



«Eine soziale Ader hatte ich immer»

Die Spitex hilft nicht nur bei der Pflege, sondern auch im Haushalt. Eine Mitarbeiterin erzählt von ihren berührenden Begegnungen.

«Menschen muss man gerne haben, sonst ist man hier am falschen Platz», stellt Claudine R. bei unserem Treffen fest. Die 57-Jährige arbeitet seit bald 19 Jahren als hauswirtschaftliche Mitarbeiterin bei der Spitex Zürich im Zentrum Wipkingen/Industrie. Allerdings mit einem Jahr Pause, weil sie 2007 in Frankreich lebte. Doch wirklich glücklich sei sie nur hier. Früher hat sie im Detailhandel gearbeitet. Jeden Tag von 7.45 bis 20.15 Uhr. Zufrieden war sie aber nicht. Da kam das Angebot, bei der Spitex zu schnuppern, gerade recht. Sie blieb und machte die Prüfung zur Hauswirtschaftsfachfrau. «Eine soziale Ader hatte ich schon immer und gute Menschenkenntnis habe ich mir im Verkauf angeeignet.»

Technik erleichtert Koordination
«Mein Beruf ist sehr spannend und vielfältig. Jeder Einsatz ist anders», beschreibt die Spitex-Angestellte ihre Arbeit. Ihr Tag beginnt bereits um 6.15 Uhr mit einem ersten Blick auf den Tablet-Computer, um den Einsatzplan zu studieren. So sieht sie gleich, ob sie für einen Kunden zuerst einkaufen darf, für einen neuen Klienten den Schlüssel im Spitex-Zentrum holen muss oder kurzfristig einspringen soll, weil eine Kollegin krank geworden ist. Sie ist zu Fuss, mit dem Bus oder Tram unterwegs. In ihren Rucksack packt sie neben persönlichen Sachen und dem Znüni die blaue Spitex-Schürze, Handschuhe, Desinfektionsmittel sowie einen Mundschutz. Zudem bringt sie all ihren Kunden eine Gratis-Zeitung mit.



Claudine R. arbeitet als hauswirtschaftliche Mitarbeiterin bei Spitex. zVg



Noch möglichst lange in den eigenen vier Wänden leben dank der Spitex. zVg

Auch tagsüber werden Claudine R. und ihre Kolleginnen und Kollegen immer wieder mit dem portablen Computer ihre Einsätze abstimmen. Eine riesige Organisation steckt dahinter: Insgesamt hat die Spitex Zürich 1500 Mitarbeitende für 10'000 Klienten. Nicht nur betagte und kranke Personen bekommen so regelmässig Hilfe. Auch Wöchnerinnen sind froh um jede Unterstützung oder Snowboardfahr-

«Wir entlasten auch pflegende Angehörige.»

rer, die nach einem Unfall kurzzeitig zwei helfende Hände brauchen. «Einer meiner Stammkunden ist erst 20 Jahre alt. Er hat durch einen Hirntumor fast vollständig sein Augenlicht verloren. Ich helfe ihm, dass er alleine und möglichst selbstständig leben kann», erzählt die Mitarbeiterin weiter.

Entlastung für alle

«Was Klienten noch selber machen können, nehme ich nicht weg. Wir entlasten auch pflegende Angehörige und schauen, dass jeder noch möglichst lange zu Hause bleiben kann.» Bei Personen mit Demenz bewirken kleine Dinge zur Sicherheit viel. Etwa ein Timer, der nach 15 Minuten automatisch die Herdplatte ausschaltet. «Oder wir stellen einen Wasserkocher hin.»

Spitex-Mitarbeitende müssen sich schnell auf neue Situation einstellen können. Eine hohe Entscheidungskompetenz hält die bald 58-Jährige ebenfalls für wichtig. Gewisse Dinge könne man aber nicht alleine bestimmen. Diese müssen vorher mit

der Familie abgesprochen werden. «Eine betagte Frau kam jeden Morgen kaum mehr aus dem Bett. Zwar ein wunderschönes Erbstück, aber viel zu tief für sie», erinnert sich die Mitarbeiterin. Sie habe dann abgeklärt, ob Geld für ein massgefertigtes Bett vom Schreiner vorhanden wäre. «Noch heute bedankt sich die Dame fast jedes Mal, wenn sie mich sieht.» Erst neulich habe sie bei einer weiteren Kundin bemerkt, dass der Kühlschrank leer ist. Dann brauche es Fingerspitzengefühl. Sie habe sich mit der älteren Dame hingesezt, um mit ihr auf Augenhöhe zu reden. Es sei ihr zu kalt zum Einkaufen und der Gehweg sei gefroren, so die Antwort. Deshalb koche sie nur mit Konserven. Sie hätte aber gerne wieder einmal einen saftigen Apfel. «Ich habe ihr angeboten, einkaufen zu gehen. Da sie aber kein Geld daheim hatte, konnten wir es so organisieren, dass ihr Sohn von nun an regelmässig eine Bezahlkarte auflädt, mit der ich frisches Obst holen kann.» Bei neuen Klienten muss zuerst Schritt für Schritt ein Vertrauensverhältnis aufgebaut werden. Schliesslich sei sie zu Beginn eine Fremde, die hereingelassen werde. «Wenn jemand nicht mehr gut riecht, dann versuche ich das vorsichtig anzusprechen. Beim dritten Mal denken sie, die hat vielleicht recht.»

