

### Palliative Care:

## Im Vordergrund steht nicht, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben.

Das Sterben ist Teil des Lebens und die meisten Menschen wünschen sich, in einer vertrauten Umgebung und im Kreis ihrer Lieben Abschied nehmen zu können. Palliative Care will Menschen mit unheilbaren Erkrankungen die verbleibende Lebenszeit erleichtern. Noïma Dufour ist Fachverantwortliche für Palliative Care bei der Spitex Heitersberg und gibt im Interview einen Einblick in die ambulante Palliativ-Fürsorge.



### Frau Dufour: Sie leiten das Palliativ-Team der Spitex Heitersberg. Was sind die Ziele von Palliative Care?

Das Sterben gehört zum Leben. Palliative Care baut auf dieser grundlegenden Erkenntnis auf und hat zum Ziel, Menschen mit unheilbaren und chronischen Erkrankungen am Ende ihres Lebens ganzheitlich zu betreuen und zu behandeln. Dies durch eine bestmögliche Linderung der körperlichen Beschwerden und durch die Verbesserung der Lebensqualität. Im Zentrum dabei stehen immer die Autonomie und die Würde der Betroffenen. Im Wesentlichen bedeutet Palliative Care, nicht dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben.

### Was bedeutet «palliativ»?

Der Begriff «palliativ» stammt vom italienischen Wort «palliare», was übersetzt so viel wie «mit einem Mantel umhüllen» bedeutet. Dies symbolisiert den beschützenden, umsorgenden Gedanken, auf dem die Palliative Care basiert. Palliativ denken heisst, das Leben grundsätzlich zu bejahen und dennoch den Tod als einen natürlichen Prozess zu akzeptieren.

### Wie unterscheidet sich die ambulante Palliative Care von jener im Spital?

Die Ziele von Palliative Care sind ambulant wie stationär die gleichen. Und als Spitex erbringen wir ambulant in diesem Bereich dieselben Leistungen, wie ein Spital. Für die Patienten im Krankenhaus steht die medizinische Versorgung im Vordergrund und das Fachpersonal ist sehr präsent. Zu Hause dagegen nimmt das vertraute Umfeld, die Geborgenheit in der Familie und die direkte Nähe zu den Angehörigen viel Raum ein. Dies führt nach meiner Erfahrung oft dazu, dass sich die pflegebedürftigen Menschen daheim weniger krank fühlen als in einer medizinischen Einrichtung.

### Was gewinnen die Menschen, die zu Hause Abschied nehmen können?

Früher hatte der Tod in der Familie und Gesellschaft eine grössere Präsenz. Durch den sozialen Wandel und medizinischen Fortschritt findet er heute vorwiegend in Spitälern und Heimen statt. Die meisten Menschen wünschen sich aber, zu Hause im Kreis ihrer Angehörigen sterben zu können. Deshalb gewinnt Palliative Care für uns als Spitex zunehmend an Bedeutung. Der Abschied vom Leben ist ein äusserst tiefgreifender Prozess. Er verlangt von den Betroffenen, den Tod Schritt für Schritt als natürlichen Teil des Lebens zu akzeptieren. Damit verbunden sind Ängste und

auch Sorgen, nicht mehr für die Familie da sein zu können. Die Gemeinschaft mit den Angehörigen zu Hause, die diesen Prozess mittragen, hilft wesentlich bei der Bewältigung des Abschiednehmens. Anders als im Spital, können wir als Spitex nicht rund um die Uhr bei den Klienten vor Ort sein. Deshalb ist die Unterstützung durch die Angehörigen in der ambulanten Palliative Care unverzichtbar.

*«Es sind oft sehr intensive, aber selten schwere Momente, an denen wir als Pflegende in der Palliative Care teilhaben dürfen.»*

*Noïma Dufour, Fachverantwortliche Palliative Care*

#### **Welche speziellen Anforderungen stellt die Palliative Care an die Pflegefachpersonen?**

Zu einem fundierten Fachwissen und der beruflichen Erfahrung braucht es ein hohes Mass an Selbstverantwortung und sozialer Kompetenz. Als Pflegefachperson muss man mit den Emotionen der Betroffenen und Angehörigen, aber auch mit den eigenen Gefühlen zurechtkommen können. Dies braucht eine lebensbejahende Grundhaltung und einen professionellen Umgang mit der Thematik des Loslassens und der Sterblichkeit. Als Fachperson gilt es, die eigene Vorstellung vom idealen Abschied auszublenden und sich auf die Gegebenheiten und das individuell Mögliche zu konzentrieren. Durch die stete Weiterentwicklung in der Medizin ist eine professionelle Aus- und Weiterbildung der Pflegefachpersonen unerlässlich und wird von der Spitex Heitersberg vielseitig gefördert und unterstützt.

