Training tut», freut sie sich. Die Studie zielt auf rund 400 Teilnehmende. Diese Zahl ist allerdings noch nicht erreicht. «Wir suchen bis Juni 2020 weitere 80 Teilnehmende», informiert Prof. Anne-Gabrielle Mittaz Hager, Projektverantwortliche und Haupt-Initiantin der Studie. Die drei Trainingsprogramme werden derzeit ausgewertet; die Gesamtergebnisse der Studie werden voraussichtlich im Sommer 2021 vorliegen.



moralische Unterstützung. Deshalb geht es mir nach ihren Besuchen auch gleich besser und besser.» Grund der ersten Behandlung war ein gebrochener linker Arm. «Marielle war sehr nett. Sie gab mir guten Rat, wie ich meinen Tagesablauf meistern kann. Sie zeigte mir Arm- und Handbewegungen, die den Heilungsprozess unterstützen», erklärt die alte Dame, die auch heute noch neue Übungen begrusst.

Doch Marielle Garofalos Arbeit beschränkt sich nicht auf den gebrochenen Arm. Im Schwächezustand stürzte die Patientin mehrmals, wobei sie sich manchmal verletzte. Dann ging es darum, Anita Balma zu beruhigen, ihr Selbstvertrauen einzuflößen und Hilfsmittel vorzuschlagen, um die Mobilität und das Gefühl von Sicherheit zu fördern. «Wanderstöcke waren die Lösung des Problems.

Die helfen jetzt bei unseren Spaziergängen», erzählt Marielle Garofalo. Anita Balma wandert gerne, doch die Angst vor einem Sturz ist noch nicht ganz besiegt.

«Manchmal muss ich darauf beharren, dass wir raus in die Natur gehen», verrät Marielle Garofalo. «Sobald ich draussen bin, ist das Problem weg. Zu zweit ist eben alles einfacher und sicherer», ergänzt die Klientin. Vor einer Woche haben die beiden Frauen eine

lange Wanderung bis zum Zoo oberhalb des Dorfes unternommen. Das war für Anita Balma ein Erfolgserlebnis. «Es gab eine Zeit, da habe ich nicht einmal daran zu denken gewagt, dass ich eines Tages wieder wandern kann», sagt die 81-Jährige lächelnd.

**«Es gab eine Zeit, da habe ich nicht einmal daran zu denken gewagt, dass ich eines Tages wieder wandern kann.»**

Anita Balma

Flora Guéry

Anzeige

## Publicare – der einfache Zugang zu medizinischen Produkten.



*Rufen Sie an,  
wir unterstützen  
Sie gerne –  
056 484 15 00.*

### Unser beispielloses Dienstleistungsangebot – Ihre umfangreichen Vorteile.

- Top Auswahl für die individuelle Lösung: Ihr bewährtes Produkt, unser beispielhafter Zugang.
- Wir liefern Ihnen Ihr Verbrauchsmaterial sowie sämtliche medizinischen Hilfsmittel – auch zu Ihren Klienten nach Hause.
- Wir reduzieren Ihren administrativen Aufwand. Denn in uns finden Sie einen Partner, nicht nur eine Bezugsquelle.

Wir liefern medizinische Hilfsmittel, etwa bei Inkontinenz, zur Stoma-, und Tracheostomaversorgung sowie zur Wundbehandlung.

Einfach. Diskret. Bewährt.

 publicare

Publicare AG | Vorderi Böde 9 | 5452 Oberrohrdorf  
Telefon 056 484 15 00 | [www.publicare.ch](http://www.publicare.ch)

# Ein vom Leben geprüftes Paar macht Ferien vom Alltag

Josy und Ernst Auf der Maur aus Schwerzenbach ZH konnten im Sommer entspannende Ferientage im Waadtland verbringen, obwohl Ernst seit einem Hirnschlag stark pflegebedürftig ist. Ermöglicht wurde ihnen diese Auszeit von der Berner Stiftung «Claire & George», welche auch die Spitex am Ferienort organisierte. Im Interview erzählt Josy Auf der Maur von der harten Zeit nach dem Hirnschlag – und von den erholsamen und (fast immer) friedvollen Ferien in den Bergen.



Josy und Ernst Auf der Maur in den Ferien mit ihrer Tochter und drei Enkeln. Bilder: zvg

Oft sassen Josy und Ernst Auf der Maur während dieser milden Sommertage in den Waadtländer Bergen vor ihrem Ferienhaus und beobachteten, wie die letzten Sonnenstrahlen die Bergkette Dents du Midi in ein warmes Licht tauchten. Und während das Rentnerpaar aus Schwerzenbach ZH die von der Berner Stiftung Claire & George (siehe Infokasten) organisierten Ferientage genoss, kehrten langsam die Kräfte zurück, welche ihnen der Alltag nach Ernsts Hirnschlag vor zwei Jahren geraubt hatte.

## In den Nachhilfelehrer verliebt

Josy und Ernst Auf der Maur, heute 72 beziehungsweise 75 Jahre alt, sind als Nachbarn in Steinerberg SZ aufgewachsen. Sie absolvierten jeweils eine kaufmännische Ausbil-

dung, und weil sich Josy eher in der Welt der Sprache als der Mathematik wohlfühlte, wurde der rechnerisch begabte Ernst in Jugendjahren ihr Nachhilfelehrer. «Damals hat es gefunkt», erzählt Josy Auf der Maur strahlend. Die beiden heirateten 1970 und zogen in den Kanton Zürich, weil ihr Gatte dort eine Stelle als Finanzchef gefunden hatte; und alsbald machten die Töchter Eveline und Claudia die Familie komplett. Als Josys Vater seine Tätigkeit als Bergbauer aufgeben musste, suchte das Paar ein Zuhause für einen Dreigenerationen-Haushalt – und erhielt den Zuschlag für ein schmuckes Einfamilienhaus nahe dem Bahnhof Schwerzenbach. «Die bisherige Besitzerin sagte mir, ich könne das Haus haben, weil ihre Katzen mich mochten», erinnert sich Josy Auf der Maur lachend.

Und so zogen die Jahre ins Land: Die Eltern verstarben, die Kinder zogen aus und Josy und Ernst wohnten fortan alleine in ihrem gemütlichen Zuhause, das sich allerdings regelmässig mit dem Gelächter der inzwischen sieben Enkelkinder füllte. Im Alter von rund 60 Jahren begann die weibliche Hälfte des Duos wieder ihrer Leidenschaft fürs Reisen zu frönen – oft allein, denn ihr Ehemann war seit jeher kein leidenschaftlicher Weltbummler. Ja, der Alltag des Paares war von viel Glück geprägt – bis ihr Leben 2017 komplett umgekrempelt wurde.

**«Die Ärzte sagten uns,  
dass Ernst innert drei Tagen  
sterben werde.»**

Josy Auf der Maur

### Ein Hirnschlag in den USA

Damals weilte das Rentnerpaar zu Besuch bei der älteren Tochter und deren Familie, die in der Nähe der Millionenstadt Atlanta im Südosten der USA lebten. An einem kühlen Herbstmorgen wollte das Paar dem Tennis-Match eines Enkels beiwohnen, aber Josy stellte mit Entsetzen fest, dass sie ihren Mann nicht aufzuwecken vermochte. Ernst lag regungslos im Bett, vermochte keine Gliedmassen mehr zu bewegen. Unverzüglich schlug seine Ehefrau Alarm und ihr Mann wurde in Windeseile ins Regionalspital gefahren und daraufhin per Hubschrauber weiter in eine Spezialklinik geflogen. Dort stellte man die Diagnose, dass der da-

mals 73-Jährige in der Nacht einen Hirnschlag erlitten hatte. «Obwohl unsere Enkel zuhörten, sagten uns die Ärzte, dass Ernst innert drei Tagen sterben werde», erinnert sich Josy Auf der Maur schauernd. «Zum Glück stellte

sich diese Prophezeiung als falsch heraus, denn Ernst kämpfte um sein Leben.» In jenen Tagen sass die Familie – auch Tochter Claudia war aus der Schweiz angereist – ununterbrochen am Bett des Patienten, und dessen Zustand sta-

bilisierte sich zunehmend. Er sollte jedoch nie wieder der Alte werden: Seine linke Hirnhälfte war stark in Mitleidenschaft gezogen worden, weswegen seine rechte Körperhälfte seither gelähmt ist, eine Zeitlang benötigte er eine Magensonde, und sprechen kann er seit dem Hirnschlag nicht mehr.

Nach fünf Tagen in der Klinik im fernen Amerika flog die Rega Ernst Auf der Maur in die Schweiz, wo er 15 Wochen im Rehasentrum in Valens SG verbrachte. Die dortigen Ärzte stellten in Bezug auf eine Rückkehr in sein Zuhause eine düstere Diagnose. «In der Klinik sagte man mir, Ernst müsse in ein Pflegeheim», erinnert sich Josy Auf der Maur. «Das brachte mich zum Weinen. Ich habe widersprochen und gesagt, dass ich meinen Mann mit nach Hause nehmen werde.»

## Die Stiftung Claire & George und neue Projekte

Die Stiftung Claire & George wurde 2013 gegründet und hat zum Ziel, dass jeder Mensch in der Schweiz Ferien machen kann, auch wenn er auf Pflege und Betreuung angewiesen ist. «Auch kranke, behinderte oder betagte Menschen brauchen doch Ferien vom Alltag», sagt Susanne Gäumann, Gründerin und Geschäftsleiterin der Stiftung mit Sitz in Bern. Darum vermittelt die Nonprofit-Organisation barrierefreie Ferien, und zwar für jedes Budget: Derzeit sind rund 80 Hotels in der ganzen Schweiz im Angebot, vom 3-Sterne-Familienbetrieb bis zum 5-Sterne-Luxushotel. Ferienwohnungen sind wenige verfügbar, ihre Zahl wird aber laufend gesteigert. Die Hotels bezahlen Claire and George eine Kommission; zudem finanziert sich die Stiftung über Spenden und Fördergelder. Die Feriengäste bezahlen darum nichts für den Vermittlungsservice. Zu diesem Service gehört auch, dass die Stiftung die Spitex vor Ort sowie allfällige weitere Unterstützungs- und Entlastungsangebote organisiert. Für die Spitex des Ferienortes bezahlen die Klientinnen und Klienten normalerweise gleich viel wie für diejenige zu Hause. Sollten Restkosten anfallen, kümmert sich Claire & George darum, dass diese erstattet werden. «Die Zusammenarbeit mit der Spitex ist

super», freut sich Susanne Gäumann. Dazu trage auch bei, dass Marianne Pfister, Geschäftsführerin von Spitex Schweiz, Mitglied des Stiftungsrats von Claire & George ist.

Seit der Gründung der Stiftung hat sich viel getan. «Eine grosse Herausforderung ist die wachsende Komplexität der Betreuung und Pflege unserer Kundinnen und Kunden», erklärt Susanne Gäumann. «Immer mehr Menschen, die auf eine komplexe Pflege angewiesen sind, vertrauen sich Ferien zu machen.» Die Organisation des Betreuungsangebots am Ferienort werde entsprechend immer aufwendiger. «Wir wollen die zunehmende Komplexität aber auch künftig meistern, ohne dass wir Kunden ablehnen oder von ihnen Gebühren verlangen müssen», stellt Susanne Gäumann klar. Seit ihrer Gründung hat die Stiftung auch ihr Angebot laufend erweitert: So organisiert sie inzwischen die barrierefreie Reise «Grand Tour of Switzerland». Und sie hat kürzlich das dreijährige Pilotprojekt «barrierefreie Destinationen» lanciert: Sieben Ferienorte wirken am Projekt mit, in dessen Rahmen unter anderem das gesamte Freizeitangebot der Destination hinsichtlich seiner Barrierefreiheit durchleuchtet wird, woraufhin Lücken geschlossen werden können.

[www.claireundgeorge.ch](http://www.claireundgeorge.ch)



Viele schöne Erinnerungen blieben den Feriengästen nach ihrem Aufenthalt in Villars-sur-Ollon: Zum Beispiel Erinnerungen an das Chalet «Le Petit Chevrier», an ausgedehnte Wanderungen und an den Ausblick samt Sonnenuntergang.

### Die Rückkehr nach Hause

Und Josy Auf der Maur hielt Wort: Sie liess ihr Haus behindertengerecht umbauen und machte ihrem Mann damit die Heimkehr möglich. «Ohne die Spitex hätte ich das aber nicht geschafft», sagt sie. Erst half ihr die Spitex beinahe rund um die Uhr bei der Pflege und Betreuung ihres Mannes, doch dann ging es mit dessen Gesundheitszustand bergauf, und seine Frau wurde zunehmend zur Expertin, was seine Pflege betraf. Inzwischen schaut eine private Spitex jeden Morgen für zwei Stunden vorbei und hilft zum Beispiel beim Duschen, und jeden Abend ist eine Pflegefachperson der Spitex Schwerzenbach während einer halben Stunde dabei behilflich, den 75-Jährigen bettfertig zu machen. Ernst Auf der Maur besucht zudem an drei Tagen die Ergotherapie, Physiotherapie und Logopädie in einer Tagesklinik, und eine Ergotherapeutin besucht ihn regelmässig zu Hause. Dank all dieser Unterstützung kann er inzwischen zum Beispiel wieder seinen Namen schreiben. «Das war für viele Unterlagen wichtig», erklärt seine Frau. «Aber für noch wichtiger halte ich den Vorsorgeauftrag, den wir abgeschlossen hatten. Dazu rate ich allen Menschen.»

Viele Stunden am Tag kümmert sich Josy Auf der Maur inzwischen rührend um die Betreuung und Pflege ihres Ehemanns und verabreicht ihm dabei auch die insgesamt acht Medikamente, die er unter anderem wegen seiner Herzrhythmusstörungen einnehmen muss. Auch fährt sie ihren Mann zu seinen zahlreichen Arztterminen, und wenn sie von diesen Ausflügen berichtet, strahlt die Zürcher Oberländerin übers ganze Gesicht. «In unserem Leben gibt es immer wieder Lichtblicke, und einer davon ist unser Behindertenbus, den mir ein Cousin vermittelt hat», sagt sie. Ein wahrer «Lottogewinn» sei dieser Bus, in dem Ernst Auf der Maur erhöht sitzen und die vorbeiziehenden Dörfer und Wiesen

mustern kann. «Andere Menschen hören im Alter mit dem Autofahren auf. Ich habe stattdessen aufgerüstet und das Busfahren gelernt», sagt seine Ehefrau schmunzelnd.

### Kraft tanken in den Bergen

Doch trotz ihres Lebensmutes und der tatkräftigen Unterstützung durch Familie und Freunde wurde Josy Auf der Maur eines Tages klar, dass ihr Alltag gewissermassen ein Hamsterrad war: Sie rannte und rannte und bemerkte dabei gar nicht, dass sie immer müder wurde. «Ich jammerte bei der Sanitas, dass ich

und mein Mann dringend eine Auszeit brauchten», erzählt sie mit einem Augenzwinkern. «Meine Beraterin riet mir daraufhin, mich an Claire & George zu wenden.» Josy Auf der Maur informierte sich übers

Internet über das Angebot der Berner Stiftung – und blieb begeistert beim behindertengerecht eingerichteten Chalet «Le Petit Chevrier» im kleinen Waadtländer Ort Villars-sur-Ollon hängen. Die 72-Jährige griff zum Telefon und meldete sich bei Claire & George mit dem Wunsch, dass sie in ebendiesem Chalet ein paar erholsame Tage verbringen wollte. Und die Verantwortlichen von Claire & George erfüllten diesen Wunsch gern.

Vom 22. Juni bis 6. Juli 2019 zogen die beiden Schwerzenbacher in die Waadtländer Berge, und auch Tochter Eveline reiste mit drei Kindern im «Gepäck» an; ihr Ehemann schaute für einige Tage vorbei. «Das Chalet war phänomenal», schwärmt Josy Auf der Maur. Die Schlafzimmer, der Wohnraum mit Kamin und die geräumige Küche – alles ist nicht nur heimelig eingerichtet, sondern auch rollstuhlgängig. Gehbehinderte können auch auf einen Lift zählen, der sie beispielsweise zum grossen Sitzplatz bringt. «Dort sassen wir oft einfach nur da und genossen die Aussicht und die Ruhe. Wir sind schlies-

«Das Chalet war phänomenal und die Spitex vor Ort sensationell.»

Josy Auf der Maur

slich nicht mehr die jüngsten Häschen», sagt sie. Die jüngeren Familienmitglieder spielten derweil Tennis oder lernten die Wanderwege der Region kennen. Begleitet wurden die Enkel auf ihren Wanderungen des Öfteren von ihrer Oma, während ihre Mutter im Ferienhaus an Opas Seite blieb. Und manchmal unternahm auch die ganze Familie gemeinsam einen Ausflug und schob Ernst Auf der Maur im Rollstuhl vor sich her. «Das waren wirklich traumhafte Tage voller Frieden», sagt Josy Auf der Maur. Nur die beiden Buben seien nicht immer so friedliebend gewesen und hätten mitunter ihre Schwester geärgert, bis diese schrie wie am Spiess.

