



magnao

GESUNDHEITSMAGAZIN AARGAU OST

Pflege im Fokus



> ab Seite 4

Multitalent im Kasack.

Wer heute in die Pflege einsteigt, kann zahlreiche Spezialisierungen wählen und rennt überall weit offene Türen ein.

> Seiten 20/21

Geocaching in der Schweiz.

Was Geocaching ist und wie Sie am besten auf die Suche gehen: ein Ratgeber über die moderne Schatzsuche von Ramona Jakob.

> Seite 3

Holen Sie sich die GNAO-App.

Finden Sie alle Informationen zu den 17 GNAO-Partnern und einen topaktuellen Event-Kalender auf der GNAO-Web-App.



KONZEPTE UND IDEEN, DIE WIRKEN.

KOMPAKT.CH

Editorial

Viel mehr als **systemrelevant**.

Liebe Leserinnen und Leser

Als die WHO das Jahr 2020 zum «Jahr der Pflegenden und Hebammen» ausrief, wusste noch niemand, wie schnell Menschen in Pflegeberufen dieses Jahr tatsächlich in den Fokus der weltweiten Aufmerksamkeit rücken würden. Und zwar nicht wegen einer besonders durchdachten Werbekampagne, sondern weil ein klitzekleines Virus auftauchte und Millionen von Menschen rund um den Planeten erkrankten liess. Es richtete das Licht auf jene, welche in eiligst umorganisierten Spitälern die Menschen vor dem Tod zu bewahren versuchten. Pflegepersonal war plötzlich offiziell «systemrelevant».

Dabei sind jene, die täglich Menschen daheim und in Institutionen pflegen und betreuen, schon immer unentbehrlich gewesen. Sie kümmern sich um Kranke und Verletzte, um Frischgeborene und ihre Mütter, um alte Menschen und um psychisch Erkrankte. Sie begleiten Menschen in existenziellen Lebensmomenten und sind für viele gar die einzige Person, die ihnen hilft, durch den Tag zu kommen. Sie tun dies mit hohem Fachwissen und unter Einsatz ihrer Körperkraft, mit



Gesundheits-Netz Aargau Ost

viel Flexibilität, oftmals in Schichtarbeit, in einem sehr dynamischen Umfeld.

Die Palette des Spezialwissens von Pflegenden hat sich in den letzten 30 Jahren enorm erweitert, Pflegenden führen ihre Arbeiten heute in einer hohen Eigenverantwortung und vielerorts auf Augenhöhe mit den Ärzten aus. Dennoch blieb die öffentliche Anerkennung bis zum Auftauchen von Covid-19 den Spitzenmedizinern vorenthalten. Dass nun der Wert der Pflege endlich ins öffentliche Bewusstsein rückte, ist richtig und wichtig. Die alternde Gesellschaft wird künftig nämlich noch auf Zehntausende Pflegenden mehr angewiesen sein.

Im Gesundheits-Netz Aargau Ost mit seinen Spitälern, Pflegezentren, Rehabilitationskliniken, ambulanten und psychiatrischen Diensten lässt sich 24 Stunden pro Tag erleben, wie zentral die Pflege für die Gesellschaft ist. Lesen Sie in diesem Heft über die Leidenschaft und Kompetenzen einer grossen Berufsgruppe, die sich tagtäglich dafür einsetzt, Menschen physisch und psychisch aufzurichten.

Ihr Gesundheits-Netz Aargau Ost

Wir sind das Gesundheits-Netz Aargau Ost (GNAO)



Herausgeberin GNAO – Gesundheits-Netz Aargau Ost

Redaktion, Konzept, Gestaltung, Produktionsleitung KOMPAKT AG Kommunikation, LSA, Baden

Produktion, Druck und Versand Vogt-Schild Druck AG, Derendingen

Texte plegimuri | RehaClinic Bad Zurzach | KOMPAKT AG Kommunikation, LSA, Baden

Fotos Frédéric Giger, Suhr, Seiten 12, 13 | Daniel Hager, Zürich, Seite 25 | Pat Wettstein, Nussbaumen, Seiten 29, 34 | Stefan Wey, Kantonsspital Baden AG, Seiten 14, 27, 30 | Rehaklinik Bellikon, Seiten 22, 23 | Jürg Waldmeier, Zürich Seite 33 | zVg, Seiten 8, 11, 16, 17, 18, 24

Für aktuelle Fotos dieser Ausgabe wurde entweder die Maskenpflicht befolgt oder die Sicherheitsabstände wurden eingehalten. Andere Bilder datieren von vor dem Ausbruch der Covid-19-Pandemie.

Auflage 150 300 Ex. | **Verbreitung** Ostaargau

Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem, FSC®-zertifiziertem Papier

gedruckt in der schweiz

GNAO-App

Die GNAO-App zeigt Wirkung.

