

Palliative Care in der Spitex Heitersberg

«Ein Mensch hofft, solange er lebt – und jeder Abschied ist einzigartig»

Regula Deubelbeiss und Christine Wettstein sind beide erfahrene Pflegefachfrauen der Spitex Heitersberg. Seit vielen Jahren begleiten sie schwerkranke Menschen und deren Angehörige. Im Gespräch erzählen sie, was Palliative Care zu Hause bedeutet, welche Herausforderungen sie sehen – und wie kostbar diese Arbeit ist.

Was hat dich dazu bewogen, in der palliativen Pflege zu arbeiten?

Regula Deubelbeiss: Ich wollte schon immer Menschen begleiten, die mit einer schweren Krankheit leben. Palliative Care bedeutet nicht nur Sterbebegleitung, sondern auch Leiden lindern und Lebensqualität erhalten – bei jungen wie älteren Menschen.

Christine Wettstein: Mir ist es wichtig, dass Menschen auch dann, wenn eine kurative Behandlung keinen Sinn mehr macht, nach ihren Wünschen begleitet werden.

Was ist dir in der Begleitung besonders wichtig?

Christine Wettstein: Im Zentrum stehen der Mensch und seine Wünsche. Gleichzeitig sehe ich auch die Angehörigen, nehme ihre Bedürfnisse und Grenzen wahr und unterstütze sie.

Regula Deubelbeiss: Dass Menschen ernst genommen werden. Wir suchen gemeinsam nach Wegen, Beschwerden zu lindern, und schaffen Raum für das, was noch Freude bereitet.



Regula Deubelbeiss

- Pflegefachfrau HF
- Über 30 Jahre Berufserfahrung
- Seit 2020 im Team der Spitex Heitersberg
- Abschluss im interdisziplinären Lehrgang Palliative Care
- Umfassende Erfahrung in der Begleitung von Menschen mit chronischen und schweren Erkrankungen

Wie erlebst du die letzten Tage oder Stunden mit einem Menschen?

Regula Deubelbeiss: Das ist ein Prozess, den niemand genau vorhersagen kann. Diese Nähe zeigt den Menschen noch einmal in seiner ganzen Persönlichkeit – und das bewegt mich jedes Mal.

Christine Wettstein: Jeder Mensch geht seinen eigenen Weg. Dabei gibt es traurige, ernste, aber auch heitere Momente. Ich versuche, dort zu unterstützen, wo es nötig ist.

Was macht für dich einen würdevollen Abschied aus?

Christine Wettstein: Ein ruhiges Umfeld, in dem Symptome wie Schmerzen, Atemnot oder Angst gelindert sind. Angehörige sollen Zeit und Raum haben.

Regula Deubelbeiss: Rituale können helfen, müssen aber nicht. Wichtig ist Respekt – vor der Person, ihrem Leben und ihrer Art zu gehen.

Welche Herausforderungen gibt es in deinem Alltag?

Regula Deubelbeiss: Vieles ist unplanbar. Wir müssen flexibel reagieren. Zur Arbeit gehört auch, alles so zu dokumentieren, dass das Team nahtlos anknüpfen kann.

Christine Wettstein: Oft muss in kurzer Zeit alles organisiert werden – Hilfsmittel, Medikamente, Termine. Das braucht Ressourcen und Flexibilität.



Christine Wettstein

- Pflegefachfrau HF
- Über 35 Jahre Berufserfahrung
- Seit 2011 im Team der Spitex Heitersberg
- Abschluss im interdisziplinären Lehrgang Palliative Care
- Langjährige Erfahrung bei komplexen Pflegesituationen

Was gibt dir Kraft in diesem Beruf?

Christine Wettstein: Der Austausch im Team – und der Ausgleich in der Natur, ob im Garten, beim Wandern oder Skifahren.

Regula Deubelbeiss: Privat tanke ich Kraft in der Natur, mit Musik oder im Garten. Manchmal braucht es auch einfach Ruhe – wie bei einer Seifenblase.

Was braucht es, damit Palliative Care zu Hause gelingt?

Regula Deubelbeiss: Der Wunsch des Patienten steht an erster Stelle. Dann braucht es ein stabiles Netzwerk von Ärzten, Angehörigen, Nachbarn. Auch der Wohnraum muss passen.

Christine Wettstein: Viele Rädchen müssen ineinandergreifen. Idealerweise gäbe es mobile Palliativteams mit Ärzten – denn es gibt immer weniger Hausärzte, die Hausbesuche machen.

Wann ist Palliative Care sinnvoll?

Christine Wettstein: Immer dann, wenn es um Lebensqualität geht – etwa nach der Diagnose einer schweren Krankheit oder wenn eine Behandlung abgebrochen wird.

Regula Deubelbeiss: Der Übergang ist oft fließend. Es geht nicht nur ums Sterben, sondern um das Leben mit einer Krankheit. Wir arbeiten mit dem Konzept SENS: Symptom, Entscheidungsfindung, Netzwerk, Support.

Wie unterstützt du Angehörige?

Regula Deubelbeiss: Vor allem durch da sein und Zuhören. Manchmal ist das Ende eines Lebens wie ein Schiff, das wir in den Hafen lotsen – und wenn dieser besetzt ist, finden wir einen anderen Platz.

Christine Wettstein: Indem ich Angehörige eng begleite, vorausschauend informiere und auf Entlastungsmöglichkeiten hinweise.

Gibt es Beispiele, die zeigen, was Palliative Care leisten kann?

Christine Wettstein: Das vertraute Umfeld zu Hause wirkt oft beruhigend. Wir kennen die Klientinnen und Klienten meist schon länger und können gezielt auf ihre Bedürfnisse eingehen.

Regula Deubelbeiss: Eine Patientin wollte unbedingt zu Hause bleiben. Wir begleiteten sie in stabilen und wechselvollen Tagen bis zu den letzten Stunden in ihrem Wohnzimmer – ganz nach ihrem Wunsch.

Was wünschst du dir für die Zukunft der Palliative Care?

Regula Deubelbeiss: Dass sie nicht unter Kostendruck leidet, sondern von gesundem Menschenverstand getragen wird.

Christine Wettstein: Dass es gelingt, die Netzwerke auszubauen. Immer mehr Menschen möchten zu Hause sterben – diesem Wunsch sollten wir gerecht werden können. ●