#### Krankenkasse bezahlte Spitex am Ferienort

Die Zuständigen von Claire & George kümmerten sich nicht nur um die Vermittlung des Chalets, sondern organisierten auch die Pflege und Betreuung durch die Waadtländer Spitex-Organisation AVASAD (Association Vaudoise d'Aide et de Soins à Domicile). «Dass die Spitex uns auch in Villars-sur-Ollon betreute, machte diese Ferien überhaupt erst möglich», sagt Josy Auf der Maur. Zum Glück habe sie in jungen Jahren ein Jahr in Frankreich verbracht und sich darum auf Französisch mit den Pflegefachpersonen unterhalten können. Die Miete des Chalets bezahlte die Familie aus der eigenen Tasche, für die Spitex kam jedoch ihre Krankenkasse auf. «Die Betreuung durch die Spitex vor Ort war sensationell», schwärmt die Schwerzenbacherin. «Mein Mann wurde ausschliesslich von kompetenten und liebenswürdigen Frauen und Männern gepflegt. Die Spitex-Mitarbeitenden haben sich um Ernst gekümmert, als ob sie dies schon lange täten.»

#### Die Spitex arbeitet gern mit Feriengästen

Die vorübergehende Pflege und Betreuung des Zürcher Feriengastes übernahm die Spitex des sozialmedizinischen Zentrums de la Gryonne in Aigle. «Die Stärke unseres SMZ ist, dass immer der Mensch im Mittelpunkt unseres Pflegehandelns steht», sagt Geschäftsführerin Céline Eninger. Der Spitex sei ein ganzheitlicher Gesundheitsansatz wichtig – und dieser betrachte die soziale Teilhabe eines Menschen als grundlegendes Element in der Förderung und Aufrechterhaltung von dessen Autonomie. Entsprechend helfe man den Klientinnen und Klienten der Spitex gern dabei, Ferien mit Angehörigen zu verbringen. «Es ist eine bereichernde Aufgabe, die Fortsetzung der Pflege und Betreuung sicherzustellen», sagt Céline Eninger. «Und es freut uns auch, dass wir unseren Klienten einen Urlaub in unserer schönen Region ermöglichen können.»

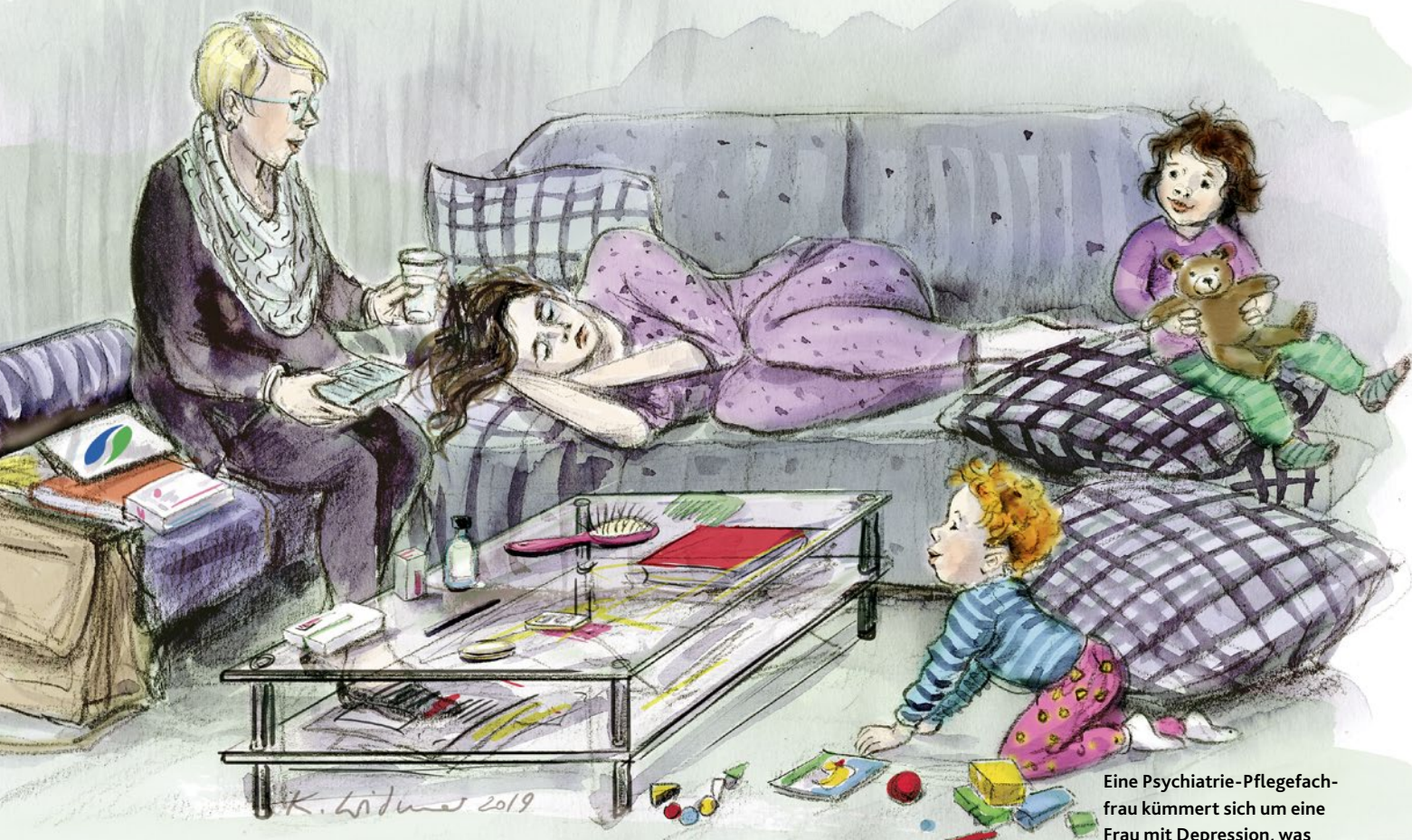
## «Wir ermöglichen den Menschen gern Ferien in unserer schönen Region.»

Céline Eninger, Geschäftsführerin SMZ Aigle

Eine Herausforderung des Engagements für Feriengäste sei, deren Pflege und Betreuung in die bestehenden Arbeitspläne zu integrieren. «Eine zweite Herausforderung ist, dass wir den Klienten möglichst so pflegen, wie er es gewohnt ist – obwohl sich der Klient in einer ganz anderen Umgebung befindet.» Den Auftrag, Ernst Auf der Maur zu betreuen, habe das SMZ weit im Voraus erhalten, sodass sich die Zuständigen gut auf den Auftrag vorbereiten konnten. Eine Pflegefachperson habe die Familie zudem nach ihrer Ankunft getroffen, um sie kennenzulernen und zum Beispiel auch zu prüfen, welche Arbeitsbedingungen die SMZ-Mitarbeitenden vor Ort vorfinden. Die Arbeit im einsam gelegenen Chalet sei für die Spitex indes kein Problem gewesen. «Wir sind es gewohnt und wir sind dafür ausgerüstet, an entlegenen Orten in den Bergen zu arbeiten, auch im Winter», versichert Céline Eninger.

#### Bald wieder Ferien mit Claire & George

Die temporären AVASAD-Klienten kamen äusserst zufrieden von den Ferien im Waadtland nach Hause. «Die Auszeit von unserem Alltag war für Ernst und mich Erholung pur», sagt Josy Auf der Maur. «Und meiner Lunge, die meine körperliche Schwachstelle ist, hat die Höhenluft gutgetan.» Nach den Ferien habe sie die Pflege und Betreuung ihres Mannes mit neuem Elan angepackt. Von ihrem Ehemann spricht Josy stets voller Liebe – er mache gerade «seine Siesta», meint sie beispielsweise lächelnd, als Ernst während des Interviews in seinem Bett einnickt. «Wir hatten bis zum Hirnschlag ein erfülltes Privat- und Berufsleben», sagt die dann. «Und auch jetzt haben wir es gut. Ich habe im Laufe meines Lebens so viele schlimmere Schicksale gesehen als das unsere. Solange unser Leben so bleibt wie jetzt, bin ich zufrieden», fährt sie fort, umgeben von Fotos ihrer sieben Enkelkinder, während eine grosse Wanduhr leise tickt und die Kaffeemaschine blubbert. «Ich hoffe nur, dass wir unsere Kräfte bewahren können.» Damit diese Kräfte nicht zur Neige gehen, wolle sie bestimmt wieder einmal die Dienste von Claire & George in Anspruch nehmen. «Vielleicht probiere ich dann auch einmal ein Hotel aus», sagt die Frau, die es nicht gewohnt ist, die Füsse hochzulegen. Aber wenn sie in den Ferien nicht kochen und waschen müsse, ergänzt sie, dann könne sie vielleicht noch häufiger mit ihrem Mann im Freien sitzen und beobachten, wie die Sonne hinter den mächtigen Bergen untergeht.



Eine Psychiatrie-Pflegefachfrau kümmert sich um eine Frau mit Depression, was auch deren Angehörige, hier die Kinder, beruhigt.

Illustration: Karin Widmer

# «Die Spitex ist ein wichtiges Puzzleteil in der Versorgung von psychisch kranken Menschen»


Mit einem umfassenden Interview und einer Reportage zum Fokusthema «Spitex und Psychiatrie» befasst sich diese Ausgabe des Spitex Magazins mit den vielfältigen und anspruchsvollen Aufgaben, welche die Psychiatrie-Pflegefachpersonen der Spitex haben. Illustratorin Karin Widmer hat einige davon fürs Spitex Magazin dargestellt: Die Fachpersonen bauen Beziehungen zu Menschen mit psychischen Krankheiten auf, führen therapeutische Gespräche, helfen beim Aufbau von Strukturen und bei der Körperpflege, verabreichen Medikamente – und sie helfen den Betroffenen zum Beispiel auch dabei, sich in der Aussenwelt wieder ohne Angst zu bewegen.



Die Spitex kümmert sich zunehmend nicht nur um Klientinnen und Klienten mit somatischer Diagnose – auch ihre psychiatrischen Pflege- und Betreuungsleistungen werden laufend professioneller und begehrter. Viele Spitex-Betriebe sind längst Teil des psychiatrischen Netzwerkes ihrer Region, zu dem auch Kliniken und Psychiater gehören oder auch andere Anbieter von ambulanter psychiatrischer Pflege (vgl. Infokasten S. 19). Das Spitex Magazin hat mit zwei Expertinnen über die psychiatrischen Spitex-Leistungen diskutiert: Regula Lüthi ist Direktorin Pflege, Medizinisch-Therapeutische Dienste und Soziale Arbeit der Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel. Esther Indermaur ist Pflegeexpertin APN Psychosoziale Pflege bei der Spitex Zürich Limmat. Die beiden sprechen über Themen wie Beziehungsarbeit, Sucht und Suizid – und sie diskutieren über die integrierte psychiatrische Versorgung, von welcher die Spitex ein wichtiger Bestandteil ist.

**Spitex Magazin: Eine Psychiatrie-Pflegefachfrau erzählt dem Spitex Magazin kürzlich von einem Buben, der es als logisch betrachtet, dass die Spitex auch psychiatrische Dienstleistungen anbietet: «Wenn die Seele statt der Körper kaputt ist, braucht es daheim die Spitex», sagte er sinngemäss. Frau Lüthi, in Ihrer 2002 durchgeführten Spitex-Studie zeigte sich nun aber, dass die Meinung des Jungen zumindest damals nicht die Regel war: Stattdessen sei «die ambulante psychiatrische Pflege in der Spitex wenig sichtbar und eine unterschätzte Dienstleistung». Warum ist die psychiatrische Pflege durch die Spitex denn wichtig und hat entsprechend mehr Beachtung verdient?**

**Regula Lüthi (RL):** Seit ihren Anfängen hat sich die Spitex um Menschen gekümmert, die aufgrund psychischer Probleme zu Hause Hilfe brauchten – aber sie tat dies mehrheitlich unsystematisch. Erst in den vergangenen Jahren haben sich in der Spitex hoch spezialisierte Psychiatrie-Teams entwickelt, was mir grosse Freude bereitet. Denn die Spitex ist ein integraler Bestandteil der Versorgung von psychisch kranken Menschen. Dabei hat sie zwei wichtige Rollen: Einerseits müssen Spitex-Mitarbeitende bei Klientinnen und Klienten der somatischen Pflege erkennen, wenn diese auch psychisch krank sind. Daraufhin müssen sie eine passende Betreuung der Betroffenen in die Wege leiten, sei es durch die Spitex oder andere Dienstleister. Diese Funktion ist von zentraler Bedeutung, denn die Spitex-Studie zeigte, dass 43 Prozent der Klienten der somatischen Pflege auch psychisch erkrankt waren. Im Grossteil der Fälle blieben diese psychischen Krankheiten aber unentdeckt. Andererseits hat die Spitex auch die Rolle, psychisch kranke Menschen in deren Zuhause professionell zu pflegen und zu betreuen, und hierfür erhält sie immer mehr direkte Aufträge von stationären Institutionen. Die Anerkennung der Kompetenzen der Spitex in der psychiatrischen Pflege ist noch nicht flächendeckend, aber sie wächst und wächst.



**«In den vergangenen Jahren haben sich in der Spitex hoch spezialisierte Psychiatrie-Teams entwickelt, was mir grosse Freude bereitet.»**

Regula Lüthi

**Esther Indermaur (EI):** Und die Spitex hat diese Anerkennung verdient. Denn sie betreut und pflegt kranke Menschen langfristig in deren Zuhause, und sie bezieht dabei das gesamte soziale System und die gesamte Lebenswelt mit ein. Diese umfassende psychosoziale Herangehensweise hilft vielen Erkrankten sehr – egal, ob sie Schmerzen haben oder Stimmen im Kopf hören. Auch psychisch kranken Menschen bietet die Spitex Unterstützung in Bezug auf alle negativen Auswirkungen, die ihre Krankheit auf ihren Alltag hat. Wir Psychiatrie-Pflegefachpersonen können zwar nicht immer dafür sorgen, dass eine Krankheit komplett verschwindet. Wir helfen den Betroffenen aber dabei, wieder ein gutes und selbstbestimmtes Leben führen zu können.

**Seit der Spitex-Studie 2002 hat sich demnach vieles zum Positiven gewendet? Nicht nur werden psychische Krankheiten häufiger erkannt – dies zeigt auch das Monitoring «Psychische Gesundheit in der Schweiz», herausgegeben 2016 vom Gesundheitsobservatorium (Obsan). Die Spitex hat sich auch in der Psychiatrie professionalisiert und erhält hierfür Anerkennung?**

**RL:** Erfreulicherweise hat sich tatsächlich viel getan. Das Verständnis für die Wichtigkeit der ambulanten psychiatrischen Pflege hat sich in der Bevölkerung sowie in der Spitex stark verbessert. Zu dieser erfreulichen Entwicklung trug auch die erwähnte Spitex-Studie bei, indem sie auf-



## Psychisch kranke Menschen professionell begleiten

**NEU**

Neues Zertifikat  
**«Psychiatrische Begleitung SRK»**  
 für Pflegehelfer/-innen

Infos und Anmeldung: [www.srk-bern.ch/psychiatrisch](http://www.srk-bern.ch/psychiatrisch)

**SRK Kanton Bern, Bildung SRK**  
 Bernstrasse 162 | 3052 Zollikofen  
 031 919 09 19 | [bildung@srk-bern.ch](mailto:bildung@srk-bern.ch)

**Croix-Rouge suisse**  
**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
 Canton de Berne | Kanton Bern

*Ihr Leben.  
 Unser Arbeitsmodell.*



**Pflegfachfrau/-mann HF/FH**

Temporär. Fest. Springer.  
 Pool: Wir finden für Sie jenes Arbeitsmodell, das zu Ihrem Lebensplan passt. Neben beruflichen Herausforderungen bieten wir Ihnen attraktive Sozialleistungen, Vergünstigungen und gezielte Weiterbildungen.

Wann sind Sie zur Stelle?

[www.careanesth.com](http://www.careanesth.com)  
 T +41 44 879 79 79

**careanesth**   
 gesundheitswesentlich

## 21. Nationale Gesundheitsförderungs-Konferenz



**Jetzt anmelden!**

**Technologiewandel in der Gesundheitsförderung –  
 Kompetenzen im Alltag stärken**

**Donnerstag, 30. Januar 2020 | Kursaal Bern**

Anmeldung und weitere Informationen: [www.konferenz.gesundheitsfoerderung.ch](http://www.konferenz.gesundheitsfoerderung.ch)



Organisatorinnen



Gesundheitsförderung Schweiz  
 Promotion Santé Suisse  
 Promozione Salute Svizzera



Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren  
 Conférence des directrices et directeurs cantonaux de la santé  
 Conferenza delle direttrici e dei direttori cantonali della sanità

Tagungspartnerin

**ehealthsuisse**

zeigte, wie weitverbreitet psychische Krankheiten unter Spitex-Klienten sind. Die Studie zeigte aber auch, dass in der Schweiz ein Flickentepich existiert, was die Psychiatriepflege der Spitex betrifft: Manche Basisorganisationen waren hoch kompetent in Bezug auf psychiatrische Pflege, in anderen wussten die Mitarbeitenden hingegen gar nichts darüber. Ich habe es stets als meine Aufgabe betrachtet, für die Rahmenbedingungen zu sorgen, die einen Wandel überhaupt möglich machen. Darum habe ich mich zum Beispiel dafür eingesetzt, dass sich auch Führungspersonen der Spitex in Psychiatriepflege weiterbilden. Denn nur wenn sie über das nötige Fachwissen verfügen, können sie die Wichtigkeit einer professionellen Psychiatriepflege verstehen.