Die App vom Gesundheits-Netz Aargau Ost liefert Ihnen einfach und übersichtlich alle Informationen zu den 17 GNAO-Partnern. Dazu gehört ein Eventkalender mit allen wichtigen Terminen im Ostaargauer Gesundheitswesen. Auch sämtliche Artikel der bisherigen fünf «magnao» sind hier zu finden.

Bestimmen Sie aus einer umfassenden Auswahl selber, über welche Themen Sie per Push-Nachricht informiert werden wollen.

Gratis-Download im App Store und Google Play Store.



Multitalent im Kasack.*

Der Pflegeberuf hat eine enorme Entwicklung hinter sich. Wer heute in die Pflege einsteigt, kann zahlreiche Spezialisierungen wählen und rennt überall weit offene Türen ein. Die Gesellschaft ist dringend auf Pflegende angewiesen.

Bei den Recherchen für dieses Heft wurden zahlreiche Pflegende gefragt, warum sie diesen Beruf gewählt haben. Die Antworten lauteten immer ähnlich: «Ich wollte mit Menschen arbeiten.» Fast alle erinnerten sich an eine besonders liebe – damals noch sogenannte – «Krankenschwester», die sie im Spital erlebt hatten: Eine Person, die ihnen das Gefühl von aufgehobenem sein vermittelte und mit einem unsichtbaren Zauberstab die Spitalwelt erhellte. So jemand wollten sie auch werden.

Hunderte junge Menschen, vor allem Frauen, treten jährlich eine Ausbildung in einem Pflege- oder Hebammenberuf an, als Assistent/-in Gesundheit und Soziales, als Fachfrau/-mann Gesundheit, als Pflegefachfrau/-mann oder als Hebamme. Dabei eignen sie sich eine enorme Bandbreite an Wissen an: rund um den Gesundheitszustand

eines Menschen, um pflegerische Massnahmen und um die Arbeit im interprofessionellen Team. Sie lernen zu planen, informieren und dokumentieren und je nach Ausbildungsstufe Verantwortung und Leitung zu übernehmen. In einem Alter, in dem die meisten am liebsten mit Gleichaltrigen unterwegs sind und Krankheit und Tod in ferner Zukunft zu liegen scheinen, tauchen sie ein in die Lebensgeschichten und existenziellen Momente von Menschen jeden Alters.

Spital, Reha oder lieber Pflegezentrum?

Wer einen Pflegeberuf wählt, dem stehen dutzende Richtungen offen: Akutspital, Rehabilitationsklinik, ambulante Dienste wie Spitex und ambulante medizinische Zentren, Psychiatrie und Langzeitpflege. Die Palette an Weiterbildungen und Spezialisierungen ist gross, und auch die Möglichkeiten, Teilzeit zu arbeiten. Das Jobangebot ist riesig, denn zahlreiche Institutionen suchen händeringend nach Pflegepersonal. Der Anteil älterer Menschen in der Gesellschaft wird immer grösser, der Pflegebedarf wächst. Die Schweizerische Gesundheitsdirektorenkonferenz und OdASanté, die Nationale Dach-Organisation der Arbeitswelt Gesundheit, schätzen, dass die Schweiz

bis zum Jahr 2030 65000 zusätzliche Pflegende benötigt – das entspricht etwa der Einwohnerzahl von Lugano, der neuntgrössten Stadt der Schweiz.

Was nach rosigen Jobaussichten klingt, hat eine problematische Kehrseite: Noch weiss niemand, wie sich der Fachkräftemangel beheben lässt. Dieser beruht nämlich nicht nur auf der wachsenden Anzahl pflegebedürftiger Menschen. Sondern auch auf der Tatsache, dass viele Pflegende ihre Arbeit zwar als sinnvoll und erfüllend empfinden, so manche aber irgendwann ans Aussteigen denken. Der steigende Kostendruck äussert sich vielerorts in belastenden Arbeitsbedingungen. Der Schweizer Verband der

Pflegefachpersonen SBK fordert deshalb seit Jahren eine stärkere Anerkennung des Pflegeberufs und damit verbesserte Rahmenbedingungen, mehr Personal und mehr Lohn. Zahlreiche Gesundheitsinstitutionen sind schon länger damit beschäftigt, das Arbeitsumfeld so attraktiv wie möglich zu gestalten, doch die Politik ist ebenfalls gefordert.

Für den Dank am Krankenbett

Wie gross die Liebe für den Beruf trotz allem ist, demonstrieren zahlreiche Menschen in dieser Ausgabe von «magnao». Sie arbeiten nicht für den grossen Applaus, der mitten in der Corona-Krise am

20. März von Balkonen in der ganzen Schweiz ertönte, auch wenn sich viele natürlich darüber freuen. Sie tun es für die Momente am Krankenbett: wenn sie die Dankbarkeit und das Vertrauen spüren, die Patienten und ihre Angehörigen ihnen entgegenbringen.

Wenn sie fühlen, dass der Mensch vor ihnen gerade das erlebt, was sie selbst damals als Kind erfahren: das Gefühl, trotz Krankheit und Verletzung Mensch zu sein, gesehen und umsorgt zu werden.



