

# Was passiert in der Nacht?

Lucia Erne und Franziska Hufschmid

## **Die Betreuung von hilfsbedürftigen Personen rund um die Uhr stellt vor allem für Angehörige eine besondere Herausforderung dar.**

Sie übernehmen eine wichtige Rolle in der Betreuung hilfsbedürftiger Personen. Sie koordinieren die Termine, regeln die Administration, unterstützen im Alltag, leisten Gesellschaft und emotionalen Beistand, betreuen, pflegen, erbringen medizinische Hilfe und sorgen dafür, dass es der Person gut geht. Wenn die Pflege und Betreuung auch nachts gewährleistet werden muss – z.B. bei einer Demenz-Erkrankung, wenn der Tag-Nacht-Rhythmus gestört ist oder in palliativen Situationen – können Angehörige an ihre physische und psychische Grenze stossen, weil sie nicht genügend Schlaf bekommen, um sich zu erholen.

## **Die Spitex kann mit ihren Einsätzen unterstützen, beraten und damit zur Entlastung beitragen.**

Die Mitarbeitenden der Spitex Heitersberg leisten die Einsätze bei den Klientinnen und Klienten zu Hause in der Regel von 7.00 bis 22.00 Uhr. Dabei arbeiten sie eng mit Angehörigen zusammen, denn diese sind die Experten und kennen die hilfsbedürftige Person, ihre Fähigkeiten und Wünsche am besten.

## **Aufgrund der Dienstzeiten wissen die Mitarbeitenden nicht, was in der Nacht genau passiert.**

Hier ist es wichtig, dass die Pflegefachpersonen sich mit den Angehörigen austauschen. Wenn z.B. ein Ehemann äussert, dass seine demenzkranke Ehefrau jede Stunde auf die Toilette geht und sie diese nicht findet, kann es helfen, wenn die Spitex abends einen Nachtstuhl neben das Bett stellt. Oder wenn ein sterbender Mensch nachts sehr unruhig ist, kann ein vermehrter Lagewechsel im Bett oder auch eine Aromatherapie beruhigend wirken.

## **Von Angehörigen werden die Gespräche am Abend mit den Spitex-Mitarbeitenden sehr geschätzt.**

Sie können ihre Sorgen, Ängste oder Fragen mit einer Fachperson klären. Besonders in palliativen Pflegesituationen ist kein Tag wie der andere. In einem Notfallplan ist das Vorgehen festgehalten, was in einer gesundheitlichen Krisensituation zu tun ist. Wenn dies am Abend mit einer Fachperson besprochen werden kann, gibt dies den Angehörigen für die Nacht, wenn sie allein sind, Sicherheit. Sie erhalten z.B. die Bestätigung, dass sie die Schmerzmedikation ausschöpfen sollen, wie häufig gelagert werden muss oder wann sie Sauerstoff verabreichen sollen. In der allerletzten Lebensphase bietet die Spitex Heitersberg einen Pikett-Dienst an für die Nacht, damit Angehörige anrufen können,

wenn sie nicht mehr weiter wissen. Dies geschieht immer in Absprache mit allen Beteiligten. Bei Bedarf leisten die Mitarbeitenden dann auch Nacht-Einsätze beim Klienten zu Hause.

## **Wenn die Angehörigen nicht im selben Haushalt wohnen, sind die Beobachtungen der Spitex und der Austausch mit den Angehörigen besonders wichtig.**

Was am Morgen beobachtet wird, gibt oft Hinweise darauf, wenn in der Nacht etwas Besonderes vorgefallen ist. Die Einschätzung der Pflegefachpersonen am Abend ist genauso wichtig. Angehörige, wie z.B. Kinder, sind froh, wenn sie wissen, dass abends jemand nach der Mutter schaut, nochmal den Blutzucker misst und ihr ins Bett hilft.

## **Aus einem Betreuungsbedarf kann ein Pflegebedarf werden.**

Besonders bei älteren Menschen kann sich die gesundheitliche Situation allmählich oder plötzlich verschlechtern. Wenn die Person nicht mehr allein Treppen steigen kann, nicht mehr regelmässig isst oder zunehmend dement wird, muss die Betreuung angepasst werden. Manchmal wird eine 24-h-Betreuung nötig, wenn die hilfsbedürftige Person nicht mehr allein gelassen werden kann, weil z.B. die Demenz weit fortgeschritten ist, die Sturzgefahr sehr gross ist oder sich die Person gar nicht mehr selbständig versorgen kann. Eine 24-h-Betreu-

ung heisst, dass die Person in eine Institution stationär eintritt oder zu Hause eine Betreuung rund um die Uhr zur Verfügung steht. Dies kann ein Angehöriger sein, oder eine Betreuung, welche von einer Agentur vermittelt wird. Die Entscheidung für eine geeignete Lösung fällt nicht immer leicht und ist nicht zuletzt ein Kostenfaktor.

**Fast alle Menschen haben den Wunsch, so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden zu leben.**

Betreuung und Pflege zu Hause funktionieren nur, wenn das Betreuungssystem von professionellen Leistungserbringern und Angehörigen zusammenspielt. Die Zusammenarbeit mit den Angehörigen von unseren Klienten – egal welchen Alters – liegt der Spitex Heitersberg sehr am Herzen. Gemeinsam soll ein für alle Beteiligte optimales Betreuungssystem aufgebaut werden. Ich bin überzeugt, dass der Bedarf an Nachtwachen und Nachtdiensten in Zukunft steigen wird aufgrund der demografischen Entwicklung und der selbstbestimmten Lebensweisen. Hier besteht sicherlich noch Handlungsbedarf und in der Politik sollte ein Umdenken stattfinden. Denn je länger jemand zu Hause bleiben kann, desto mehr entlastet dies sowohl das Gesundheitswesen wie auch die Gesundheitskosten.