El: Es zeigt sich jedoch immer wieder, dass der Prozess der Akzeptanz der psychiatrischen Pflege in der Spitex nicht abgeschlossen ist. So höre ich immer wieder von Psychiatrie-Pflegefachpersonen, dass ihre psychosozialen Aufgaben als weniger wichtig als ihre Einsätze in der somatischen Pflege betrachtet werden. «Wenn du nach der Körperpflege noch etwas Zeit für Psychiatrie hast, dann ist das in Ordnung», heisst es zum Beispiel.

**Die Psychiatrie-Fachpersonen der Spitex haben nun einmal bei manchen Menschen immer noch den Ruf, dass sie Betroffene bloss zum «Plaudere und Käfele» besuchen. Eine andere Sprache sprechen die Aufgaben, welche die Krankenpflege-Leistungsverordnung (KLV) für die psychosoziale Spitex auflistet [vgl. Infokasten S. 21]. Gemäss dieser Liste hat jedes Psychiatrie-Team der Spitex eine professionelle «eierlegende Wollmilchsau» zu sein: Was entgegnet Sie Kritikern?**

El: Der durchwachsene Ruf erklärt sich unter anderem damit, dass die psychiatrischen Leistungen der Spitex eine junge Disziplin sind. Sie sind noch kein sehr fester Teil des Bildes, das die Öffentlichkeit von der Spitex hat. Umso wichtiger ist es, dass wir für diese Leistungen einstehen. Kritikern entgegne ich, dass die Spitex äusserst professionell, ganzheitlich, evidenzbasiert und zielorientiert an der Förderung des Selbstmanagements von psychisch Kranken arbeitet.

RL: Zudem verbirgt sich hinter «Plaudere und Käfele» durchaus eine professionelle Intervention: Das Sprechen über psychische Schwierigkeiten ist eine effiziente therapeutische Methode, um das Selbstmanagement eines Betroffenen zu fördern und Erkenntnisse zu gewinnen, wie er mit seiner Krankheit umgehen kann. Diese Methode ist hoch anspruchsvoll und verlangt die spezifischen Kompetenzen einer Psychiatrie-Fachperson.

El: Das sehe ich genauso. Die Sprache ist das wichtigste Instrument, über das wir Psychiatrie-Fachpersonen verfügen. Wir bauen eine modellhafte Beziehung zu jedem Betroffenen auf, die dazu dient, Kommunikation und soziale Teilhabe zu üben. Das «Plaudere und Käfele» hilft uns auf vielfältige Art und Weise bei unserem zielgerichteten Vorgehen.

So wohnen über drei Viertel unserer Klientinnen und Klienten allein und fühlen sich oft einsam. Indem sie mit uns plaudern und Kaffee trinken, lernen sie zum Beispiel wieder, sich mit jemandem über alles zu unterhalten, was sie beschäftigt. Weiter «verpackt» die Pflegefachperson im «Plaudere und Käfele» auch die Patientenedukation sowie das Praktizieren von Smalltalk. Denn manche Klienten getrauen sich nicht, mit irgendjemandem auch nur über das Wetter zu plaudern, weil sie solche scheinbar belanglosen Gespräche seit Jahren nicht mehr geführt haben.

**«Die Gesellschaft muss lernen, dass auch bei psychischen Erkrankungen eine gezielte Behandlung notwendig ist», wurden Sie, Frau Lüthi, 2013 in der «Thurgauer Zeitung» zitiert. Können Sie umreissen, wie die Spitex bei der Planung einer solchen gezielten Behandlung vorgeht? Hilfreich dabei scheinen auch Assessment-Instrumente wie interRAI Community Mental Health [vgl. Infokasten S. 24].**

El: Erst lernen wir die Klientin oder den Klienten kennen, zum Beispiel während eines Anamnese-Gesprächs. Dabei können

## Zu den Interviewten

**Regula Lüthi**, Jahrgang 1958, hat ein Diplom in psychiatrischer Krankenpflege absolviert und einen Master of Public Health erlangt. Aktuell ist sie Direktorin Pflege, Medizinisch-Therapeutische Dienste (MTD) und Soziale Arbeit an den Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel. Ausserdem amtiert sie als Präsidentin von Swiss Nurse Leaders, dem Verband der Schweizer PflegedirektorInnen und PflegedienstleiterInnen. Sie führte 2002 nicht nur die vielbeachtete Studie «Häufigkeit, Art und Schweregrad psychischer Probleme bei Spitex-KlientInnen in den Kantonen Zürich und St. Gallen» durch, sie hat sich auch sonst im Laufe ihrer Karriere immer wieder der Spitex gewidmet: So baute sie ab 1998 am Zürcher Interdisziplinären Bildungszentrum (ISB) die damals neue Gemeindepsychiatrische Pflege auf. Und sie lancierte während ihrer zehnjährigen Dienste als Pflegedirektorin der Psychiatrischen Dienste im Kanton Thurgau verschiedene integrierte Projekte, welche die Spitex als zentrales Element umfassten. Zudem hat sie Schulungskonzepte für die ambulante psychiatrische Pflege entwickelt. Spitex-Organisationen steht sie weiterhin gern mit ihrer Expertise zur Verfügung.

**Esther Indermaur**, Jahrgang 1981, hat sich zur Pflegefachfrau DN II mit Schwerpunkt Psychiatrie ausbilden lassen, später einen Bachelor und einen Master of Science in Nursing absolviert und ist aktuell mit ihrer Dissertation beschäftigt. Sie hat unter anderem als Pflegefachfrau HF im Psychiatrischen Zentrum Appenzell sowie als Fachverantwortung Pflege APN im Sanatorium Kilchberg gearbeitet und ist heute als Pflegeexpertin APN Psychosoziale Pflege für die Spitex Zürich Limmat tätig. Sie unterrichtet ausserdem an der Fachhochschule (FH) St. Gallen und bietet Weiterbildungen in Pflegedokumentation für Psychiatrische Spitex an. Ausserdem ist sie Präsidentin der Kommission für Pflege in der Psychiatrie des SBK.

**HÖGG**  
**LIFTSYSTEME**  
CH-9620 LICHTENSTEIG  
TELEFON 071 987 66 80

**TREPPENLIFTE**

—

**ROLLSTUHLLIFTE**  
**SITZLIFTE**  
**AUFZÜGE**

**www.hoegglift.ch**

**SWISS ENGINEERING +**

Montiert in 2 Wochen

**CURAVIVA** **weiterbildung**  
Praxisnah und persönlich.

**Weiterbildungen für Mitarbeitende in der Spitex**

- **Einsatz von Psychopharmaka in der Geriatrie und Gerontopsychiatrie**  
25. März 2020, Luzern
- **Nein! Ich will jetzt nicht mehr...!**  
26. März 2020, Luzern
- **Medikamentenlehre für ausgebildete Pflegefachpersonen**  
20. April 2020, Bern
- **Resilienz – Schutzschirm unserer Psyche**  
28. April 2020, Bern
- **Kurzzeitaktivierung – Eine Methode gezielter Erinnerungsarbeit**  
7. Mai 2020, Bern

Weitere Informationen unter  
**www.weiterbildung.curaviva.ch/pflege**

CURAVIVA Weiterbildung Abendweg 1 6006 Luzern  
Telefon 041 419 01 72 weiterbildung@curaviva.ch

Trendtage  
Gesundheit  
Luzern

25. und 26. März 2020  
KKL Luzern

Informationen und Anmeldung  
**trendtage-gesundheit.ch**

Trends und Perspektiven im Gesundheitswesen  
Machbarkeit – Finanzierbarkeit – Ethik

**GESUNDHEITSVERSORGUNG**  
**NEU DENKEN**  
Tanz zwischen Wunsch und Wirklichkeit

**#TGL2020**

<b>Philomena Colatrella</b> CEO CSS	<b>Ursula Koch</b> des. Präsidentin, Forum für integrierte Versorgung	<b>Regula Kronenberg</b> Präsidentin Junge Hausärztinnen und -ärzte Schweiz JHaS	<b>Monika Tröger</b> Leitende Ärztin, Viva Luzern

uns Assessment-Tools wie interRAI CMH wichtige Hinweise geben, sie reichen aber nicht aus: Psychiatrie-Pflegefachpersonen brauchen viel Erfahrung und Fachwissen sowie einen grossen Haufen Empathie, um jeden Betroffenen und seine Lebenswelt ganzheitlich abbilden zu können. In die Planungsphase lassen wir den Auftrag des Zuweisenden einfließen, berücksichtigen aber auch die Wünsche des Klienten – und wir ermitteln selbst den Pflegebedarf, denn dazu sind wir durch unseren Leistungsauftrag verpflichtet. Anhand all dieser Inputs handeln wir mit dem Klienten Pflegeziele und Pflegemassnahmen aus. Wir legen fest, welche zweckmässige Behandlung die Spitex dem Klienten anbieten kann und welche weiteren Unterstützungsangebote sinnvoll sind. Optimal verläuft dieser Prozess, wenn sich die fallführende Fachperson der Spitex mit dem Klienten und anderen wichtigen Involvierten an einen Tisch setzt. Dies spart viel Zeit und Nerven, da sich alle Beteiligten auf ein Vorgehen einigen und fortan besser zusammenarbeiten. Unser Planungsprozess ist also komplex – und die gewählte Lösung muss laufend überprüft werden.

**RL:** Diesbezüglich ist die Spitex vorbildlich: Sie überlegt immer wieder, ob das Setting für einen Klienten immer noch das richtige ist. Wichtig ist dabei, dass alle möglichen Involvierten berücksichtigt werden. So muss die Pflegefachperson die psychiatrischen Angebote kennen, von denen der Klient profitiert oder profitieren könnte. Die Teilnehmenden meiner Schulungen für ambulante Psychiatriepflege müssen zum Beispiel eine Liste erstellen, die alle guten Psychiater ihrer Region enthält, aber beispielsweise auch informelle Treffpunkte.

**EI:** Solche nicht-psychiatrischen Treffpunkte wie gemütliche Nachmittage im Dorftreff sind sehr wichtig. Dort können unsere Klienten die positive Erfahrung machen, dass sie eine In-

teraktion in der Gesellschaft allein zu bewältigen vermögen. Oder dass sie ihre Einsamkeit ohne die Spitex überwinden können. Schliesslich ist es das Ziel der Beziehung zu unseren Klienten, dass wir diese Beziehung eines Tages beenden und sagen können: «Wir sind immer für Sie da, falls Sie Hilfe brauchen. Aber glauben Sie mir, Sie kriegen das nun ohne uns hin!»

**RL:** Das ist sehr wichtig. Wenn man das Ziel hat, einem Menschen zu einem eigenverantwortlichen Leben zu verhelfen, dann muss man ihn auch gehen lassen, wenn er dieses Leben zu führen bereit ist.

### **Viele Psychiatrie-Teams von Spitex-Organisationen versichern auf ihrer Website, dass sie 24 Stunden am Tag erreichbar seien. Frau Indermaur, muss eine SpiteX-Organisation wie die Ihrige wirklich rund um die Uhr für psychisch kranke Menschen da sein?**

**EI:** Dieser Meinung bin ich nicht. Die SpiteX will ihre Klienten befähigen, angemessen mit einem Notfall umzugehen. Ein Klient muss zum Beispiel spüren, ob er eine Panikattacke mit Atemübungen überwinden kann, oder ob es sich wirklich um einen somatischen Notfall handelt. Dann muss er zu jedem Zeitpunkt wissen, wo er sich Hilfe holen kann. Hilft ihm die SpiteX bei jeder Krise sowie rund um die Uhr, dann wird dies der angestrebten Selbstmanagement-Förderung nicht gerecht. Dann wird der Klient nie ohne die SpiteX leben können.

### **Kommen wir auf die Finanzen zu sprechen: Frau Lüthi, Sie sagten 2017 gegenüber dem SpiteX Magazin, dass ambulante psychiatrische Leistungen seit der KLV-Anpassung einfacher abgerechnet werden können. Doch mancher SpiteX-Betrieb klagt über die schwierige**

## **Die Aufgaben der SpiteX in der Psychiatrie**

Die häufigsten psychischen Erkrankungen gemäss der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sind Angststörungen, Depressionen, Bipolare Störungen, Demenz, Schizophrenie oder auch Sucht- und Essstörungen. Behandelt werden können diese Krankheiten stationär und ambulant, wobei Patienten laut Regula Lüthi vier Settings der ambulanten psychiatrischen Pflege zugewiesen werden können: 1. der psychiatrischen Pflege als integraler Bestandteil eines ambulanten Pflegedienstes wie der SpiteX, 2. einem interdisziplinären Team eines psychiatrischen Ambulatoriums, 3. einem interdisziplinären aufsuchenden psychiatrischen Team, 4. einer freiberuflich tätigen Pflegefachperson. Bestandteil eines ambulanten Pflegedienstes wie der SpiteX.

Die psychosozialen Aufgaben der SpiteX sind in der Krankenpflege-Leistungsverordnung (KLV) festgehalten. Laut Art. 7 KLV sind dies die psychiatrische Bedarfsabklärung durch eine Pflegefachperson mit spezieller Zulassung sowie die interprofessionelle Zusammenarbeit. Weiter gehören bei jeder Klientin und jedem Klienten die

Abklärung, Dokumentation und Beobachtung des Unterstützungsbedarfs zu den Aufgaben, ebenso wie der Aufbau von professionellen und vertrauensvollen Beziehungen und das Führen von pflegerisch-therapeutischen Gesprächen. Auch muss die SpiteX alle Arten von Ressourcen erkennen und fördern, um Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten. Dies entspricht dem «Recovery-Ansatz», der in der Behandlung von psychisch kranken Menschen auf Werte wie Personenorientierung, Ganzheitlichkeit, Selbstbestimmung und Wachstumspotenzial setzt. Dementsprechend ist in Art. 7 KLV festgelegt, dass die psychosoziale SpiteX mit jedem Klienten Bewältigungsstrategien einüben und ihn bei der Krisenbewältigung unterstützen muss. Auch das Erarbeiten einer stützenden Tages- und Wochenstruktur gehört zu den Aufgaben, ebenso wie die Befähigung zur Haushaltsführung und Selbstpflege sowie zur Förderung sozialer Kontakte. Weiter ist die SpiteX zuständig für die Nachbetreuung nach Klinikaufhalten, für die Unterstützung und Beobachtung der medikamentösen Therapie – und für das Informieren und Beraten der Angehörigen.



«Der psychiatrische Bereich ist längst so gross wie der somatische. Aber nur in der Psychiatriepflege meinen manche Betriebe, dass eine einzige Person alles meistern kann.»

Esther Indermaur

**Finanzierung psychiatrischer Leistungen. Und im vom Bundesamt für Gesundheit (BAG) 2018 herausgegebene Bericht «Erfolgskriterien mobiler Dienste in der Psychiatrie» ist zu lesen, dass die ungenügende Finanzierung eine grosse Herausforderung für mobile Psychiatrie-Dienste sei. Wie mühsam ist der Kampf ums Geld denn nun?**

**EI:** Zuerst einmal ist es natürlich tatsächlich so, dass die Spitex seit Jahren zu wenig Geld für ihre umfassenden Leistungen erhält. Ich halte die Finanzierung der psychiatrischen Leistungen der Spitex allerdings nicht für besonders schwierig. Psychiatrie-Pflegefachpersonen müssen gut dokumentieren können, was sie aus welchem Grund tun. Wenn die psychiatrische Pflege ihre Leistungen als zielorientierte Prozesse mit evidenzbasierten Methoden ausweisen kann, bekundet sie selten Probleme mit der angemessenen Finanzierung.

**RL:** Das sehe ich genauso. In den Verhandlungen zur KLV-Anpassung haben sich die Krankenkassen gegen die Abgeltung mancher psychiatrischen Leistungen gewehrt. Aber sie haben schliesslich auch begriffen, wie verbreitet psychische Erkrankungen sind und dass die ambulante Psychiatriepflege den Betroffenen hilft, im Alltag besser zurechtzukommen.

**Wir haben nun viele positive Entwicklungen angesprochen. Doch Sie, Frau Lüthi, haben gegenüber dem Spitex Magazin geschätzt, dass erst jede vierte Basisorga-**

**nisation über ein Team aus Psychiatrie-Pflegefachpersonen verfügt. Was entgegnet Sie zum Beispiel kleinen Organisationen, die psychiatrisches Fachpersonal für unnötig oder zu teuer halten?**

**RL:** Lange verfügten wir über keinen KLV-Artikel, um die psychiatrische Pflege durch die Spitex abzubilden. Seit wir einen solchen haben, gibt es keine Ausrede mehr, kein diplomiertes Psychiatrie-Fachpersonal anzustellen. Nur diplomierte Psychiatrie-Pflegefachpersonen können die vielen im Gesetz festgehaltenen, äusserst komplexen Aufgaben professionell bewältigen. Manche Betriebe stellen aber nur eine psychiatrische Pflegefachperson in Teilzeit ein, die sich um die Bedarfsabklärung kümmert. Oder sie beschäftigen sogar gar kein qualifiziertes Personal. Dagegen wehre ich mich. Jede Organisation muss jederzeit über das entsprechende Fachwissen innerhalb des eigenen Betriebs verfügen. Natürlich ist es wichtig, dass alle Mitarbeitenden über psychiatrisches Grundwissen verfügen, um erkennen zu können, wenn ein Klient Anzeichen für eine psychische Krankheit zeigt. Regelmässige psychiatrische Fortbildungen für alle Mitarbeitenden ersetzen aber keinesfalls das diplomierte Personal mit seinem fundierten Fachwissen.