* Ein **Kasack** (auch Kasak) ist ein Kleidungsstück, das vorrangig von Mitarbeitern in der Pflege und im medizinischen Bereich getragen wird. Das Wort Kasack kommt vom französischen casaque (weitere Herkunft ungeklärt)[1] und beschreibt ursprünglich eine dreiviertellange Damenbluse. Kasacks gibt es in verschiedenen Ausführungen. Die herkömmliche Form ist ein geschlossenes kurzärmeliges Hemd mit einem überschnittenen V-Ausschnitt, meist mit einer Brusttasche und zwei Seitentaschen etwa auf Hüfthöhe, ähnlich einem Laborkittel. (Quelle: Wikipedia)

Pflege: eine breite Palette von Spezialisierungen.

Fachpersonen Gesundheit und diplomierte Pflegefachpersonen arbeiten in den verschiedensten Bereichen mit unterschiedlichen Spezialisierungen. Welche Kompetenzen wo gefragt sind, zeigt die Übersicht der GNAO-Institutionen.



Langzeitpflege in Institutionen

Pflegefachpersonen organisieren die **Grund- und Behandlungspflege** sowie die **Betreuung. Spezialisierungen in den Bereichen Geriatrie, Demenz, Schwerstpflege, Gerontopsychiatrie, Palliativpflege.** Die Pflegenden werden gemäss ihren Kompetenzen / Abschlüssen eingesetzt. Die Beziehung zu den Bewohnern ist eng und dauert zwischen wenigen Wochen und Jahren. Die Pflege und Betreuung ist darauf ausgerichtet, die Gesundheit der Bewohnenden zu erhalten und wenn möglich zu fördern. Die Pflegepersonen sind **Ansprechpersonen für die Bewohnenden und Angehörigen.**



Hausärzte

Hausärzte und Pflegefachpersonen ambulanter Dienste wie die Spitex, PalliativeSpitex, Wundversorgung sind **wichtige Partner in der Gesundheitsversorgung in der Gemeinde** und haben **viele Berührungspunkte.** Hausärzte sehen die Patienten in der Praxis oder bei Hausbesuchen, stellen die Diagnose, erkennen potenzielle weitere Probleme und leiten Therapien und Behandlung ein, die ambulante Dienste leisten für die Pflege und Betreuung zu Hause. Diese bleiben in **regelmässigem Austausch** mit den Hausärzten.



Langzeitpflege daheim / Spitex

Pflegefachpersonen in der Spitex **pflegen und unterstützen Menschen jeden Alters bei körperlichen und psychischen Krankheiten, bei Altersbeschwerden, nach Unfällen und auch während der Mutterschaft.** So sollen Klienten trotz Einschränkungen **möglichst in ihrem gewohnten Umfeld verbleiben oder früher von einem stationären Aufenthalt nach Hause zurückkehren** können. Das Angebot geht von der **einfachen Grundpflege** über das **Versorgen von chronischen Wunden**, bis hin zur Betreuung von Klienten in **palliativen Situationen.** Komplexe Situationen werden in Fallbesprechungen diskutiert, im Bedarfsfall werden Fachspezialisten aus den Fachgruppen beigezogen. Die Leistungen werden **im privaten Umfeld und auch in Institutionen** erbracht, etwa in der Stiftung Faro.



Psychiatrie

Psychische Erkrankungen sind **multifaktoriell**, eine **ganzheitliche Betrachtung des Menschen** ist zentral. Die psychiatrische Pflege erfordert viel Fachwissen, Kompetenzen in medizintechnischen Verrichtungen und eine **interprofessionelle Zusammenarbeit.** Das **Kerngeschäft von Pflegefachpersonen ist eine professionelle Beziehungsgestaltung** mit dem Patienten – unabhängig von den Fachgebieten und Schwerpunkten, die es bei den PDAG gibt. **Kommunikation** ist eines der wichtigsten Werkzeuge. Ebenso wichtig ist die **Ressourcenförderung.** Die Patienten sollen lernen, ihre Stärken zu nutzen und Krisen besser zu bewältigen. Da ein vertrauensvolles Umfeld die psychische Gesundheit und Genesung fördert, arbeitet das Pflegepersonal **sozial vernetzt** und bezieht die Angehörigen mit ein.



Apotheken

Apotheken sind für Pflegefachpersonen in ambulanten Diensten wie der Spitex sowie in Langzeitpflege-Institutionen in erster Linie der Ort für **Medikamente, Pflegematerial und Hilfsmittel.** Häufig findet auch ein **beratender Austausch** statt, etwa bezüglich Wundversorgung, Medikamentenabgabe via Sonden und Generika. Immer häufiger richten Apotheken bereits die Medikamente für die Klienten der Spitex. **Medikamenten-Interaktionen** werden vermieden und Medikationen mit den Ärzten abgestimmt.