Auch sie benötigte Hilfe

Vor 14 Monaten musste sich Claudine R. den Rücken operieren lassen. Am vierten Tag wollte sie bereits das Krankenhaus verlassen, da es ihr mit drei Zimmergenossinnen zu laut war. Zuhause brauchte sie die Unterstützung der Spitex, um möglichst rasch wieder Selbständig-

keit zu erlangen. «Das war ein sehr seltsames Gefühl. Ich kam mir wie meine älteren Klienten vor. Was? Ein Mann kommt mich waschen und sieht mich nackt?» Inzwischen versteht sie besser, warum manche «so dumm tun». Denn: «Ich habe mich geschämt, auch wenn der Spitex-Mitarbeiter bloss meinen Rücken waschen sollte», erinnert sie sich an die Zeit.

«Natürlich ist es nicht immer einfach. Manchmal wird der Einsatz auch zur Herausforderung», gesteht sie. «Um 8 Uhr morgens eine Person tot vorzufinden, auch das gehört dazu.» In solchen Momenten ist ihre Familie eine wichtige Stütze. Aber: «Ich erzähle das nicht meinen Liebsten. Man sollte nichts heimbringen», ist sie überzeugt. Zudem haben die Mitarbeiter eine Schweigepflicht. Um doch über schwierige Situationen reden zu können, bietet die Spitex eine Anlaufstelle an. Auch nach dem Tod eines Klienten will sich Claudine R. an schöne oder lustige Momente erinnern. Etwa daran, dass ein Herr jeden Tag Rösti wollte – aber nicht etwa für sich,

«Jeder Einsatz ist anders.»

sondern für seinen Hund. Er sagte immer: «Egal, was Sie für mich kochen, aber der Hund braucht seine Rösti!» Den Wunsch habe sie ihm gerne erfüllt. Die fleissige Spitex-Frau hat mit 18 Jahren ihre Jugendliebe geheiratet, ein halbes Jahr später kam ihr Sohn zur Welt. «Nach so vielen Jahren immer noch mit demselben Partner

Haben Sie einen besonderen Themenwunsch?

Worauf sind Sie neugierig? Was interessiert Sie brennend? Schreiben Sie es uns auf info@gesundheit-heute.ch

Unser Thema am nächsten Samstag, 23. Februar 2019, 18.10 Uhr: «Die Krankheit der norwegischen Kronprinzessin»

gesundheit heute
wohldosiert informiert

zusammen zu sein, ist schon eine Leistung», stellt sie fest und lacht. Nun freuen sich die beiden auf mehr gemeinsame Zeit, denn seine Pensionierung steht bald an. «Er kocht eben so gut!», verrät sie noch und eilt mit ihrem Rucksack sowie einem Stapel Gratis-Zeitungen zum nächsten Einsatz.

Danica Gröblich ist Redaktorin bei «gesundheit heute», der Gesundheits-sendung am Samstagabend auf SRF1.

Wer hat Anspruch auf Spitex-Hilfe?

Für die Spitex pflegen und unterstützen Fachpersonen Menschen jeden Alters zu Hause. Angefordert werden kann die Hilfe bei körperlichen und psychischen Krankheiten, bei Altersbeschwerden, nach Unfällen oder nach einer Geburt. Die obligatorische Krankenkasse bezahlt die Pflegeleistungen. Dazu braucht es eine Spitex-Verordnung vom Arzt. Die Hauswirtschaftshilfe wird nicht durch die Grundversicherung bezahlt. Eine Zusatzversicherung ist nötig.

Was muss selber bezahlt werden?

- Jahresfranchise der Krankenkasse
- 10% der Kosten der Pflegeleistungen (Selbstbehalt)
- Patientenbeteiligung bei Pflegeleistungen (max. CHF 15.95/Tag, je nach Kanton)
- Die Kosten der Hauswirtschaftshilfe

Weitere Informationen:
www.spitex.ch und www.gesundheit-heute.ch

Anzeige

gesundheit heute
wohldosiert informiert



Die Krankheit der norwegischen Kronprinzessin

Dr. Jeanne Fürst

Die Sendung ermöglichen: Universitätsklinik Balgrist, Interpharma, Vamed Rehakliniken, Viollier

Mette Marit, die 45jährige norwegische Kronprinzessin leidet an Lungenfibrose, einer unheilbaren Lungenkrankheit. In der Schweiz sind 300 Menschen davon betroffen. Die Dunkelziffer dürfte noch weitaus höher sein. Die Betroffenen leiden unter Atemnot, Erschöpfung und chronischer Müdigkeit.

gesundheit heute zeigt, welche Behandlungen es heutzutage gibt. Über Risikofaktoren, Symptome und Therapiemöglichkeiten spricht Dr. Jeanne Fürst mit Prof. Thomas Geiser, Chefarzt Pneumologie am Inselspital in Bern.

Schweizer Fernsehen

Samstag, 23. Februar 2019, 18.10 Uhr



Wiederholungen:

Sonntag, 24. Febr. 2019, 09.30 Uhr, SRF 1 und 20.30 Uhr, SRF info

Weitere Informationen auf www.gesundheit-heute.ch