**EI:** Jede Psychiatrie-Pflegefachperson muss sich zudem unbedingt mit Berufskolleginnen und -kollegen austauschen können, damit sie sich selbst, ihr Vorgehen und ihr Wissen laufend reflektieren kann. In einem Betrieb allein auf weiter Flur die einzige Psychiatrie-Pflegefachperson zu sein, ist eine schwierige und einsame Aufgabe. Ein Team ist auch wichtig, weil der psychiatrische Bereich der Pflege längst so gross ist wie der somatische. Aber nur in der Psychiatriepflege sind manche Betriebe der Meinung, dass eine einzige Person alle anfallenden Aufgaben meistern kann! Natürlich gibt es in manchen Kantonen sehr viele kleine Spitex-Organisationen, aber zusammen vermögen sie viel zu bewirken. Zum Beispiel können sie gemeinsam ein Psychiatrie-Team für ihr gemeinsames Einzugsgebiet bilden.

**RL:** Meiner Meinung nach wächst auch die Überzeugung, dass die Fusion von kleinen Organisationen notwendig ist, um mehr Fachwissen anbieten zu können, darunter die psychiatrische Pflege. Nicht jede Organisation muss indes genau dasselbe psychiatrische Angebot offerieren können. Wenn ein kleines psychiatrisches Team zum Beispiel hochkomplexe Fälle zugewiesen erhält, dann muss es den Mut haben, zu sagen, dass seine Ressourcen hierzu nicht ausreichen. Wer psychiatrische Pflege anbietet, der soll dies richtig machen!

**Damit sind wir beim Thema integrierte Versorgung angelangt. Frau Lüthi, sie betonten kürzlich in einem Fachartikel, Spitex-Betriebe müssten gegenüber psychiatrischen Institutionen proaktiv erklären, über welches Angebot an psychiatrischer Pflege sie verfügen und wo ihre Grenzen sind. Ist die Spitex in der integrierten Versorgung noch nicht so kommunikativ, wie sie es sein sollte?**

**RL:** Leider ist dies tatsächlich noch keine Selbstverständlichkeit. Viele Basisorganisationen haben in der Vergangenheit von psychiatrischen Institutionen die Behandlung psychisch kranker Menschen übernommen, obwohl sie nicht über das nötige psychiatrische Fachwissen verfügten. Spitex-Betriebe müssen in solchen Fällen das offene Gespräch mit den Zuweisenden suchen und ihre Grenzen aufzeigen.

**EI:** Auch ich halte es für unbedingt notwendig, dass jede Spitex-Organisation erkennt und kommuniziert, wo in der Psychiatriepflege ihre Grenzen sind. Denkt die Spitex patientenzentriert, dann muss sie einen Klienten an einen anderen Dienstleister überweisen können, wenn dieser den Klienten besser versorgen kann. Von dieser Bereitschaft hängt eine funktionierende integrierte Versorgung ab – und davon, dass sich die einzelnen Anbieter gut kennen. Ich habe das Gefühl, dass die Spitex und der stationäre Bereich sich heutzutage erfreulicherweise um eine gute Zusammenarbeit bemühen.

**Sie beide haben sich ja auch um die Optimierung dieser Zusammenarbeit gekümmert. Frau Indermaur, bei der Spitex Zürich Limmat sind sie unter anderem zuständig für die Zusammenarbeit mit der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik (PPZ). Und Frau Lüthi, Sie haben verschiedene integrierte Projekte wie die Poststationäre Übergangsbehandlung (PSÜB) der Psychiatrischen Klinik Münsterlingen AG ins Leben gerufen, damit «aus Schnittstellen Nahtstellen werden». Doch die integrierte psychiatrische Versorgung scheint sich gesamthaft sehr träge zu entwickeln. Wo harzt es?**

**RL:** Der integrierten Versorgung stehen zwei Einflussfaktoren im Weg: Einerseits ist das Gesundheitswesen ein Markt, auf dem sich Geld verdienen lässt. Andererseits trauen die einzelnen Leistungsanbieter viele Kompetenzen einander nicht zu – oft zu Unrecht, wie ein gegenseitiges Kennenlernen beweisen würde.

**EI:** Mich stört der unterbrochene Pflegeprozess der Spitex, wenn ein Klient wegen einer Krise für eine Weile in einer Klinik betreut wird. Derzeit bedeutet dies einen Beziehungsabbruch zur Spitex-Pflegefachperson. Diese «Kontaktsperre» ist für viele Klienten schwierig. Es wäre wichtig, dass im Falle eines Klinikaufenthalts immer Gespräche zwischen Spitex und Klinik stattfinden, wie sie vom Bundesamt für Gesundheit empfohlen werden – und dass diese angemessen finanziert werden. Solche Gespräche könnten aufzeigen, dass ein Beziehungsabbruch zur Spitex-Fachperson für den Klienten belastend ist und darum verhindert werden muss.

**Damit psychiatrische Leistungen der Spitex überhaupt die Aussicht haben, durch die Krankenkassen vergütet**

**zu werden, muss die Bedarfsabklärung gemäss KLV durch eine Pflegefachperson mit anerkanntem Diplom durchgeführt werden, die über zweijährige Berufserfahrung in der Fachrichtung Psychiatrie verfügt. Die Anforderungen für die Zulassung sind gemäss der Aussage einiger Zuständiger zu strikt. Sehen Sie dies genauso?**

**EI:** Nein. Ich denke sogar, dass die Anforderungen nicht streng genug sind. So ist das *aktuelle* Fachwissen einer Psychiatrie-Pflegefachperson in den Voraussetzungen nicht abgebildet. Als Klient habe ich doch aber ein Recht drauf, dass die Person, die mich auf meinem herausfordernden Weg begleitet, ein grosses und aktuelles «Experten-Köfferchen» mit sich trägt.

**RL:** Die Bedarfsabklärung verlangt nach sehr viel Fachkompetenz und Erfahrung, damit keine Fehlversorgung der psychisch kranken Menschen droht. Zwei Jahre Erfahrung sind hierfür sicherlich keine zu hohe Anforderung. Ich denke sogar, dass die nötigen Qualifikationen erneut diskutiert werden müssen – und dass diese Diskussion tatsächlich klarmachen könnte, dass die Anforderungen strenger werden müssen.

**Dass immer mehr psychiatrische Pflegefachkräfte eine Zulassung anfordern, hat auch mit den steigenden Fallzahlen in der ambulanten psychiatrischen Pflege zu tun. Erklärbar ist dies durch die zunehmende Erkennung von psychischen Krankheiten, aber auch mit dem Grundsatz «ambulant vor stationär». Bereits jetzt bekunden manche Spitex-Organisationen Mühe damit, gut ausgebildete Psychiatrie-Pflegefachpersonen zu finden. Wie kann man die Situation verbessern?**

**EI:** Natürlich weiss ich, dass der Fachkräftemangel in der Pflege eine Tatsache ist und sich weiter zu verstärken droht. Ich muss aber auch betonen, dass die Arbeit bei der Spitex für Psychiatrie-Pflegefachpersonen *im Allgemeinen* sehr attraktiv ist, unter anderem wegen der grossen Selbstständigkeit und der Möglichkeit einer ganzheitlichen Pflege. Wie erfolgreich *jede einzelne* Basisorganisation um Fachpersonal wirbt, hat sicherlich auch mit ihren Arbeitsbedingungen zu tun. Ein Betrieb muss seinen Psychiatrie-Pflegefachpersonen zum Beispiel den erwähnten Austausch mit Berufskollegen ermöglichen und sie wertschätzen.

**RL:** Ich halte es oft für eine Ausrede, wenn Spitex-Verantwortliche auf den Aufbau eines Psychiatrie-Teams verzichten, weil sie angeblich kein Fachpersonal finden. Die Spitex müsste meiner Meinung nach besser bekannt machen, wieviel Kreativität, Selbstständigkeit und Abwechslungsreichtum auf das Psychiatrie-Fachpersonal bei der Spitex warten, und wie eng dort mit psychisch Kranken und anderen Leistungserbringern zusammengearbeitet werden kann. Dann

## «Spitex-Betriebe müssen ihre Grenzen aufzeigen.»

Regula Lüthi

könnte es der Spitex auch in Zukunft gelingen, genügend Psychiatrie-Fachpersonal zu rekrutieren. Zudem bin ich der Meinung, dass die Löhne in der Rekrutierung kein Nachteil der Spitex sind: Dass Psychiatrie-Pflegefachpersonen in stationären Institutionen durchschnittlich mehr verdienen, halte ich für einen veralteten Irrglauben.

**Immer wichtiger werden in Bezug auf das Thema Fachpersonal auch die höher gebildeten Pflegeexpertinnen. Frau Indermaur, Sie sind als Pflegeexpertin APN tätig. Im Newsletter «Intercura» führen Sie 2016 aus, dass sie sich in dieser Funktion zum Beispiel um die interprofessionelle Zusammenarbeit, den vermehrten Einsatz von Assessment-Instrumenten und die Beratung Ihrer Mitarbeitenden kümmern. Sie sorgten aber auch dafür, dass Ihre Mitarbeitenden stets über das nötige und aktuelle Wissen verfügen. Können Sie genauer ausführen, wie Sie Letzteres tun?**

**EI:** Ich prüfe laufend neue wissenschaftliche Erkenntnisse daraufhin, wie ich sie auf die Praxis in meiner Basisorganisation herunterbrechen kann. Ich passe zum Beispiel unsere Handlungsabläufe so an die Erkenntnisse an, dass sie von allen Mitarbeitenden genutzt werden können. Als APN behalte ich aber auch die politischen Rahmenbedingungen und die Entwicklung des psychiatrischen Netzwerks in unserer Region im Auge. Und ich berate alle Mitarbeitenden bei psychiatrischen Fragestellungen aller Art. Eine APN hat demnach äusserst komplexe und vielfältige Aufgaben. Sie muss sich aber auch stets im Klaren darüber sein, wo ihre Grenzen sind und wo sie entsprechend auf eine andere Fachexpertise zurückgreifen muss.

**RL:** Die Rolle der APN wird die Pflege in Zukunft noch stärker prägen. Dies zeigt sich an Basisorganisationen aus der ganzen Schweiz, die bereits erfolgreich mit APN arbeiten und damit

als Vorbild für andere Organisationen dienen. Ich begrüsse diese Entwicklung, denn das Wissensmanagement muss für die Spitex in der Psychiatrie genauso selbstverständlich sein wie im Wundmanagement oder in Bezug auf Palliative Care.

**Kommen wir zum Thema Abgrenzung: Sie beide weisen gern darauf hin, dass die Gratwanderung zwischen Distanz und Nähe für Psychiatrie-Fachpersonen eine besonders grosse Herausforderung ist, weil sie sich stark in die Beziehungsarbeit einbringen. Besonders herausfordernd wird dies rund ums Thema Suizid. Das Obsan hat kürzlich ausgewiesen, dass immer mehr Menschen in der Schweiz Suizidgedanken hegen. Wie geht eine Pflegefachperson damit um, wenn ein Klient nicht mehr leben will? Muss sie weitere Spezialisten beiziehen, damit etwa ein fürsorglicher Freiheitsentzug in die Wege geleitet werden kann?**

**RL:** Psychiatrie-Pflegefachpersonen sind dafür geschult, mit belastenden Situationen professionell umzugehen. Äussert ein Klient Suizidgedanken, muss man in den meisten Fällen keinesfalls sofort an einen fürsorglichen Freiheitsentzug denken. Sehr viele Betroffene erleben während einer Krise solche suizidalen Gedanken, ohne dass es dabei tatsächlich um Leben und Tod geht. Eine Pflegefachperson muss dann das ganze System unter die Lupe nehmen und ermitteln, was sich hinter den Suizidgedanken verbirgt. Natürlich kann es aber durchaus vorkommen, dass eine Pflegefachperson einen Klienten als gefährdet einstuft und darum eine Intervention in die Wege leitet. Dass der Klient dann vielleicht wütend auf sie ist, muss sie akzeptieren lernen.

**EI:** Suizidalität ist erst dann ein akutes Thema, wenn die Absprachefähigkeit fehlt. Wenn der Klient einer Pflegefachperson also nicht mehr glaubhaft zusichern kann, dass er sich nichts antun wird. Natürlich besteht das Restrisiko, dass ein

## Das Bedarfsabklärungsinstrument interRAI CMH-Schweiz

interRAI Community Mental Health (interRAI CMH-Schweiz) ist ein Bedarfsabklärungsinstrument für Menschen mit einer psychischen Erkrankung, die zu Hause durch Psychiatrie-Fachpersonen der Spitex gepflegt und betreut werden. Das Instrument ermöglicht die Abklärung zentraler Bereiche der Alltagsbewältigungsfähigkeit, der mentalen und physischen Gesundheit, des Sozialnetzes, der sozialen Unterstützung sowie des formellen und informellen Hilfenetzes. Die Informationen helfen den Psychiatrie-Pflegefachpersonen der Spitex, den individuellen Bedarf zu erkennen und die Interventionen für die Person festzulegen. Die Abklärung erfolgt meist anhand mehrerer Besuche bei der Klientin oder dem Klienten. Insbesondere für sensible Themen wie eine Suchterkrankung oder schwierige familiäre Situationen ist eine Vertrauensbasis zwingend.

Das Instrument setzt sich aus rund 300 Items zusammen. Die geschulte Psychiatrie-Pflegefachperson, welche die Abklärung durchführt, hat mittels vorgegebener Antwortkategorien die Möglichkeit, die Situation bestmöglich zu beschreiben. Da die Datenerfassung elektronisch erfolgt, werden die Antworten mittels Algorithmen zu einer sogenannten Abklärungszusammenfassung zusammengefügt. Diese zeigt, welche Problembereiche bei der Klientin oder dem Klienten vorhanden sind und wo genauer hingeschaut werden muss. Diese Abklärungszusammenfassung bildet die Grundlage für die individuelle Pflegeplanung der Klientin oder des Klienten zu Hause. Weitere Informationen zur Bedarfsabklärung in der Spitex finden sich online.

 [www.spitex-bedarfsabklaerung.ch](http://www.spitex-bedarfsabklaerung.ch)



Klient einen konkreten Todeswunsch glaubhaft verschweigt, aber auch damit muss eine Pflegefachperson umgehen können. Nimmt die Pflegenden eine Gefährdung wahr, muss sie andere Fachpersonen zuziehen: einen Hausarzt oder Psychiater beispielsweise. Und sie muss diese Entscheidung dem Klienten mitteilen. Sie kann offen zugeben, dass sie an ihre Grenzen stösst. «Ich mache mir dermassen Sorgen um Sie, dass ich jemanden dazuholen muss», kann sie sagen. In diesem Fall muss eine Pflegefachperson auch ihre Arbeitgeberin informieren. Es ist sehr wichtig, dass jede Spitex-Organisation über bekannte Strukturen und Abläufe verfügt, wie in solchen Fällen vorzugehen ist. Die Pflegefachperson weiss dann, dass der Betrieb hinter ihr steht.

**RL:** Psychiatrie-Fachpersonen der Spitex haben eine grosse Eigenverantwortung. Umso wichtiger ist es, dass eine Pflegefachperson für eine Intervention nicht gerügt wird. Niemand ist ein Held, wenn er auf die Privatsphäre eines Klienten pocht und bei einer Gefährdung wegschaut.

**Die Ethik befasst sich intensiv mit der Frage, wie stark der Willen eines psychisch kranken Menschen akzeptiert werden muss, wenn er sich selbst gefährdet. Nehmen wir das Beispiel Medikamentenverweigerung: Darf eine Pflegefachperson diese akzeptieren?**

**RL:** Das ist eine der zentralsten Thematiken der ambulanten psychiatrischen Pflege. Wenn ein Klient aus einer Klinik nach Hause entlassen wird, beinhaltet der Auftrag an die Spitex oft die kontrollierte Medikamentenabgabe. Die Spitex kann aber zum Schluss kommen, dass der Klient seine Medikamente derzeit nicht nehmen will und dass dies zu akzeptieren ist. Psychisch kranke Menschen leben nicht in einer anderen Welt mit anderen Regeln. Wie jeder Mensch dürfen auch sie krank werden oder in eine Krise geraten, weil sie ihre Medikamente nicht nehmen wollen. Die allermeisten psychisch kranken Menschen drehen keinesfalls durch oder werden aggressiv, wenn sie ihre Medikamente nicht nehmen.

**EI:** Wir können also akzeptieren, wenn ein Klient die im Auftrag des Zuweisers enthaltene kontrollierte Medikamentenabgabe nicht will. Dies kommunizieren wir dem Zuweiser, orientieren uns aber an unserer eigenen Bedarfsabklärung. Menschen sind sehr schlecht darin, sich an Verordnungen bezüglich der Medikamenteneinnahme zu halten. So nehmen gerade einmal zehn Prozent ihre Blutdruckmedikamente wie verschrieben ein. Menschen dürfen ihre eigenen Vorstellungen haben, was Medikamente betrifft – dies gilt auch für Menschen mit psychischer Krankheit.