Akutspital

Das Pflegepersonal betreut und behandelt Patienten, die primär wegen einer **akuten Situation** im Spital **versorgt** werden müssen. Der Aufenthalt ist zeitlich begrenzt, der Fokus liegt auf einem **möglichst schnellen Aus- oder Übertritt.** Viele Patienten haben komplexe Diagnosen oder sind chronisch krank, was von der Pflege **hohe interprofessionelle Kompetenzen** erfordert. Unvorhersehbare und instabile Situationen müssen schnell erkannt und unter Einbezug von Fachpersonen stabilisiert werden. Pflegenden müssen zudem **technisch grosses Fachwissen** aufweisen, die Überwachung der Patienten erfordert oft umfassende Messungen medizinischer Parameter. Ihre Arbeit bewältigen sie in einem **äusserst dynamischen Umfeld.**



Rehabilitationsklinik

Pflegefachpersonen **betreuen und behandeln z. B. Menschen mit muskuloskelettalen oder neurologischen** Erkrankungen und – in Bellikon – **brandverletzte Patienten** und verfügen über **vertieftes Fachwissen**, unter anderem auch in **Diagnostik und Wundbehandlung.** Die Patienten werden während eines kurzen bis langen Aufenthalts in Zusammenarbeit mit Medizin und Therapie auf dem **Weg zurück in den Alltag** begleitet. Das Ziel ist, dass der Patient die grösstmögliche Partizipation in allen Lebensbereichen zurückerlangt.



Ambulante Klinik / MZB

Persönliche, ganzheitliche Betreuung vor und nach der Operation / Behandlung. Die Pflegenden empfangt den Patienten und begleitet ihn durch den ganzen Aufenthalt mit medizinischer und persönlicher Betreuung. Enge interdisziplinäre Zusammenarbeit mit kurzen Wegen, was sich positiv auf die Patienten auswirkt. Der kurzlebige **Tagesablauf der Pflegenden richtet sich nach dem Operationsplan** und den weiteren Behandlungen in sehr schnellem Wechsel. Abends sind alle Patienten weg, und mit einem Schlag kehrt Ruhe auf der Tagesklinik ein.

Vom Siechenhaus zum Regionalen Pflegezentrum Baden.

Das Regionale Pflegezentrum Baden (RPB) schaut auf eine lange Geschichte zurück. Sie beginnt mit einem Königsmord im Jahr 1309.

Am 1. Mai 1308 hatte Johann von Schwaben, Neffe des deutschen Königs Albrecht I von Habsburg, von seinem Onkel genug. Nachdem der König ihm sein Erbe nicht aushändigen wollte, ermordete er den König, als dieser in Windisch zu Pferd unterwegs war. Der Mord veranlasste die Königswitwe und ihre Tochter Agnes, am Tatort ein Doppelkloster zu begründen, das heutige Kloster Königsfelden. Da Albrecht von Baden aus losgeritten war, liessen sie dort ein Spital bauen. Das «Agnes-Spital» stand gegenüber der katholischen Kirche am Kirchplatz. Schenkungen österreichischer Herzöge ermöglichten um 1400 zudem den Bau eines «Siechenhauses» ausserhalb der Stadt – dort wo heute das RPB steht. Während das Agnes-Spital immer mehr zum Altersasyl wurde, das sich nur noch

Reiche leisten konnten, verlegte man alle anderen Patienten ins Siechenhaus.

1863 wurde das Agnes-Spital abgerissen und ein neues, grösseres Spital dringend notwendig. Das «Städtspital» entstand 1888 im ehemaligen Siechenhaus, das inzwischen erweitert worden war. Menschen aus dem ganzen Kanton waren willkommen, doch beim Personal wurde gespart: Zwei Ingenbohrer Schwestern schufteten für minimalen Lohn, nach einigen Jahren wurde das Personal auf sieben Schwestern und eine Oberin, die den Spitalarzt unterstützten, aufgestockt. Die Zahl der Betreuten nahm jährlich zu, und Baden benötigte bald wieder ein neues Spital: Am 1. August 1912 öffnete das Städtische Krankenhaus mit 100 Betten.

Rasante Entwicklungen, neue Klientel

Dieses genügte dieses Mal 66 Jahre lang. Die rasante Entwicklung der Medizin erforderte etwas Grösseres und Moderneres, 1978 entstand in Dättwil das zweite Kantonsspital im Aargau. Das freigewordene Gebäude des Städtischen Krankenhauses eignete sich nun für eine andere Klientel: Die Menschen wurden immer älter, und es entstand zunehmend Bedarf an Pflegeplätzen für langzeit- und chronischkranke Menschen. Am gleichen Tag wie das neue Kantonsspital startete das Regionale Krankenhaus seinen Betrieb. 2001 erfuhr es eine erneute Namensänderung und wurde zum Regionalen Pflegezentrum Baden, 2016 dann mit der Umwandlung in eine Aktiengesellschaft zur «Regionales Pflegezentrum Baden AG». Wo einst zwei Nonnen tätig waren, arbeiten heute 290 Pflegendende und vier Ärzte.