**Lucia Erne (links) ist Pflegefachfrau HF mit CAS Case Management und seit 2021 als Leiterin Qualität bei der Spitex Heitersberg tätig. Franziska Hufschmid (rechts) ist Pflegefachfrau HF und seit 2009 bei der Spitex Heitersberg im Einsatz.**

**Lucia Erne im Gespräch mit Franziska Hufschmid**

**Wie kam es dazu, dass du fast ausschliesslich im Spätdienst arbeitest?**

*Aus familiären Gründen habe ich mich dazu entschieden. Am Abend ist die Kinderbetreuung gewährleistet und ich kann unbeschwert arbeiten. Am Wochenende arbeite ich manchmal auch auf dem Tagdienst.*

**Was ist der Unterschied zwischen dem Tagdienst und den Einsätzen am Abend?**

*Am Abend betreue ich in der Regel Klienten, welche jeden Tag Einsätze haben. Das gibt eine gewisse Konstanz und ich kenne die meisten Klienten gut.*

*Abends sind die Einsätze im Durchschnitt kürzer als tagsüber. Im Tagdienst gibt es viele Einsätze, welche nur ein- oder zweimal in der Woche stattfinden. Dann kenne ich die Klienten nicht immer so gut, um eine vertraute Beziehung aufzubauen. Viele Klienten sind tagsüber allein. Sie freuen sich, wenn sie mich abends sehen und noch einige Worte austauschen können. Die Stimmung ist allgemein ruhiger, die Klienten sind schon langsam «auf dem Weg ins Bett».*

**Welche Tätigkeiten führst du abends am meisten durch?**

*Die häufigsten Tätigkeiten sind Stützstrümpfe ausziehen, Blutzucker messen, Insulin spritzen, Medika-*

mente abgeben oder kontrollieren, ob sie eingenommen wurden, und Injektionen. Dann gibt es natürlich viele Klienten, denen ich helfe «sich bettfertig» zu machen: Pyjama anziehen, Zähne putzen, ein Glas Wasser ans Bett stellen, das Nachtlicht einschalten, und einigen helfe ich auch, ins Bett zu gehen. Wenn ein Klient in einer palliativen Situation betreut wird, mache ich diesen Einsatz zum Schluss der Runde, damit ich keinen Zeitdruck habe und die Nacht für die Angehörigen kürzer wird. Hier ist der Austausch mit den Angehörigen wichtig, denn die Situation kann sich von Tag zu Tag ändern. Manchmal gehen wir den Notfallplan nochmal durch, besprechen die Schmerz-Medikation oder sonstige Massnahmen, welche nötig werden können. Gemeinsam entscheiden wir auch, wann ein Pikett-Dienst nötig ist. Den Klienten versorge ich, dass er sich wohl fühlt. Dazu gehört z.B. die Lagerung, Mundpflege, das Erfrischen, eine Intimpflege oder was immer dem Klienten guttut. In diesen Situationen muss man spüren, was für den Klienten wichtig ist und wo die Angehörigen Unterstützung oder Beratung brauchen.

### Wie erlebst du die Situation bei Klientinnen und Klienten, welche von einer Agentur eine 24-h-Betreuung zu Hause angestellt haben?

Ich finde das eine gute Sache, es hat sich bewährt. Und die Klienten sind glücklich, wenn sie zu Hause bleiben können. Wenn ich weiss, dass in der Nacht jemand da ist, der sich um den Klienten kümmert, wenn er Hilfe braucht, gehe ich mit einem besseren Gefühl nach Hause. Die Betreuerinnen leben sich schnell ein und wissen, was zu tun ist. Sie kennen die Person gut, ihre Wünsche und Eigenheiten und geben auch Rückmeldung, wie es ihr geht oder auch, was nachts das Problem ist. Für mich gibt es eigentlich keine Nachteile.

### Wie gehst du mit der Belastung um, wenn du als Pflegefachkraft die Verantwortung hast und für andere Mitarbeitende, die noch unterwegs sind, erreichbar sein musst bei Fragen, Problemen und Notfällen?

Dadurch, dass ich viele Klienten gut kenne, weiss ich meistens, was zu tun ist. Das Abenddienst-Team ist

eingespielt und pflegt einen guten Austausch. Bei Problemen helfen wir einander aus, so dass jede Person die Arbeit bewältigen kann. Bei einem gesundheitlichen/medizinischen Notfall fehlt mir manchmal der Austausch mit anderen Pflegefachpersonen schon. Ich habe auch schon die «Mobilen Ärzte» angerufen, um mich fachlich zu besprechen. In «kritischen» Situationen rufe ich die Angehörigen an, um sie zu informieren. Sie sind abends meist eher erreichbar als tagsüber, was ich sehr schätze. Aber es ist nicht immer einfach, sich abzugrenzen, wenn man nach einer kritischen Situation einfach zum nächsten Klienten geht. Das beschäftigt mich dann noch nach Dienstschluss. Manchmal lese ich am nächsten Tag den Verlaufsbericht des Morgen-Einsatzes, damit ich weiss, ob nachts alles gut gegangen ist.

### Haben Sie Fragen?

Rufen Sie uns an: Telefon 056 481 70 80  
oder besuchen Sie uns im Internet:  
[www.spitex-heitersberg.ch](http://www.spitex-heitersberg.ch)

# SPITEX-NOTRUF

Hilfe auf Knopfdruck  
ab CHF 58.00 pro Monat.