**Falls Aggressionen auftreten, wird aber ein anderes Thema der Ethik dringlich: die Fremdgefährdung.**

**Aggressive Klienten können Spitex-Mitarbeitende oder auch Angehörige gefährden. Wie geht eine Pflegefachperson damit um?**

**RL:** Eine Psychiatrie-Pflegefachperson erkennt, was Aggressionen auslöst. Dies *kann* eine Psychose sein, aber auch Alkoholkonsum oder Schmerzen. Entsprechend kann sie auf die Aggression reagieren. Psychiatrie-Pflegefachpersonen müssen aber nicht nur im Falle von Aggressionen, sondern generell darauf achten, ob eine Fremdgefährdung besteht. Beispielsweise können im Umfeld eines Klienten fragile Menschen wie Kinder zu finden sein, die unter der Erkrankung oder dem Verhalten des Klienten leiden. Im Falle einer Fremdgefährdung muss die Psychiatrie-Pflegefachfrau den Betroffenen Hilfe bieten oder andere Fachpersonen hinzuziehen. Auch im Falle von Aggressionen und sonstigen Fremdgefährdungen ist es äusserst wichtig, dass eine Basisorganisation einen klar definierten Ablauf hat, wie in einem solchen Fall vorzugehen ist, um alle Beteiligten zu schützen.

**«Alle Menschen dürfen ihre eigenen Vorstellungen haben, was Medikamente betrifft.»**

Esther Indermaur

**Sie haben den Alkoholkonsum erwähnt. Suchtproblematiken sind besonders häufig im Alltag der Psychiatrie-Spitex, und besonders häufig betroffen sind Seniorinnen und Senioren. Frau Indermaur, Sie haben 2016 in Ihrem Werk «Recovery-orientierte Pflege bei Suchterkrankungen» beschrieben, wie in solchen Fällen vorzugehen ist. Können Sie versuchen, Ihr umfassendes Werk in einer kurzen Antwort zusammenzufassen? Und was halten Sie beide von der weitverbreiteten Aussage, dass es «im hohen Alter nun wirklich keinen Sinn mehr macht, gegen eine Sucht vorzugehen»?**

**EI:** Auch im Fall einer Sucht bietet die Spitex eine zielgerichtete Begleitung der Betroffenen an. Wir ermitteln gemeinsam mit dem Klienten, wo in seinem Alltag ein Problem besteht und wohin der Klient will. Dies kann die direkte Reduktion des Konsums sein oder etwas vollkommen anderes, an dem man arbeiten muss. Allgemein ist in solchen und anderen Fällen einer psychischen Krankheit wichtig, dass eine Pflegefachperson es nicht persönlich nimmt, wenn ihr Klient trotz ihrer Bemühungen weiter Suchtmittel konsumiert. Es ist wichtig, dass man trennt zwischen dem Menschen, der mir gegenüber sitzt und den ich vielleicht mag, und seiner Handlung, die ich vielleicht überhaupt nicht mag. Diese Unterscheidung macht nicht nur den Pflegeberuf einfacher, sondern das ganze Leben. Wichtig bei der Betreuung von Menschen mit Suchterkrankungen ist das Thema Machtlosigkeit. Die Betroffenen verlieren den Einfluss auf ihren Konsum und damit auf ihr Leben. Helfen wir ihnen, die Selbstkontrolle zurückzugewinnen, dann erleichtert ihnen das den Alltag ungemein – und dies gilt für Menschen in jedem Alter.

**10**  
JAHRE/ANS  
KONGRESS  
CONGRES

**Now, more  
than ever!**



Junge Hausärztinnen und -ärzte Schweiz  
Jeunes médecins de premier recours Suisses  
Giovani medici di base Svizzeri

Veranstalter/Organisateur  
[www.jhas.ch](http://www.jhas.ch)

Informationen & Anmeldung/  
Informations & inscription  
[www.jhas-kongresse.ch/2020](http://www.jhas-kongresse.ch/2020)

Administrative Organisation/  
Organisation administrative  
Medworld AG, [www.medworld.ch](http://www.medworld.ch)

**10. JHaS-Kongress**  
04. April 2020  
Universität de Fribourg

**10<sup>ème</sup> Congrès JHaS**  
04 avril 2020  
Université de Fribourg

**SYMPOSIUM**  
Praxisassistentz  
Assistanat  
au cabinet

Als Kernfortbildung AIM anerkannt /  
Reconnue comme formation continue essentielle  
spécifique MIG

Credits für Deinen Facharzt AIM /  
Crédits pour ton titre de spécialiste en MIG

Hauptpartner/Partenaires principaux



**mepha**



**Schwabe  
Pharma AG**  
From Nature. For Health.

Partner/Partenaires



**medix**



Patronat/Patronage

**mfe**

Haus- und Kinderärzte Schweiz  
Médecins de famille et de l'enfance Suisse  
Medici di famiglia e dell'infanzia Svizzera



## Symposium für Gesundheitsberufe

Der alternde Mensch

Multiprofessionelle und innovative Ansätze in der Gesundheitsversorgung

Auch die Schweiz muss sich den Herausforderungen der Gesundheitsversorgung des alternden Menschen stellen und innovative Ansätze finden, um den Bedürfnissen der Betroffenen und ihren Angehörigen gerecht zu werden.

### Themen

- Aufgaben der Pflege im interprofessionellen Kontext
- Betreuungsangebote in verschiedenen Settings
- Ernährung und Bewegung im Alter
- innovative Wohnformen
- Vermeiden von Notfalleintritten
- Advance Care Planning

### Vorträge

### Posterausstellung

### Diskussion mit Autorinnen und Autoren

Sind auch Sie dabei!

Informationen und Anmeldung:  
[www.inselgruppe.ch/sym2020](http://www.inselgruppe.ch/sym2020)



6. März 2020  
12.30–17.15  
Inselspital,  
Universitätsspital  
Bern

**INSELGRUPPE**



1104 11

**RL:** Auch ich muss immer wieder betonen, dass niemand zu alt ist, um den Weg der Änderung und Selbstkontrolle einzuschlagen. Kommt hinzu, dass eine alkoholranke betagte Person sich oftmals nicht nur selbst gefährdet: In vielen Fällen leidet zum Beispiel eine betagte Lebenspartnerin oder ein Lebenspartner mit. Dann muss eine Pflegefachperson besonders bestimmt auftreten und dem Klienten mit einer Abhängigkeitserkrankung sagen, dass es so nicht weitergeht. Und sie muss sich Unterstützung holen, wenn dies nichts nützt.

**bleiben wir beim Stichwort Angehörige: Frau Lüthi, Sie weisen oft darauf hin, dass Angehörige von psychisch kranken Menschen darauf achten müssten, dass sie auch eigenständige Personen sind. Sonst drohten sie ebenfalls krank zu werden. Psychiatrie-Zuständige der Spitex betonen stets, dass sie sich auch um Angehörige kümmern. Wieso ist diese grosse Zusatzaufgabe dringlich?**

**EI:** Wir beziehen Angehörige aus verschiedenen Gründen mit ein. Erstens sind viele Angehörige eine wichtige Ressource für den Klienten. Zweitens können Angehörige Teil des Problems sein. Drittens kümmern wir uns auch um Angehörige, welche die psychische Krankheit eines Klienten stark belastet. In diesen Fällen beraten wir die betroffenen Angehörigen und verhelfen ihnen zu Entlastungsangeboten.

**RL:** Stark belastend kann die Situation auch für Angehörige sein, die weit entfernt leben. Sie müssen sich schnell einmal die Frage gefallen lassen, wieso sie bei der Pflege und Betreuung des Betroffenen nicht mithelfen. Pflegefachpersonen Psychiatrie erleben häufig, dass Angehörige mit Scham und Schuld in Bezug auf die Krankheit selbst zu kämpfen haben. Entsprechend muss die Psychiatriepflege den Angehörigen Unterstützung in der Bewältigung ihrer Scham- und Schuldgefühle bieten.

**«Die Stigmatisierung des Themas Psychische Krankheiten in der Öffentlichkeit ist leider weiter sehr hoch», erklärte die Stiftung Pro Mente Sana im Oktober. Psychiatrie-Pflegefachpersonen der Spitex sind meist im Privatauto unterwegs und tragen keine Arbeitskleidung, um die Betroffenen vor dieser Stigmatisierung zu schützen. Wie kann die Spitex nun aber auch dazu beitragen, dass sich Menschen mit psychischer Krankheit nicht mehr «verstecken» müssen?**

**EI:** Natürlich darf die Spitex einen Menschen mit psychischer Krankheit nicht outen. Jeder Klient darf entscheiden, wann er wem von seiner Erkrankung berichtet. Der Spitex ist es aber wichtig, dass alle Betroffenen wissen: Eine psychische Krankheit ist eine Krankheit wie jede andere auch. Schizophrenie ist genauso wenig peinlich wie ein Beinbruch. So können wir einen Klienten im Laufe unserer langfristig ausgelegten Beziehungsarbeit ermutigen, über seine Krankheit zu sprechen.

**RL:** In vielen Fällen wird der Betroffene erkennen, dass Angehörige viel positiver auf seine Krankheit reagieren, als er

es befürchtet hat. Denn viele Menschen haben längst begriffen, dass psychische Krankheiten genauso ernst zu nehmende Krankheiten sind wie alle anderen auch. Die Spitex kann in der Entstigmatisierung eine wichtige Rolle spielen, indem sie psychische Krankheiten mit einer genauso grossen Natürlichkeit anspricht wie jede andere Krankheit auch. Und indem sie Vorurteile auflöst, für mehr Wissen in der Gesellschaft sorgt und Ängste abbaut.

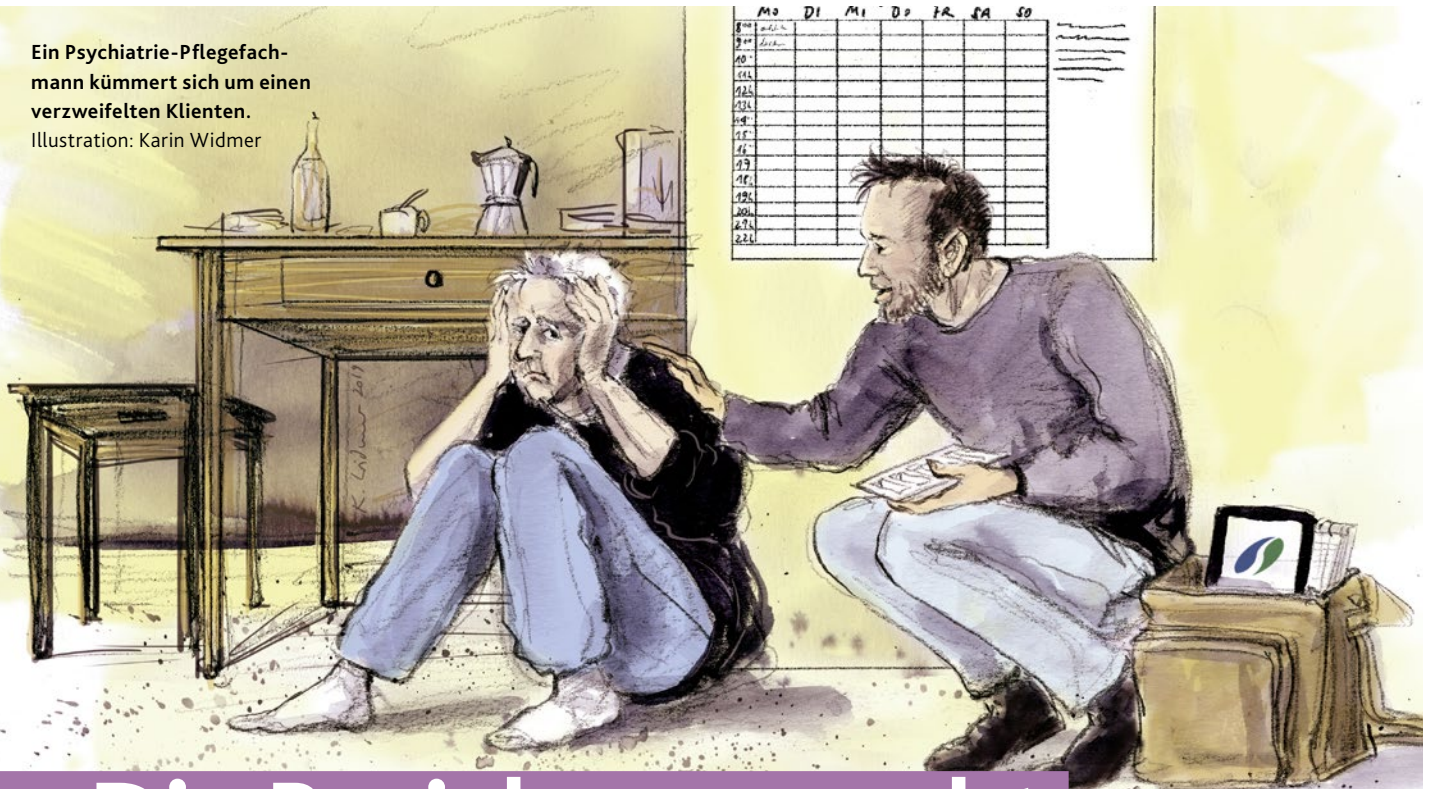
**Die Gesellschaft nähert sich demnach der Erkenntnis des Buben an, der zu Beginn dieses Interviews zitiert wurde: Auch wenn die Seele statt der Körper krank ist, macht der Einsatz der Spitex Sinn. Wagen Sie doch zum Schluss einen Blick nach vorn und verraten Sie, was Sie sich für die Zukunft der psychiatrischen Pflege durch die Spitex auch noch wünschen?**

**EI:** Ich wünsche mir, dass eine integrierte psychiatrische Versorgung in Zukunft nicht nur gewünscht, sondern auch umfassend finanziert wird. Und ich wünsche mir, dass psychiatrische Pflegefachpersonen der Spitex künftig auch Gruppendienstleistungen abrechnen können, denn gemäss vielen Studien sind pflegerische Gruppenangebote eine wichtige Massnahme in der Behandlung von psychischen Krankheiten. Und zum Schluss wünsche ich mir, dass von der Ganzheitlichkeit der Pflege in Zukunft nicht nur geredet wird, sondern dass diese Ganzheitlichkeit auch überall gelebt wird.

**RL:** Ich wünsche mir, dass sich die Kantonalverbände der Spitex sowie Spitex Schweiz noch stärker bewusst werden, dass sie eine wesentliche Rolle in der Akzeptanz und Entwicklung der psychiatrischen Spitex-Dienstleistungen spielen. Basisorganisationen können nur dann eine gute Psychiatriepflege aufbauen und finanzieren, wenn die Rahmenbedingungen dies zulassen. Die Spitex muss auf allen Ebenen mit viel Selbstbewusstsein für ihre Leistungen eintreten, damit sie in der integrierten psychiatrischen Versorgung als Partnerin auf Augenhöhe wahrgenommen wird. Besonders zu begrüssen wäre eine nationale Psychiatrie-Strategie, wie sie der Bund bereits in Bezug auf Demenz und Palliative Care entwickelt hat. Eine solche Strategie wäre ein wichtiges Steuerungsmittel im Kampf gegen den derzeitigen «nationalen Flickenteppich Psychiatrie». Zum Schluss möchte ich noch zwei Dinge betonen: Erstens hat sich in den vergangenen Jahren vieles zum Positiven gewendet in Bezug auf die psychiatrischen Leistungen der Spitex, was wunderbar ist – und der grosse Verdienst von engagierten Basisorganisationen und Einzelpersonen. Zweitens verfügt die Psychiatrie längst über mindestens so gute und erfolgreiche therapeutische Verfahren wie der somatische Bereich. Die meisten psychisch Kranken können mit ihrer Krankheit leben lernen oder sogar geheilt werden. Darum will ich allen Betroffenen mitgeben: «Euch kann geholfen werden!».

Ein Psychiatrie-Pflegefachmann kümmert sich um einen verzweifelten Klienten.

Illustration: Karin Widmer



## «Die Beziehung macht 80 Prozent unserer Arbeit aus»

Frédéric Catala ist bei der Neuenburger SpiteX-Organisation NOMAD in der Psychiatriepflege tätig und übt seinen Beruf mit Leidenschaft aus. Wichtig ist es für ihn, keine Vorurteile zu haben, sondern stets die individuelle Lebensgeschichte jeder Klientin und jedes Klienten zu berücksichtigen. Das SpiteX Magazin hat ihn auf einem Einsatz begleitet.