#### **Und wie können die Pflegenden in ihrer emotional oft intensiven Arbeit unterstützt werden?**

Die Arbeit im Bereich der Palliative Care ist fachlich wie menschlich anspruchsvoll. Es entstehen oft enge Beziehungen zu den Klienten und Angehörigen und auch die Pflegenden müssen dann im Sterbeprozess loslassen und sich verabschieden können. Das Zulassen von Betroffenheit und Trauer, die Gemeinschaft und das Gespräch im Team helfen bei der Bewältigung schwieriger Situationen. Unsere Mitarbeitenden wissen, dass sie mit ihren Gefühlen und Anliegen nicht allein gelassen werden. Die Wertschätzung für die geleistete Arbeit und die Dankbarkeit der Angehörigen, wenn der Prozess des Abschiednehmens gelungen ist, sind für unsere Mitarbeitenden die wichtigste und schönste Motivation.

#### **Welche Dienstleistungen bietet die Spitex Heitersberg im Bereich der Palliative Care an und wie setzt sich Ihr Team zusammen?**

Die ambulante Palliative Care umfasst grundsätzlich die gesamte Bandbreite unserer Pflege- und Betreuungsleistungen und beinhaltet auch sehr komplexe Behandlungen, die früher nur stationär durchgeführt wurden. Wir unterstützen und beraten die Betroffenen und Angehörigen ganzheitlich und gewährleisten eine kompetente, einfühlsame und individuelle Palliativpflege bis zum Lebensende. Der Schwerpunkt dabei liegt bei der Verbesserung der Lebensqualität der Betroffenen. Alle drei Pflgeteams unserer Spitex sind in die Arbeit der Palliative Care eingebunden. Fachlich unterstützt werden diese durch jeweils zwei bis drei Palliativ-Verantwortliche. Insgesamt umfasst unser Kernteam sieben spezialisierte Mitarbeitende. Zudem arbeiten wir eng mit Spitälern, Hausärzten, Therapeuten und Seelsorgern zusammen.



### Die Mitarbeit der Angehörigen ist in der ambulanten Palliative Care unverzichtbar. Wo finden diese Unterstützung im Prozess des Abschiednehmens?

Der Sterbeprozess wird von den Angehörigen intensiv miterlebt und mitgetragen. Ansprache, Zuwendung und Unterstützung finden sie in dieser schwierigen Zeit meist bei den Pflegenden und im Familien- oder Bekanntenkreis. Durch unsere Arbeit können wir die Angehörigen wesentlich entlasten. So finden diese Zeit, um sich auch ausserhalb der Pflege den Betroffenen zu widmen oder sich selbst eine Pause zu gönnen. Auch nach dem Tod sind wir als Spitex beratend und unterstützend für die Hinterbliebenen in ihrer Trauer da. Die Nachsorge, meist in Form eines Gesprächs, ist auch für die Pflegenden wichtig, um gemeinsam das Erlebte zu reflektieren und abschliessen zu können. Individuelle Unterstützung bietet zudem unser Psychiatrie-Team.

### Gibt es auch Hoffnung und Zuversicht im Prozess des Abschiednehmens?

Ich persönlich lerne und gewinne sehr viel daraus, wie die betroffenen Menschen und deren Angehörige die Kraft und den Weg finden, das Sterben anzunehmen und die gemeinsame Zeit umso mehr zu schätzen, die noch bleibt. Der Tod muss nicht schlimm sein und das Sterben ist selten ein Kampf. Es sind meist die stillen Momente, aus denen man Hoffnung und Zuversicht schöpft. Eine Arbeitskollegin erinnert sich an einen solchen Moment: «Ich war bei einer Klientin zu Hause. Es war Sommer und das Schlafzimmerfenster stand offen. Man hörte die Vögel zwitschern und es roch nach Heu. Die Angehörigen waren um das Sterbebett versammelt, eine friedvolle Stimmung, alles war gesagt und die Klientin schlief ruhig ein.» Es sind oft sehr intensive, aber selten schwere Momente, an denen wir als Pflegende in der Palliative Care teilhaben dürfen.

### An wen wendet man sich am besten bei Fragen zur Palliative Care?

Zusätzliche Informationen und Prospektmaterial findet man auf unserer [Internetseite](#). Für die Vereinbarung eines Termins und weitere Auskünfte wendet man sich am besten an unsere Zentrale unter der Telefonnummer: 056 481 70 80 oder per E-Mail an: [info@spitex-heitersberg.ch](mailto:info@spitex-heitersberg.ch).

### Liebe Frau Dufour, vielen Dank für dieses Gespräch! ●



*Noïma Dufour ist Fachverantwortliche für Palliative Care und leitet das Pflegeteam West bei der Spitex Heitersberg*