Der KSB-Neubau «Agnes»

Das Architekturprojekt zum KSB-Neubau trägt den Namen «Agnes» und bezieht sich auf seine Geschichte. Das neue Spital ist nach den Prinzipien von «Healing Architecture» konzipiert. Es wird keine dunklen Flure mehr geben, sondern viel Luft und Licht. Die Arbeiten kommen planmässig voran – in eindrücklichem Tempo wächst der Rohbau in die Höhe, die Inbetriebnahme ist für 2022 vorgesehen.

Informieren Sie sich über aktuelle Entwicklungen Ihrer Gesundheitsversorgung. Erleben Sie spannende Hintergründe zum Neubau. Und lassen Sie sich immer wieder von dem überraschen, was man bisher Spital genannt hat. www.agnes22.ksb.ch



GNAO-PARTNER

Kantonsspital Baden AG
T 056 486 21 11
info@ksb.ch
www.ksb.ch



Regionales Pflegezentrum Baden AG
T 056 203 81 11
info@rpb.ch
www.rpb.ch



Pflege und Betreuung im Namen Gottes.

Nonnen und Mönche waren viele Jahrhunderte lang in Europa die einzigen, welche kranke und verletzte Menschen aufnahmen, um sie zu pflegen. Erst Ende des 19. Jahrhunderts reichten sie die Verantwortung allmählich weiter. Im Regionalen Pflegezentrum Baden blieben bis 1991 Ordensschwestern tätig.



Florence Nightingale

Als vor 30 Jahren die letzten Ingenbohrer Schwestern das Altersheim St. Anna in Baden verliessen, um ins Mutterhaus nach Brunnen zurückzukehren, ging ein fast 100-jähriges Kapitel in der Geschichte des heutigen Regionalen Pflegezentrums Baden (RPB) zu Ende. Die Schwestern waren das erste offizielle Personal, das im 1888 errichteten «Städtspital» von Baden Kranke und Verletzte behandelt und gepflegt hatte. Der Orden der Ingenbohrer Schwestern war Mitte des 19. Jahrhunderts gegründet worden, vom Kapuzinermönch Theodosius Florentini, der sich vielerorts in der Schweiz gegen die grosse Armut engagierte und durch Nonnen geleitete Volksschulen und Spitäler aufbaute. Geistliche Frauen und Männer waren jahrhundertlang die einzigen, die sich um Kranke und Arme kümmerten. Als Form der tätigen Nächstenliebe entwickelte sich das pflegerische Handeln in Europa mit der Verbreitung des Christentums. Auch in islamischen Regionen entstand diese Berufsgattung im 7. Jahrhundert auf die Initiative einer geistlichen Frau hin. Pflegeschulen und Krankenhäuser errichteten islamische Wissenschaftler gar fast 1000 Jahre vor den Europäern.

Pionierin Florence Nightingale

Erst im 19. Jahrhundert löste sich die Pflege aus den Händen von Geistlichen. Die Fortschritte in der Medizin und der Bedarf an Personal aufgrund von Kriegen benötigten systematisch geschultes Personal. Wesentliche Pflegestandards setzte die englische Krankenschwester Florence Nightingale. Dank ihr entwickelte sich nebst dem ärztlichen ein eigenständiges pflegerisches Wissen. Auch Henry Dunant, der Gründer der Internationalen Rotkreuz- und Rothalbmond-Bewegung, richtete seine Schulen nach ihren Theorien aus.

In der Schweiz prägte die Ärztin Anna Heer die Reform der Krankenpflege. Zusammen mit Marie Heim-Vögtlin gründete sie 1901 die «Schweizerische Pflegerinnenschule mit Frauenspital» und leitete damit die Ablösung der Pflege von Ordensschwestern ein. Nachdem die Narkose erfunden und die Prinzipien von Hygiene und Desinfektion bekannt waren, entwickelte sich die Spitalmedizin rasant, und es entstand ein hoher Bedarf an ausgebildetem Personal, das Patienten rund um die Uhr betreuen konnte: Der Beruf der Krankenpflegerin wurde immer mehr institutionalisiert.



seit 15 Jahren
2005 – 2020

Kompetent. Vernetzt. Persönlich.

Die Klinik im Kanton Aargau für ambulante medizinische Behandlungen und Operationen durch den Facharzt Ihrer Wahl.

Ob allgemein, halbprivat oder privat versichert: Bei uns fühlen Sie sich sicher und in besten Händen.

Medizinisches Zentrum Brugg AG
Fröhlichstrasse 7, 5200 Brugg
Tel. 056 462 61 60
info@mz-brugg.ch

mz-brugg.ch

Medizinische Kompetenz und individuelle Betreuung. Bei uns stehen Sie im Mittelpunkt.