«Mein Beruf ist sowohl wunderbar als auch notwendig», sagt Frédéric Catala, 44-jähriger Familienvater und Fachmann für ambulante Psychiatriepflege. Grosse Leidenschaft hat er für den Pflegeberuf schon immer empfunden, aber so richtig aufgeblüht ist er erst im Psychiatrie-Team der Neuenburger SpiteX-Organisation NOMAD (Neuchâtel organise le maintien à domicile). Den Austausch mit all seinen Klientinnen und Klienten empfindet er als persönliche Bereicherung. «Wir versuchen diesen Menschen dabei zu helfen, sich weiterzuentwickeln – und entwickeln uns durch den Kontakt mit ihnen selbst weiter. Unser Beruf ist keine Einbahnstrasse», sagt der Psychiatriefachmann. In seinem Berufsalltag ist Frédéric Catala mit schwierigen Lebenssituationen konfrontiert, in de-

nen verschiedene Problematiken eng miteinander verknüpft sein können – seien es Psychosen wie Schizophrenie und Paranoia, Neurosen wie Depressionen und Angstzustände oder auch Demenz und Suchtproblematiken. In allen Fällen ist es für ihn das Wichtigste, über die Betroffenen nicht zu urteilen. «Ich vermeide es um jeden Preis, Menschen mit Etiketten zu versehen. Jeder hat seine ganz eigene Geschichte.»

### Im Netzwerk arbeiten

Die Klientinnen und Klienten der NOMAD lassen sich oft nicht klar einem Bereich zuteilen. «Wir haben mit vielen Menschen zu tun, die sowohl somatische als auch psychiatrische Pflege benötigen», erklärt Frédéric Catala. Dies ist

auch beim Klienten der Fall, mit dem sich der Pflegefachmann an diesem Mittwochmorgen im Oktober in Le Locle trifft. Herr Moreira\* ist in den 60ern und hat körperliche und psychische Schwierigkeiten. 2016 wurde er wegen Magenkrebs operiert und leidet zudem an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung. «Zudem bringt er sich mit seinem Alkoholkonsum eindeutig in Gefahr», sagt Frédéric Catala, und fügt an: «Pflegefachpersonen können an ihre Grenzen kommen, wenn ein Klient eine Gefahr für sich oder andere darstellt.»

Seit einem Monat ist Frédéric Catala deshalb für Herrn Moreira zuständig. Hinzugezogen wurde der Psychiatriefachmann, als der Rentner aus einer Klinik für die Behandlung von Suchterkrankungen entlassen wurde. Dort vermochte man den Alkoholkonsum von Herrn Moreira nicht zu kontrollieren. «Wir werden nun entscheiden müssen, wie wir mit seinen Wünschen umgehen. Denn diese erscheinen angesichts seiner aktuellen psychischen und finanziellen Verfassung im Moment unrealistisch», berichtet Frédéric Catala. «Es gibt einen Widerspruch zwischen seinem Wunsch, in der Stadt zu wohnen, und der Tatsache, dass er nicht über die nötigen Mittel verfügt.» Wie bei jedem Klienten habe er auch bei Herrn Moreira derzeit vor allem das Ziel, ein Vertrauensverhältnis aufzubauen. «In der Psychiatrie macht die Beziehung 80 Prozent der Arbeit aus. Du kannst jede Therapie einleiten – wenn du zuvor keine Vertrauensbeziehung zum Klienten aufgebaut hast, dann wird sie keinen Erfolg haben.»

Der Einsatz bei Herrn Moreira findet in einem bescheiden eingerichteten Studio der Heilsarmee statt. Der Fernseher ist eingeschaltet und das Bett ist ungemacht. Frédéric Catala fragt nach dem Gesundheitszustand seines Klienten, während er dessen rote Augen und zitternde Hände mustert. Er ist besorgt, denn Herrn Moreira hat seit dem Vortag um 12 Uhr nichts mehr gegessen. Die Männer haben an einem Stubentisch Platz genommen, auf dem sich ein Stück trockenes Brot, ein Feuerzeug, ein leeres Glas und ein altes, mit Rotwein durchtränktes Taschentuch befinden. Sie sitzen sich gegenüber und unterhalten sich ruhig. Neben seiner Appetitlosigkeit wird auch die Alkoholabhängigkeit von Herrn Moreira besprochen. Seine Krankheit ist ihm bewusst und er bekräftigt den Wunsch, das Trinken einzustellen, um eine Rückkehr in eine Institution zu vermeiden. Frédéric Catala erinnert ihn daran, dass der Entzug Risiken birgt und einer professionellen Aufsicht bedarf. Während des Gesprächs betont der Psychiatriefachmann, dass er den Klienten nicht wie ein Kind zu behandeln gedenkt: «Als Erwachsener sind Sie selbst für Ihre Gesundheit verantwortlich», sagt er.

Auf die Frage, ob er über sich selbst sprechen möchte, antwortet Herr Moreira, dass er aus Portugal stammt und

seit mehr als vier Jahrzehnten in der Schweiz lebt. Er ist geschieden und Vater von Zwillingen, die heute 40 Jahre alt sind. «Ich bin ein guter Typ, ein Arbeiter», sagt der Rentner schüchtern, der früher in der Landwirtschaft und im Elektrizitätssektor tätig war. «Sie sind in der Tat ein guter Typ, der nie wütend wird und gerne Menschen trifft», sagt Frédéric Catala lächelnd. Nach einer Stunde des Austausches verabschieden sich die beiden mit der Aussicht, dass sie sich bald in einem Netzwerk wiedersehen werden – nämlich während eines Treffens, an dem mehrere Fachleute anwesend sein werden, die allesamt für Herrn Moreira zuständig sind. Dazu gehören insbesondere sein behandelnder Arzt, sein Beistand, sein Psychiater und die fallführende Pflegefachperson. Gemeinsam werden sie nach einer Lösung für die Zukunft des Rentners suchen.

**«Ich vermeide es um jeden Preis, Menschen mit Etiketten zu versehen.»**

Frédéric Catala

Informationen zu füttern. Dieses Festhalten aller möglichen Informationen ist für die somatische Pflege und sein ambulantes Psychiatrie-Team von zentraler Wichtigkeit. Dieses Team besteht aus sechs Mitarbeitenden, die insgesamt vier Vollzeitstellen ausfüllen. Es ist zuständig für eine Region, die sich von La Chaux-de-Fonds über Le Locle bis zum Val-de-Travers erstreckt. Im Jahr 2016 setzte NOMAD ein psychiatrisches Konzept um, das es dem Psychiatrie-Team ermöglichte, selbstständig zu arbeiten und seine Arbeit an der Basis weiterzuentwickeln. Zuvor waren die Team-Mitglieder für die somatische und die psychiatrische Pflege zuständig. «Jetzt können wir uns auf psychiatrische Aufgaben konzentrieren», freut sich Frédéric Catala.

Damit Spitex-Mitarbeitende zur Durchführung einer Bedarfserklärung in der ambulanten Psychiatriepflege zugelassen werden, müssen sie nicht nur über eine höhere Ausbildung in Psychiatrie verfügen – sie müssen auch zwei Jahre Berufserfahrung vorweisen können, weil Erfahrung in diesem Bereich unerlässlich ist. Um die Überprüfung dieser Voraussetzungen kümmern sich die Krankenkassen. Im Sinne einer freiwilligen Dienstleistung für ihre Mitglieder haben Spitex Schweiz, santésuisse und SBK jedoch eine gemeinsame Kommission eingesetzt, die auf Gesuch hin die Überprüfung übernimmt (siehe auch Interview-Frage Seiten 22/23). Frédéric Catala schlug zunächst einen ungewöhnlichen Karriereweg ein, bevor er sich spezialisierte und diese Zulassung erhielt. «Nach meinem Abitur in Frankreich habe ich Militärdienst geleistet und ging dann auf Reisen», erzählt er. Wann immer er in sein Herkunftsland zurückkehrte, schuf-tete er in einer Fabrik, um Geld für weitere Reisen zu verdienen. Als er sich dem Alter von 30 Jahren näherte, konsultier-

#### **Erfahrung ist wichtig**

Nach jedem Einsatz ist der Psychiatriefachmann dafür verantwortlich, über sein Tablet das elektronische Dossier des Klienten mit Infor-



«Wir können selten sagen,  
dass ein Fall in drei Monaten  
abgeschlossen sein wird.  
Alles hängt von der Ent-  
wicklung des Einzelnen ab.»

Frédéric Catala

te er einen Berufsberater, der ihm den Pflegeberuf empfahl. Daraufhin absolvierte Frédéric Catala eine dreieinhalbjährige Ausbildung beim Französischen Roten Kreuz – und traf dort seine heutige Ehefrau. Nach ihrem Abschluss zogen die beiden gemeinsam los, um auf der Insel Reunion ihren Beruf im Bereich der Suchterkrankungen auszuüben. Nach weiteren bereichernden Berufserfahrungen in Afrika und Asien zog es sie in die Schweiz, genauer ins Neuenburger Zentrum für Psychiatrie. Aus familiären Gründen kehrten sie dann jedoch nach Frankreich zurück und waren als selbstständige Pflegefachpersonen tätig. Schon bald begannen sie aber den Wunsch zu hegen, ihren beruflichen «Koffer» mit mehr Wissen zu füllen. Das Paar zog erneut in die Schweiz und übernahm dort mehrere Teilzeitstellen. Mit seiner inzwischen soliden Berufspraxis erwarb Frédéric Catala schliesslich sein Diplom als Psychiatrie-Pflegefachmann und fand 2016 eine Festanstellung bei NOMAD.

#### Mit Fingerspitzengefühl vorgehen

Neben seiner Tätigkeit in der Psychiatriepflege (60 Prozent) ist er auch als Koordinator seines Psychiatrie-Teams tätig (20 Prozent). Zudem wird er punktuell hinzugezogen, wenn Mitarbeitende der somatischen Pflege seine Hilfe in Bezug auf Klienten benötigen. Dies geschieht in komplizierten Fällen oder wenn gar Aggressionen zum Problem werden. «Ich bin davon überzeugt, dass die wichtigste Ressource einer Gruppe die Gruppe selbst ist, also die kollektive Intelligenz», sagt Frédéric Catala. «Während meiner Interventionen ermutige ich die Pflegenden, sich über ihre Praktiken auszutauschen. So hat jedes Gruppenmitglied die Möglichkeit, sein Verhalten in einem schwierigen Fall anzupassen.» Einmal im Monat ist der 44-Jährige auch für ein Netzwerktreffen mit anderen Psychiatrie-Pflegefachpersonen aus dem

ganzen Kanton verantwortlich. «Diese Treffen ermöglichen es uns, unsere jeweiligen Ansätze zu diskutieren. Und wir profitieren von der Supervision durch einen Psychiater.»

Zurzeit betreut Frédéric Catala 15 Klientinnen und Klienten. Er schätzt seinen Beruf auch deswegen, weil dauernd seine Toleranz und seine Geduld herausgefordert werden. Und weil er mit allen möglichen Emotionen seiner Klienten konfrontiert wird – mit nostalgischen Gefühlen zum Beispiel, mit Wut oder auch mit Traurigkeit. Wütend werden einige Klienten dann, wenn der Psychiatrie-Fachmann sie auf ihre Krankheit anspricht, die sie aber verleugnen. In diesen Fällen konzentriert sich Frédéric Catala erst einmal nicht mehr auf die Diagnose, sondern auf die Symptome. Er versucht, das Bewusstsein des Betroffenen für gewisse Problematiken, wie seine soziale Isolation, zu stärken, ohne die bestehende Beziehung zu gefährden. Dies ist eine Gratwanderung, die viel Fingerspitzengefühl erfordert und die der Fachmann im Laufe der Zeit zu meistern gelernt hat. Durch viel Geduld machen die Betreuten langsam Fortschritte und öffnen sich seiner Beratung: «Sie verstehen, dass wir nicht hier sind, um ihnen weh zu tun – und dass sie uns vertrauen können.»

#### Von Trauer und von Erfolg

Einen wesentlichen Punkt seiner Tätigkeit betont der NOMAD-Mitarbeiter besonders: In der Psychiatrie herrsche eine spezielle Zeitrechnung. «Wir können selten sagen, dass ein Fall in drei Monaten abgeschlossen sein wird. Alles hängt von der Entwicklung des Einzelnen ab.» Frédéric Catala absolviert auch kurzfristige Einsätze, beispielsweise im Trauerfall. Viele seiner Klientinnen und Klienten benötigen die Spitex aber wegen einer chronischen Krankheit über viele Jahre hinweg. «In diesen Fällen versuchen wir eine Einweisung in eine Klinik zu vermeiden», erklärt der Fachmann – und erzählt von all den persönlichen Verbindungen, welche sich im Laufe der Einsätze entwickeln. Da war zum Beispiel eine drogenabhängige Klientin in den Fünfzigern, die er eine lange Zeit betreute. Sie war HIV-positiv und hatte Krebs. «Dennoch hatte sie eine unglaubliche Lebenskraft», erinnert er sich, und räumt ein: «Egal, wie viel wir Fachpersonen über das Abschotten und professionelle Distanz wissen, ihr Tod hat mich sehr getroffen.»

Um mit einer fröhlicheren Geschichte zu enden, erzählt Frédéric Catala auch noch von einer guten Klientenbeziehung, die er derzeit unterhält. Zu Beginn war der Klient mit bipolarer Störung krankhaft fettleibig, wog 180 Kilogramm – verlor dann aber 40 Kilo in nur einem Jahr. Zunächst fühlte er sich körperlich besser, begann nach einer Operation jedoch unter akuten Schmerzen zu leiden. Seine Genesung habe einige Zeit in Anspruch genommen. «Aber heute hat er Fortschritte auf allen Ebenen gemacht, was es uns ermöglicht hat, seine Medikamente zu reduzieren», freut sich Frédéric Catala.

Flora Guéry

\*Name von der Redaktion geändert



**Weitblick**

## Machen Sie Karriere an der Berner Fachhochschule

- MAS Mental Health und MAS Spezialisierte Pflege
- CAS Ambulante psychiatrische Pflege
- CAS Akut- und Notfallsituationen
- CAS Clinical Assessment and Decision Making
- CAS Qualität in der Medizin für die patientennahe Arbeitspraxis
- Fachkurs Adherencetherapie
- Fachkurs Forensic Nursing
- Fachkurs Leben mit der Sucht

T +41 31 848 45 45  
 weiterbildung.gesundheit@bfh.ch    bfh.ch/gesundheit/weiterbildung



Berner Fachhochschule

► Gesundheit

## Palliative Care

Begleitung in schwierigen Lebensphasen



**KLINIK SUSENBERG**

Wir sind für Sie da:  
 Dr. med. Christel Nigg, Chefarztin  
 Dr. med. Anna Georgi, Leitende Ärztin  
 Telefon 044 268 38 38, [www.susenbergeklinik.ch](http://www.susenbergeklinik.ch)  
 Zentral in Zürich

**Persönlich. Engagiert.**



«Ihr Aus- und Weiterbildungs-  
 institut IKP: wissenschaftlich –  
 praxisbezogen – anerkannt.»

Mit Option zum eidg. Diplom  
 Neu: Finanzierung Ihrer Aus-  
 bildung durch Bundesbeiträge



**Info-Abend:  
14. Jan.**

### Körperzentrierte/ Psychologische/ Berater/in IKP

Psychosoziale Beratungskompetenz  
 kombiniert mit Körperarbeit, Ent-  
 spannungsübungen, Sinnfindung  
 und Ressourcenstärkung. Optional  
 mit eidg. Diplomabschluss.  
 (3 Jahre, SGfB-merk.)



**Info-Abend:  
16. Jan.**

### Ganzheitlich- Psychologischer Coach IKP

Kompetenz in Psychologie und  
 Coaching aus dem Bereich syste-  
 misch-lösungsorientierter psycho-  
 sozialer Beratung. Mit Zertifikats-  
 abschluss. (Dauer: 8 Monate)

Mehr Infos?  
 Tel. 044 242 29 30  
[www.ikp-therapien.com](http://www.ikp-therapien.com)

IKP Zürich  
 und Bern




Seit 30 Jahren anerkannt



# SWISS eHEALTH FORUM 2020

// ENTWICKLUNG DES GESUNDHEITSWESENS  
 DURCH DIE DIGITALISIERUNG  
 // 05. & 06. MÄRZ 2020 // BERNEXPO

PRESENTED BY INFO**SOCIETY**DAYS

Als Innovations- und Dialogplattform leistet das Swiss eHealth Forum einen wertvollen Beitrag zur Leistungssteigerung im digital vernetzten Gesundheitswesen. Die Veranstaltung findet im März 2020 unter dem Titel «Entwicklung des Gesundheitswesens durch die Digitalisierung» statt. Am ersten Tag beleuchtet das Forum mit dem B2B-Track diverse Aspekte in der Diskussion «geschlossene Systeme vs. standardisierte Systeme» und vertieft am zweiten Tag mit einem Spezial-Track das hochaktuelle Thema EPD. Am Nachmittag beider Tage legen Anwender Erfahrungsberichte vor und sorgen so für eine vertiefte Behandlung der Thematik.

WEITERE INFOS: [WWW.E-HEALTHFORUM.CH](http://WWW.E-HEALTHFORUM.CH)

 @CH\_eHealth

Hier kümmert sich Linda Nzinga (links) gemeinsam mit Margrit Hartmann, Fachfrau Langzeitpflege bei der Spitex Mittleres Toggenburg, in der Wäscherei um die Wäsche einer Klientin. Auch das gehört zum Praktikum. Bilder: Beatrix Bächtold

## Flüchtlinge in Spitex-Kleidung sorgen für Freude

Seit drei Monaten lernen im Kanton St. Gallen Flüchtlinge und vorläufig Aufgenommene im Rahmen eines Ausbildungsprogramms das Arbeitsfeld Spitex kennen. Bei einer ersten Auswertung strecken alle Beteiligten den Daumen nach oben – sie ziehen also grundsätzlich eine positive Bilanz und empfehlen das Konzept guten Gewissens weiter. Dies gilt auch für die Spitex Mittleres Toggenburg, welche das Spitex Magazin besucht hat – und dabei die Geschichte von Linda Nzinga aus Angola erfuhr.

Die Herbstsonne scheint durch das Fenster der Zweizimmerwohnung in Wattwil SG, ein Staubsauger brummt, es riecht nach Hustentee, man hört Frauen plaudern und lachen. Der Grund dieser heimeligen Geräuschkulisse: Zwei Spitex-Mitarbeiterinnen bringen die Wohnung einer betagten Klientin auf Vordermann – eine der Frauen in Spitex-Kleidung ist Linda Nzinga aus Angola, Teilnehmerin eines Ausbildungsprogramms, in dessen Rahmen Flüchtlinge im Kanton St. Gallen seit drei Monaten die Spitex kennenlernen. «Hast du Kinder?», will die Klientin der Spitex Mittleres Toggenburg von

der Angolanerin wissen, woraufhin diese das Staubtuch aus der Hand legt und erzählt, dass sie gleich fünf davon habe – allesamt gesund, munter und für die Eltern überaus erfreulich. Die Klientin lächelt und erzählt dann aus ihrem eigenen Leben, wobei sich Linda Nzinga als aufmerksame Zuhörerin erweist. Deutsch zu sprechen und zu verstehen ist ihr problemlos möglich, denn bereits beim Vorstellungsgespräch vor einigen Monaten verfügte sie über Deutschkenntnisse Niveau A2. Bald unterhalten sich die beiden Frauen über alles Mögliche. Die eine spricht Mundart, die andere antwortet



auf Hochdeutsch, aber das fällt beiden nicht gross auf. Und als die Klientin von der Helferin wissen möchte, woher sie komme und was sie hier in der Schweiz mache, beginnt Linda Nzinga zu erzählen.

Sie berichtet, dass sie vor zwölf Jahren – zusammen mit ihrem blinden Ehemann und den Kindern – mit leeren Händen und fixfertig in der Schweiz ankam. In ihrem Heimatland Angola im Südwesten Afrikas herrscht seit 1975 Bürgerkrieg, und die Bevölkerung leidet. Nichts funktioniert mehr: Keine Arbeit. Keine Zukunft. Linda Nzinga erzählt all dies ohne Bitterkeit. Die Tatsache, dass sie heute in der Schweiz in Sicherheit einer Arbeit nachgehen kann, abends ohne Angst ins Bett geht und morgens ohne Angst erwacht, lässt sie mit dem Finger nach oben zeigen. «Gott», sagt sie leise, und erzählt daraufhin, dass sie am vergangenen Sonntag im Chor in der Kirche Wil das Halleluja gesungen hat. «Mein Sohn, 15 Jahre alt, begleitete mich auf der E-Gitarre», sagt sie.

#### Im «Tandem» sicher unterwegs

An diesem Herbsttag ist sie wieder einmal im Tandem-Prinzip mit einer Spitex-Mitarbeiterin des Bereichs Haushalt unterwegs und übernimmt dabei einfache Tätigkeiten, für die man sie im Verlauf eines Kurses geschult hat. Wobei: Linda Nzinga arbeitete bereits in ihrer Heimat in der Pflege. «Menschen habe ich gerne. Diese Klientin ist eine gute Frau und im Gespräch mit ihr haben sich auch meine Deutschkenntnisse sehr verbessert», sagt sie und setzt das Staubwischen fort. Zur Spitex Mittleres Toggenburg fand Linda Nzinga durch «Repas Toggenburg». Diese regionalen Potenzialabklärungs- und Arbeitsintegrationsstellen für anerkannte Flüchtlinge und vorläufig aufgenommene Asylsuchende gibt es im Kanton St. Gallen an fünf Standorten. Sie fördern im Auftrag der Gemeinden die Arbeitsintegration, und deshalb machten sich die Zuständigen Gedanken, wie sie es diesen Männern und Frauen ermöglichen könnten, im Schweizer Arbeitsmarkt Fuss zu fassen. Mit dem Vorschlag, das Konzept «Ausbildungsprogramm für Flüchtlinge und vorläufig aufgenommene Personen (Betriebshilfe in der Spitex)» zu entwickeln, gelangte der Trägerverein Integrationsprojekte St. Gallen (TISG) an den Spitex Verband SG|AR|AI. «Als man mich anfragte, ob ich mir vorstellen könnte, so etwas mit aufzubauen, fand ich es grundsätzlich eine gute Sache, aber ich hatte auch Bedenken», erzählt Ruth Weber-Zeller, Leiterin Fachstelle Spitex Entwicklung SG|AR|AI. Schliesslich ging es um die schweizweit erste Auflage des Projekts, und Erfahrungswerte fehlten komplett. Wie viel Aufwand wird

die Ausarbeitung und schlussendlich auch die Umsetzung generieren? Wie werden die Praktikanten bei den Klientinnen und Klienten ankommen? Wie werden sich mangelnde Sprachkenntnisse auswirken? Fragen über Fragen stellten sich damals. Inzwischen liegt das 13-seitige Konzept zum Projekt vor. Es definiert unter anderem Zielgruppen, Finanzierung, Ziele und die gesetzlichen Grundlagen.

**«Diese Klientin ist eine gute Frau und im Gespräch mit ihr haben sich auch meine Deutschkenntnisse sehr verbessert.»**

Linda Nzinga

#### Neun Betriebe waren sofort dabei

Als Ruth Weber-Zeller dieses Konzept bei einem Anlass präsentierte, sagten von insgesamt 40 Spitex-Organisationen neun zu. Eine davon war die Spitex Mittleres Toggenburg, welche

eine Stelle für eine Betriebshilfe Spitex zur Verfügung stellte. Kurz darauf vermittelte ihr Repas Toggenburg nach sorgfältiger Selektion mehrere Bewerberinnen und Bewerber, darunter Linda Nzinga. Die Frau aus Angola absolvierte einen Schnuppereinsatz, überzeugte durch ihre herzliche, umgängliche Art und bekam den Zuschlag. Seitdem begleitet sie als Praktikantin für insgesamt sechs Monate im Tandem-Prinzip an drei Tagen pro Woche eine Spitex-Fachperson im Bereich Haushalt. Immer mittwochs drückt die 39-Jährige zudem die Schulbank im Berufs- und Weiterbildungszentrum für Gesundheits- und Sozialberufe St. Gallen (BZGS). Die Schule vermittelt im Kurs «Grundkompetenzen Erwachsene Spitex» in verschiedenen Modulen allgemeinbildende und berufsspezifische Inhalte.

#### Vielleicht bald mit dem Velo unterwegs

Weil Flüchtlinge von Gesetzes wegen während des Praktikums keinen Lohn erhalten dürfen, erhält Linda Nzinga ein symbolisches Gehalt in Form eines Taschengelds. Die Klientinnen und Klienten profitieren vom Projekt, denn der Besuch von Linda Nzinga ist für sie kostenlos. «Sie bekommen gleich ein Doppelpack geboten», erklärt es Ruth Weber-Zeller. «Linda», wie sie ihre Klientinnen und Klienten nennen, kommt mit dem Bus zur Arbeit. Beim Einsteigen sagt sie «Grüezi mitenand». An neugierige Blicke hat sie sich mittlerweile gewöhnt. Gelegentlich nimmt eine Spitex-Mitarbeiterin sie mit dem Auto mit. Linda Nzinga ist eine angenehme Person. Ihre permanent aufgeschlossene und positive Art tut gut. «Mein Sohn bringt mir gerade Velofahren bei», sagt die 39-Jährige und lacht. Aber weil es in der Schweiz meist entweder bergauf oder bergab gehe, anders als in ihrem afrikanischen Heimatland, benötige sie noch einiges an Übung. Das Ziel von Linda Nzinga ist es, kurze Strecken für ihre Arbeitseinsätze mit dem Velo zurückzulegen.



«Jetzt sind andere Organisationen herzlich eingeladen, von unseren Erfahrungen zu profitieren.»

Ruth Weber-Zeller

#### Erste Erfahrungswerte sind positiv

Mittlerweile läuft die erste Auflage des Pilotprojekts seit drei Monaten. Jetzt, zur Halbzeit, ist Gelegenheit für einen Austausch und eine erste Bilanz. Und so setzten sich kürzlich die neun beteiligten Spitex-Organisationen, von denen jede einen Praktikanten oder eine Praktikantin ausbildet, an einen Tisch. «Es wurden extrem gute Beispiele erwähnt», berichtet Ruth Weber-Zeller und erzählt von einem 16-jährigen Jugendlichen aus Syrien, der alleine in die Schweiz kam und jetzt in einem Seniorenzentrum, in welches die Non-profit-Spitex integriert ist, so gute Fortschritte macht, dass er im Jahr 2021 die Ausbildung zum Fachmann Gesundheit EFZ (FaGe) starten wird. «Sein Schicksal hat ihn geprägt und reif gemacht. Er ist ein herzlicher Mensch und sehr wertschätzend», sagt Ruth Weber-Zeller. «So eine Erfolgsgeschichte freut uns und bestätigt unseren Entscheid für dieses Projekt.»

Und auch die neun Spitex-Organisationen sowie die Klientinnen und Klienten geben positive Rückmeldungen: Sie berichten von sehr engagierten und zuverlässigen Frauen und Männern, die sich problemlos ins Team integrieren und schlussendlich für alle einen Mehrwert generieren. Die Fachpersonen im Bereich Haushalt erzählen von einer gewissen Entlastung, weil die Praktikanten zwar nicht mitarbeiten müssten, es aber in der Praxis gerne tun. Positiv sei weiter, dass die zusätzliche Person im «Tandem» Zeit hat, sich den Klientinnen und Klienten zu widmen. Hier ein Gespräch und dort ein Lachen wirkten wohltuend auf alle Beteiligten.

Nur eine Praktikantin kann es sich nicht vorstellen, im Anschluss an das Programm für die Spitex weiterzuarbeiten,

aus kulturellen Gründen. «Es ist für sie nicht möglich, Haushaltleistungen für Männer zu erbringen», erklärt Weber-Zeller. In Zukunft werden die Betriebe dieser Problematik beim Vorstellungsgespräch und beim Schnuppern mehr Beachtung schenken. Beim Austausch hörte man schnell heraus, dass die Hälfte der Praktikantinnen und Praktikanten nach Ablauf der sechs Monate im Betrieb weiterarbeiten können, obwohl vom Konzept her keine Verpflichtung dazu besteht. Vom TISG getragen, generiert das Konzept für die jeweilige Spitex-Organisation keine Kosten, obgleich für die Klientinnen und Klienten ein Mehrwert generiert wird. «Grundsätzlich schätzen sie die Tatsache sehr, dass da eine zusätzliche Person auftaucht, die nicht nur Hand anlegt, sondern auch mal Zeit zum Plaudern hat», sagt Ruth Weber-Zeller. Für die Spitex-Organisationen erfordere die Einführung und Begleitung der Praktikantinnen und Praktikanten die Akzeptanz des ganzen Teams sowie die Begleitung durch eine geeignete Mitarbeitende.

#### Weitere Organisationen sind herzlich eingeladen

Wie es mit Linda Nzinga nach Ablauf des Praktikums Ende Dezember 2019 weitergeht, haben die Verantwortlichen der Spitex mittleres Toggenburg bereits mit ihr besprochen. Beide Seiten können sich vorstellen, dass Linda Nzinga regulär in der Hauswirtschaft angestellt wird. «Ende November besprechen wir mit dem Coach der Repas, wie man nun weiterfahren kann. Von dieser Seite erhalten wir extreme Unterstützung», sagt Judith Schiess, Ausbildungsverantwortliche der Spitex Mittleres Toggenburg. Eine Möglichkeit wäre, Linda Nzinga in ein reguläres sechsmonatiges Praktikum zu übernehmen. In diesem Fall wäre die Frau aus Angola nicht mehr im Tandem-Prinzip unterwegs und würde fest angestellt. Die Spitex-Organisation würde ihr dann 80 Prozent vom ersten Lehrlingslohn zahlen. Judith Schiess sagt: «Ob das allerdings so kommt, kann man zu diesem Zeitpunkt noch nicht mit Gewissheit sagen.» Linda Nzinga äusserte kürzlich nämlich auch den Wunsch, zusätzlich in der Pflege zu schnuppern.

Ruth Weber-Zeller erklärt zusammenfassend: «Alles in allem ist das Konzept bei der Spitex Mittleres Toggenburg und den anderen neun Betrieben gut gestartet. Jetzt sind andere Organisationen herzlich eingeladen, von unseren Erfahrungen zu profitieren. Aufgrund der gemachten Erfahrungen sind wir überzeugt, dass das Konzept einen Mehrwert für alle Beteiligten bringt.»

Beatrix Bächtold

Für weitere Informationen zum Konzept und für Auskünfte rund ums Mitmachen steht Ruth Weber-Zeller gerne zur Verfügung. [ruth.weber@spitex.sg](mailto:ruth.weber@spitex.sg)

[www.spitex.sg](http://www.spitex.sg) / [www.ti-sg.ch](http://www.ti-sg.ch) / [www.bzgs.ch](http://www.bzgs.ch)

## Ihr verlässlicher Partner für Gesundheitsfragen in der Region

Was ist die Basis für eine erfolgreiche Zusammenarbeit zwischen einer regionalen Spitex und der Apotheke in der Nähe? Meist steckt dahinter eine enge Vertrauensbasis, unkomplizierten Austausch und viel Flexibilität. Dies ermöglicht auch bei Notfällen oder kurzfristigen Spitalübertritten eine kurzfristige Lieferung der notwendigen Medikamente.

### Vorteile für Spitex-Organisationen:

- Einfacher Bezug von Medikamenten und Verbrauchsmaterial
- Fachkompetenz für alle Ihre Gesundheitsanliegen
- Abklärungen mit Ärzten, Rezeptbesorgung und Abrechnung mit den Krankenkassen
- Konsiliarische Betreuung
- Pharmazeutische Qualitätssicherung
- Vorträge und Schulungen zu Gesundheitsthemen bei Ihnen vor Ort
- Gesundheitsprävention durch Konsultationen vor Ort (Hörtest, Impfungen, Inkontinenzberatung etc.)

**TOPWELL**   
**APOTHEKEN**  
Ganz bei Ihnen.

[www.topwell.ch/fuer-institutionen](http://www.topwell.ch/fuer-institutionen)



**Stadt Zürich**

Schulungszentrum Gesundheit

## Lebensqualität zu Hause für Menschen mit Demenz

Das Schulungszentrum Gesundheit SGZ ist erfolgreicher Anbieter von fundierten und praxisnahen Fortbildungen zum Thema Demenz.

Menschen mit Demenz zu Hause begleiten heisst, sich auf stetig wechselnde Befindlichkeiten, Ressourcen und Defizite einlassen zu können. Dazu sind unter anderem Kompetenzen wie Flexibilität, Reflexionsfähigkeit sowie Rollensicherheit gefragt. Entscheidend ist auch, dass

Mitarbeitende gerade in herausfordernden Situationen Selbstwirksamkeit erleben können.

Unsere praxisbezogenen Demenz-Fortbildungen, die explizit auf das Spitex Personal zugeschnitten sind, bieten dazu eine wertvolle Unterstützung.

Möchten Sie Ihre Mitarbeitenden direkt in Ihrem Betrieb weiterbilden?

Der SGZ Campus macht sich für Sie mobil und kommt gerne bei Ihnen vorbei. Beatrice Widmer, Programmleiterin Demenz, ist für Fragen gerne für Sie da (Tel. 044 415 18 02 oder E-Mail: [beatrice.widmer@zuerich.ch](mailto:beatrice.widmer@zuerich.ch)).

**Wir bilden.**  
Spitex-Skills.

**SGZ campus**

## So erreichen Sie jeden Mitarbeiter

Ihre Kommunikationslösung im Gesundheitswesen.

Beekeeper ist eine mobile Mitarbeiter-App für die interne und operative Kommunikation. Sie ist darauf ausgerichtet, Arbeitskräfte ohne PC-Arbeitsplatz miteinander zu verbinden. Wir sind der Überzeugung, dass Menschen bei der Arbeit glücklich sein sollten und vor allem mithilfe geeigneter Tools ein einzigartiges Patientenerlebnis schaffen. Deshalb verbindet Beekeeper

Mitarbeiter über Standorte und Abteilungen hinweg und unterstützt dezentral organisierte Unternehmen ihre interne Kommunikation zu verbessern.



**BEEKEEPER**

[www.beekeeper.io](http://www.beekeeper.io)

# Notruflösungen können praktisch und schön sein.

Nirgendwo fühlt man sich als älterer Mensch so sicher, wohl und zufrieden wie in den eigenen vier Wänden. Um dies zu ermöglichen und gleichzeitig die Angehörigen – wenn nötig – umgehend benachrichtigen zu können, gibt es verschiedene Notruflösungen.