Wie im falschen Film

Gerne widerlegen wir dieses Vorurteil.

pflegimuri.ch



Durch die Brille des Patienten schauen.

Wer mit Patienten zu tun hat, muss ihre Sichtweise einnehmen können. Christine Riner, Leiterin Tagesklinik des Medizinischen Zentrums Brugg, erinnert die Lernenden immer wieder daran.

«Als Kind besuchte ich jemanden im Spital. Eine Erinnerung ist geblieben: Die Krankenschwester – damals nannte man sie noch so – war total lieb. Ich war verzaubert von dieser Welt des «Heilens». Heute bin ich diplomierte Pflegefachfrau und leite die Tagesklinik des MZBs.

Als Patientin habe ich die Spitalwelt bei der Geburt meiner Tochter kennengelernt. Diese Sicht einnehmen zu können, ist für uns Pflegenden elementar. Den Lernenden sage ich immer: «Stellt euch vor, ihr wärt in der Situation des Patienten. Wie würdet ihr euch fühlen?» In die Tagesklinik kommen Menschen, die nervös vor dem Eingriff sind. Manche haben Angst. Unsere Aufgabe ist es, ihnen Sicherheit zu vermitteln. Das erreichen wir, indem wir empathisch, aufmerksam und kompetent auftreten. Oft trauen sich Patienten erst nicht, über ihre Angst zu sprechen. Sie sagen «Sie haben es sicher streng, ich will Sie nicht aufhalten.» Doch auch ihnen müssen wir das Gefühl geben, sich uns anvertrauen zu können.

Fühlt sich der Mensch ernst genommen und aufgehoben, gibt das ihm Sicherheit. Wir können einen Klinikaufenthalt, auf den sich ja niemand freut, zu einem positiven Erlebnis machen.

«Die Liebe zum Beruf hat eine enorme Auswirkung auf den Patienten.»

Damit das tatsächlich geschieht schauen wir, dass jeder Patient von einer Pflegefachperson vom Eintritt bis Austritt begleitet wird. Ich stelle mich jeweils vor, erkläre den Tagesablauf, messe die Werte des Patienten, bringe ihn in den Operationsaal und hole ihn nach der OP ab. Danach bringe ich etwas zu essen, bin bei der Visite dabei und entlasse ihn aus dem Spital. Am nächsten Tag rufe ich ihn an, um zu hören, ob alles gut läuft. So geben wir unseren Patienten Orientierung. Da sie nur ein Tag im MZB sind, lässt sich das gut organisieren. Wir alle sind dazu verpflichtet, uns als Vertretende des

Patienten zu verstehen. Seine Bedürfnisse müssen wir ins Team tragen können.

Die Kunst der Kommunikation ist im Pflegeberuf hoch angeschrieben. Wir haben mit den unterschiedlichsten Menschen zu tun und sollten nie von unserem Credo abweichen. Unsere jüngsten Mitarbeitenden werden trotz viel erlernter Theorie erst mal ins kalte Wasser geworfen, in diesem Alter hat man in der Regel nicht mit einem solchen Spektrum an Menschen zu tun. Ist jemand unfreundlich, aus Arroganz oder Unsicherheit, muss man damit umgehen können. Das gelingt mit der Erfahrung immer leichter. Die meisten Patienten sind aber ausgesprochen nett und dankbar für unsere Arbeit.

Da wir eng zusammenarbeiten, bekommen wir das Verhalten unserer Kollegen automatisch mit. Gibt es einen Anlass, dies zu besprechen, geschieht das im täglichen Rapport oder spontan zwischen Tür und Angel. Steht Gröberes an, besprechen wir das in der Teamsitzung.