Selbständig zu Hause bleiben können und trotzdem die Sicherheit haben, dass im Notfall umgehend jemand benachrichtigt werden kann? Genau dies ermöglichen Notruflösungen von SmartLife Care, die sich aus drei Bausteinen zusammensetzen: Knopf, Gerät und Abo. So kann jeder seine individuelle Lösung zusammenstellen. Auf Knopfdruck können die gewünschten Empfänger kontaktiert werden und man kann über den Lautsprecher des Basisgeräts mit ihnen reden. Dass dies nicht unbedingt bedeutet, einen grossen roten Knopf am Handgelenk tragen zu müssen oder eine klobige Notruhfuhr täglich aufzuladen, zeigen die neuesten Innovationen von SmartLife Care.

## Die Armbanduhren unter den Notruflösungen.

Serena und Vito heissen die neuen Notrufluhr von SmartLife Care und sind als Notrufl-

knopf nicht mehr zu erkennen. Die treuen Begleiter haben ein automatisches Uhrwerk, sind spritzwasserdicht und müssen dank 2-jähriger Batterielaufzeit auch nicht aufgeladen werden. Dank des kleinen, eleganten Gehäuses gehören die neuen Notrufluhr zu den kleinsten auf dem Markt.

## Die Medaillons – unsere Schmuckstücke unter den Notruflösungen.

Diese neue Generation von Notruflösungen, die SmartLife Care entwickelt hat, schmückt Damen ungemein. Das Schöne daran ist die vollkommene Verbindung von Funktionalität und Ästhetik. Niemand würde hinter diesem wasserdichten Schmuckstück einen Notruflknopf vermuten. Genau das wünschen sich Kunden.



**NEU  
NOTRUFUHR**



Serena\*

Vito\*

## SmartLife Care ist stolz, Partner der Spitex Schweiz zu sein.

Im Rahmen der Partnerschaft erhalten Spitex-Kunden einen Rabatt von CHF 100 auf Kaufgeräte (Miete ausgeschlossen).

**SmartLife Care**

Partner von



## SmartLife Care AG

Zürichstrasse 38

8306 Brüttsellen

E-Mail: support@smartlifecare.ch

Beratungs-Hotline: 0848 65 65 65

www.smartlife-care.ch

Notruf-Basisgerät Flex

\*Erhältlich ab Ende November 2019.

## 5 Fragen an Anna Pieri Zuercher

### «Was ich am Leben liebe, sind die Widersprüche»



Anna Pieri Zuercher. © SRF/Daniel Winkler

**Schauspielerin Anna Pieri Zuercher wird ab 2020 eine «Tatort»-Kommissarin mimen. Für das SpiteX Magazin beschreibt die 42-Jährige aus Lausanne ihren eigenen Charakter, lobt die SpiteX – und verrät, welche Persönlichkeiten sie inspirieren.**

**SpiteX Magazin: Frau Pieri Zuercher, Sie sind in der Romandie wohl bekannt und werden dies sicherlich bald in der gesamten Schweiz sein – dank Ihrer Rolle in der TV-Reihe «Tatort». Die Medien loben gerne Ihre Fähigkeit, problemlos von einem breiten Lachen zu bitteren Tränen zu wechseln. Sie werden beschrieben als eine «Fabrik der Emotionen». Im Januar 2019 wurden Sie zudem an den Solothurner Filmtagen als beste Schauspielerin in einem Schweizer Fernsehfilm ausgezeichnet. Was bedeutet dies Ihnen?**

**Anna Pieri Zuercher:** Die Auszeichnung ehrt mich sehr und ist eine ausserordentliche Anerkennung meiner Leistungen – aber kein Grund, mich auf meinen Lorbeeren auszuruhen. Stattdessen gibt sie mir die Energie, weiterhin mit viel Leidenschaft und Engagement mein Bestes zu geben. Im Moment stecke ich mitten in den Vorbereitungen für die Dreharbeiten zur TV-Reihe «Tatort», in der ich die Rolle der Kommissarin Isabelle Grandjean spiele. Ich freue mich sehr, meine Reise mit diesem neuen Team fortzusetzen.

**Sie sind ausgebildete Pianistin sowie Bühnen- und Filmschauspielerin. Be-**

**stimmt gab oder gibt es aber auch einen anderen Beruf, von dem sie einst träumten oder immer noch träumen?**

Ich entstamme einer kreativen Familie und bin eine Künstlerin im Herzen. Meine Eltern gaben mir die Liebe zum Detail auf den Weg und lehrten mich, alles von mir mit viel Ernsthaftigkeit und Liebe in das zu investieren, was ich gerade tue. Bereits als Kind wollte ich nur das tun, wofür ich Leidenschaft empfand; der Rest interessierte mich nicht besonders. Ich bin ein Mensch, der auf seine Instinkte vertraut, sowohl in meiner Arbeit als auch im Leben im Allgemeinen. Ich habe nie von einer anderen Karriere als derjenigen der Künstlerin geträumt. Ich habe bloss stets versucht, nicht in dem stecken zu bleiben, was ich tue.

**Dank Ihres beruflichen Engagements als Schauspielerin, die drei Schweizer Landessprachen spricht, sind Sie im In- und Ausland bekannt. Verraten Sie uns ein Talent oder eine Macke, die der Öffentlichkeit bisher noch nicht bekannt ist?**

Ich bin sowohl perfektionistisch als auch unorganisiert. Meine überschüssige Fantasie liebt es, meine perfektionistische Seite zu stören. Aber das ist es, was mir am Leben gefällt: die Widersprüche. Und das gefällt mir auch an den Figuren, die ich spiele: ihre Widersprüche.

**Auch eine prominente Person kann ein Fan sein. Wen bewundern Sie?**

Ich bewundere all diejenigen Menschen, welche sich für das einsetzen, was sie tun – all die leidenschaftlichen und mutigen Menschen, was immer ihr Beruf oder Lebensweg sein mag. Aber wenn ich eine Schauspielerin nennen soll, die ich bewundere, dann ist es Frances McDormand, die in Filmen wie «Three Billboards» oder « Fargo » gespielt hat. Ich liebe sie einfach. Da wären aber auch Meryl Streep, Joaquin Phoenix, Colin Farrel, Matthew McConaughey und viele andere, die unglaubliche Quellen der Inspiration sind.

**Und weil dies das SpiteX Magazin ist: Was sind Ihre Erfahrungen mit der SpiteX?**

Mein Onkel profitiert derzeit von den Leistungen der SpiteX. Dass es dieses Angebot gibt, ist für ihn ein ausserordentliches Glück, denn die SpiteX ermöglicht es ihm, trotz seiner Krankheit zu Hause zu bleiben. Die Präsenz, Freundlichkeit, Geduld, Fürsorge und Unterstützung der Pflegefachpersonen erlauben es ihm zudem, jeden Tag mit Freude zu begrüssen. Er unterhält sich gern mit seinen Pflegenden und freut sich stets sehr auf ihren Besuch.

Interview: Flora Guéry

#### Zur Person

Schauspielerin Anna Pieri Zuercher, 1977 in Bern geboren, ist in Biel als Tochter einer italienischen Architektin und eines Berner Architekten aufgewachsen. Die ausgebildete Pianistin erwarb 2004 das Diplom der «Ecole supérieure d'art dramatique» in Genf und wechselt seither zwischen Kino, TV und Theater hin und her. Sie spielt in Französisch, Italienisch und Deutsch und hatte Rollen in Filmen wie «Anomalia» von Pierre Monnard, «Gefährlicher Sommer» von Daniel von Aarburg und «Paul s'en va» von Alain Tanner. Kürzlich mimte sie eine verratene Frau in der Serie «Double Vie» von Radio Télévision Suisse (RTS), wofür sie im Januar 2019 den Best Female Performance Award in einem Schweizer Fernsehfilm an den Solothurner Filmtagen erhielt. Seit 2016 ist die Lausannerin mit Pietro Zuercher verheiratet, 2011 wurde der gemeinsame Sohn geboren. Diesen Herbst begann die 42-Jährige mit den Dreharbeiten zur Krimi-Reihe «Tatort», in der sie an der Seite von Schauspielkollegin Caro Schuler die Zürcher Kommissarin Isabelle Grandjean spielt. Die erste Folge wird im Herbst 2020 ausgestrahlt.

# Gut zu hören ist auch gut fürs Gehirn

Gut zu hören bedeutet, bis ins hohe Alter aktiv zu sein. Unter einer Hörminderung leidet nicht nur die Lebensqualität, sondern auch die geistige Fitness. Hörgeräte können das Demenzrisiko erheblich verringern.

Unser Gehör ist 24 Stunden am Tag im Einsatz – Grund genug, um auf unser Hörvermögen besonders zu achten. Denn Hören ist der Schlüssel zu gelungener Kommunikation. Umso wichtiger ist es, im Alltag Ohr zu sein. Denn meistens setzt eine Hörminderung schleichend ein. «Die Sprache wird undeutlich und klingt verschwommen», sagt Geschäftsführer von Neuroth Schweiz und Liechtenstein, Guy Schleiniger. Gespräche in lauterer Umgebung zu führen wird zunehmend zur Herausforderung, da das Verstehen schwerfällt. Und das hat nicht nur Auswirkungen auf das soziale Leben, sondern auch auf die kognitiven Fähigkeiten – wie mehrere Studien zeigen. Weil Hören Kopfsache ist.

## Hörgeräte senken Demenzrisiko

«Hören ist nicht nur eine Leistung des Gehörs, sondern vor allem des Gehirns. Denn unser Gehirn gibt Klängen und Geräuschen erst einen Sinn. Deshalb ist ein gesundes Gehör auch wichtig für die geistige Fitness», sagt Guy Schleiniger.

Eine unbehandelte Hörminderung erhöht das Demenzrisiko um rund 50 Prozent. Das zeigt eine aktuelle internationale Langzeitstudie, an der rund 38.000 ältere Menschen teilgenommen haben. Schwerhörigkeit zählt auch zu den neun offiziellen Risikofaktoren für Demenz. Und so ist auch wissen-



Hörgeräte verringern das Demenzrisiko. Quelle: Neuroth

schaftlich belegt, dass Hörgeräte Demenz vorbeugen können.

Umso wichtiger ist es, sein Hörvermögen regelmässig zu überprüfen. Selbst kleinste Veränderungen werden mit einem kostenlosen Hörtest bei einem Hörakustiker wie Neuroth frühzeitig erkannt. «Je früher eine Hörminderung mit den passenden Hörgeräten versorgt wird, desto besser ist es», sagt der Guy Schleiniger.

## Kleine Wunderwerke der Technik

Hörgeräte von heute sind wahre Wunderwerke der Technik: Sie werden nicht nur immer kleiner und verschwinden beinahe im Ohr, sondern sie sind auch immer einfacher zu bedienen. «Moderne Hörgeräte stellen sich vollautomatisch auf die jeweilige Um-

gebung ein und liefern den optimalen Klang direkt ins Ohr. Für jeden Betroffenen bedeutet das eine enorme Steigerung der Lebensqualität», sagt Guy Schleiniger.

Schritt für Schritt müssen sich Gehör und Gehirn aber erst wieder an die neuen Hörerlebnisse gewöhnen – ein Weg, auf dem ein erfahrener Hörakustiker zum treuen Begleiter wird. «Das Gehör muss wieder trainiert werden. Das heisst: Je intensiver ein Hörgerät getragen wird, desto schneller schreitet der Gewöhnungsprozess voran und erste hörbare Erfolge stellen sich ein.»

## Kostenloser Hörtest bei Neuroth.

Wie gut hören Sie oder Ihre Angehörigen? Lassen Sie bei Neuroth kostenlos und unverbindlich Ihr Gehör testen. Vereinbaren Sie jetzt einen Termin online unter [www.neuroth.com](http://www.neuroth.com) unter der kostenlosen Info-Telefonnummer 00800 8001 8001, oder direkt bei Ihrem nächsten Neuroth-Hörcenter: 68 x in der Schweiz und in Liechtenstein.

## Sudoku

	6	3				5		a
1	8		2	3		6	7	9
		5		8	6	2	3	
			6	5		9	2	8
3		8						
		6				b		7
6	1		c					
8	3	9	5			4	1	
4					d			3

**Lösung per Postkarte oder E-Mail an:**

Spitex Magazin, Wettbewerb  
Effingerstrasse 33, 3008 Bern  
wettbewerb@spitexmagazin.ch

**Einsendeschluss:**  
12. Februar 2020

Teilnahmeberechtigt sind alle Leserinnen und Leser des Spitex Magazins. Ausgenommen sind Mitarbeitende von Spitex Schweiz und deren Familienangehörige. Die Gewinner werden ausgelost und benachrichtigt. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

## Impressum

### Herausgeber

Spitex Magazin, Effingerstrasse 33, 3008 Bern  
Telefon +41 31 381 22 81  
admin@spitex.ch, www.spitex.ch

### Redaktion

Spitex Magazin, Effingerstrasse 33, 3008 Bern  
Telefon +41 31 370 17 59  
redaktion@spitexmagazin.ch  
www.spitexmagazin.ch

ISSN 2296-6994

### Erscheinungsweise

6 x jährlich als Printmagazin und als App

### Redaktionsschluss / Inserateschluss

21. Januar 2020 (Ausgabe 1/2020)

### Gesamtauflage 6500 Exemplare

4200 Exemplare Deutsch  
1900 Exemplare Französisch  
400 Exemplare Italienisch (Beilage)

### Abonnemente

Abodienst Spitex Magazin  
Industriestrasse 37, 3178 Bösingen  
Telefon +41 31 740 97 87, abo@spitexmagazin.ch

### Redaktion

Kathrin Morf: Leitung (KM), Flora Guéry (FG),  
Madeline Monney (MM), Annemarie Fischer (FI),  
Christa Lanzicher (CL), Stefano Motta (SM),  
Nicole Hermann (NH)

### Mitarbeit an dieser Ausgabe

Leo Wyden (Fotos), Karin Widmer (Illustrationen),  
Beatrix Bächtold

### Korrektorat

Ilse-Helen Rimoldi

### Übersetzungen

Maya Jurt, Kathrin Morf. Texte auf Seite 7, 8, 28 und  
37 wurden aus dem Französischen übertragen.

### Anzeigen

Stutz Medien AG; Christine Thaddey, Verlagsleiterin  
Einsiedlerstrasse 29, 8820 Wädenswil  
Telefon +41 44 783 99 11  
Mobile +41 79 653 54 83  
christine.thaddey@stutz-medien.ch  
www.stutz-medien.ch

### Visuelle Konzeption / Layout

Pomcanys Marketing AG, www.pomcanys.ch

### Druck

Stutz Medien AG, Wädenswil  
www.stutz-medien.ch

gedruckt in der  
**schweiz**

### Premiumpartner von Spitex Schweiz

Cosatum, der Spitex-Logistiker für Pflege-  
und Hauswirtschaftsprodukte

Neuroth, der Spitex-Partner in den Bereichen  
Hörschutz und Akustik

Verwendung der Artikel nur mit Genehmigung  
der Redaktion. Für unverlangte Manuskripte  
wird jede Haftung abgelehnt.

Wertgutscheine von geschenkidee.ch:  
das perfekte Geschenk für jedermann.  
Bist du unsicher, was du schenken sollst?  
Dann lass die beschenkte Person selber  
auswählen, aus einem grossen und vielfäl-  
tigen Sortiment an einmaligen Geschenk-  
ideen für Gross und Klein.  
www.geschenkidee.ch

geschenkidee.ch

Unter den Einsendungen verlosen wir:  
**2 x Gutschein im Wert von  
je Fr. 100.-**



## Buchtipps

### Grundrechte im Alter durchleuchtet



**Red.** Grundrechte sind auch für ältere Menschen von zentraler Bedeutung. Dies zeigt und erklärt das Schweizerische Kompetenzzentrum für Menschenrechte (SKMR) mit dem Ende Mai 2019 herausgegebenen Handbuch «Grundrechte im Alter». Das Handbuch kann kostenlos heruntergeladen werden und ist spannend für Menschen, die beruflich mit älteren Personen zu tun haben, aber beispielsweise auch für Politiker sowie für die älteren Personen und deren Angehörige. Es befasst sich mit den wichtigen Grundbegriffen und mit relevanten Rechtsgrundlagen. Es durchleuchtet aber auch einzelne Grund- und Menschenrechte wie den Schutz der Menschenwürde und den Schutz der Privatsphäre – und es bietet beispielsweise auch anschauliche Fallbeispiele.

Sandra Egli Andrea Egbuna-Joss, Sabrina Ghielmini, Eva Maria Belser, Christine Kaufmann: «Grundrechte im Alter – Ein Handbuch». Interact Verlag 2019. 118 Seiten; ISBN 978-3-906036-32-8. Das Handbuch kann für CHF 36 erworben werden. Oder es kann kostenlos heruntergeladen werden: www.interact-verlag.ch bzw. www.skmr.ch/de/publikationen


Eine Kampagne von:

CURAVIVA.CH



OdASanté

Unterstützt durch:

 Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement für  
Wirtschaft, Bildung und Forschung WBF  
Staatssekretariat für Bildung,  
Forschung und Innovation SBF

# DORLY KÄMPFTE FÜR EINEN KINDERGARTEN.



Mit **Langzeitpflege** schreibst du Dorlys Geschichte weiter.  
Jetzt zählt dein Engagement: [der-wichtigste-job.ch](http://der-wichtigste-job.ch)