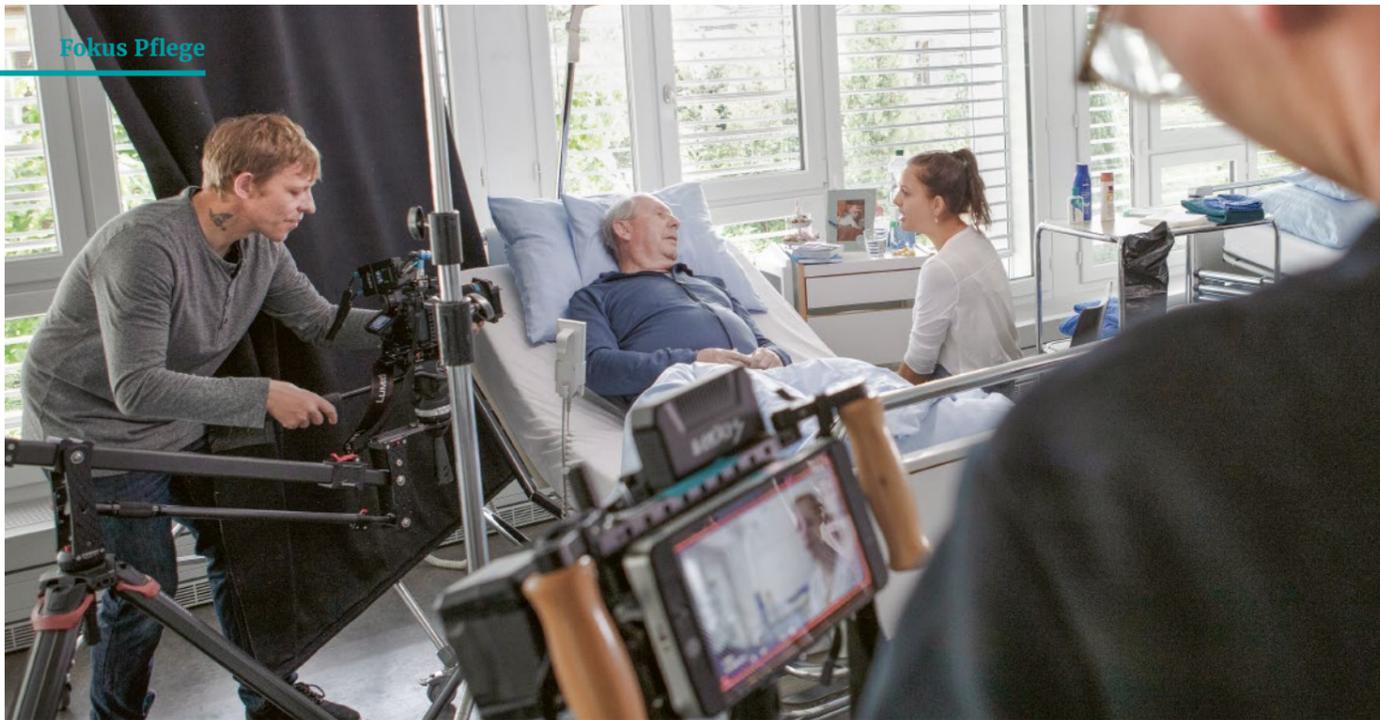
Ein wichtiger Punkt, der eine enorme Wirkung auf die Patienten hat, ist die Liebe zum Beruf. Spürt der Patient, wie gern ich meine Arbeit mache, strahlt das auf ihn ab. Es kann ihn entspannen, und das ist ganz wichtig, denn Wohlbefinden fördert den Heilprozess. Viele sagen uns, wie toll die Atmosphäre in der Tagesklinik sei. Da haben wir als ambulante Einrichtung sicher einen Vorteil. Mit 15 Personen in der Pflege sind wir ein überschaubares Team mit regelmässigen Arbeitszeiten. Ich wäre jedenfalls gerne hier Patientin...»

GNAO-PARTNER



Medizinisches Zentrum Brugg AG
T 056 462 61 60
info@mz-brugg.ch
www.mz-brugg.ch





«Kamera läuft, und bitte.»

In vielen Kantonen kam es während der Corona-Krise zu Rücktritten von Lehrverträgen im Gesundheitswesen. Der Aargau blieb verschont. Nichtsdestotrotz wollte man das Image der Pflegeberufe mit einem Film aufpolieren. Die GNAO-Partner Kantonsspital Baden und pflegimuri konnten dafür je eine Lernende als Schauspielerin gewinnen.



«Im ersten Moment war ich angespannt», erinnert sich Michèle Lehner von der «Organisation Arbeitswelt Gesundheit und Soziales Aargau», kurz OdA GS Aargau. «Deckt der Film, in dem ich mich selbst spiele, meine Erwartungen?», fragte sich die stellvertretende Bildungsverantwortliche AGS, FaGe und FaGe NHB (siehe Box). «Schliesslich gab es eine Freudenträne. Ich war gerührt und eine grosse Anspannung fiel von mir ab. Eine Hommage an die Pflege ist dem Filmteam gelungen.»

«Nächste Einstellung; weiter; Kamera läuft; und bitte.»

Esther Warnett ist Geschäftsführerin der OdA GS Aargau. Nach einem Austausch Ende April mit ihren geschäfts-

führenden Kolleginnen und Kollegen aus der übrigen Deutschschweiz zeigte sich: «Zukünftige Lernende sagen ihre Lehrstelle ab, vor allem, weil ihre Eltern fürchten, dass die Tochter oder der Sohn in einem von Covid-19 geprägten Umfeld arbeiten muss.» Um den Befürchtungen den Wind aus den Segeln zu nehmen, wollten die Ausbildungsstätten zum Tag der Pflege am 12. Mai positive Signale aussenden. Für Esther Warnett stand dafür ein Videoclip zuoberst auf der Wunschliste.

«Es sieht sehr natürlich aus; da ist keine Schweissperle.»

Gedreht wurde in den Räumlichkeiten der OdA GS Aargau in Brugg. Michèle Lehner erzählt: «Der Tag begann mit einem Briefing durch Regisseur Phil

Arber. Schon da war die klare Führung, der straffe Ablauf und die gute Organisation des Filmteams spürbar. Um die fachliche Korrektheit zu gewährleisten, war eine hohe Konzentration meinerseits nötig.»

Marie Lentzsch, in der pflegimuri in Ausbildung zur FaGe und als solche im Film zu sehen: «Das Mitwirken war eine lustige Erfahrung. Ich werde in Zukunft die Filmwelt mit anderen Augen betrachten.» Fabienne Busslinger, angehende FaGe am Kantonsspital Baden (KSB): «Oft haben wir Szenen zehn Mal gedreht, bis alles perfekt war. Es war ein interessanter und zugleich anstrengender Tag.» Die beiden Berufsschülerinnen an der OdA GS Aargau sind glücklich über das Resultat: «Es ist ein schöner Film. Die Message wurde authentisch rübergebracht.»

«Reset; alle an den Ausgangspunkt; lächeln!»

Monika Wieland ist Bildungskordinatorin am KSB, Anne Krättli Ausbildungsverantwortliche Pflege der pflegimuri. Sie empfahlen Fabienne Busslinger und Marie Lentzsch für den Dreh. Auf die Nachfrage, ob es denn in ihren Häusern Covid-19-bedingte Rücktritte vom Lehrvertrag gab, verneinen die beiden Fachfrauen. «Das KSB als Lehrbetrieb ist etabliert. Zudem haben die Gesundheitsberufe in der Corona-Zeit eine grosse Solidaritätswelle in der Bevölkerung erlebt», präzisiert Monika Wieland. «Wir freuten uns darauf, zu Lehrbeginn insgesamt 39 neue Lernende FaGe und AGS im KSB begrüßen zu können.»

Dennoch gab es in der Corona-Zeit ein grosses Thema unter den Lernenden. «Ganz klar die Abschlussprüfung. Wie findet sie statt? Was, wenn sie nicht stattfinden kann?», erinnert sich Anne Krättli und fügt an: «Ich habe mich sehr darum bemüht, die Lernenden transparent und schnell über die Änderungen zu informieren.» Monika Wieland: «Die Situation erforderte von den Lernenden viel Geduld und Kraft und für die Berufsbildung grosse Sensibilität und Flexibilität in der Betreuung und Begleitung.»

«Andere Linse bitte; ist zur Stelle; und Kamera läuft; und bitte; und cut.»

«Eine Hymne an den Pflegeberuf» wollte Filmemacher Phil Arber realisieren. Getragen vom Leitgedanken: Die OdA GS Aargau bildet Helden aus. Anne Krättli und Monika Wieland: «Ich glaube nicht, dass Heldsein zur Berufswahl motiviert. Unsere Lernenden möchten einen sinnvollen Beruf, der den Menschen hilft.» Anne Krättli: «Sie möchten das Gefühl haben, wirklich gebraucht zu werden und von der Gesellschaft sowie von den Bewohnerinnen und Bewohnern Dankbarkeit zu empfangen.»

«Winken und lächeln; so machen wir es; nochmals genauso.»

Heldentum hin oder her, «für mich geht es in der Bildung immer darum, dass wir unsere Zukunft ausbilden und daher extrem Sorge zur Berufsbildung tragen müssen», betont Anne Krättli. «Ich bin stolz auf jeden jungen Menschen, der sich dieser wertvollen und herausfordernden Aufgabe widmen möchte.» Monika Wieland meint: «Wir bilden Gesundheitsfachpersonen aus, die sich verantwortungsbewusst und kompetent für die Patienten einsetzen und im interprofessionellen Team ihren Beitrag leisten, zum Wohl und zur Sicherheit aller. Dafür braucht es eine Ausbildung, die junge Menschen auf das Berufsleben vorbereitet und dafür sorgt, dass sie im künftigen Arbeitsalltag gesund bleiben sowie Freude an der anspruchsvollen Tätig-

keit haben. Dies durchaus mit Berufsstolz und Sinnhaftigkeit.»

«Sehr gut; schön; danke; den haben wir.»

Der Imagefilm zur Ausbildung Fachfrau/Fachmann Gesundheit FaGe ist abrufbar auf: oda-gsag.ch

AGS

Assistentinnen und Assistenten Gesundheit und Soziales EBA unterstützen Menschen aller Altersstufen mit physischen, geistigen, psychischen und sozialen Einschränkungen in der Bewältigung ihres Alltags.

FaGe

Nach der Grundausbildung oder Nachholbildung (NHB) pflegen und betreuen Fachpersonen Gesundheit EFZ Klientinnen und Klienten in Institutionen des Gesundheits- und Sozialwesens sowohl im stationären als auch im ambulanten Bereich. Sie führen in diesem Rahmen auch medizinisch-technische Verrichtungen aus.

GNAO-PARTNER

pflegimuri

T 056 675 92 00
info@pflegimuri.ch
www.pflegimuri.ch



Kantonsspital Baden AG

T 056 486 21 11
info@ksb.ch
www.ksb.ch



«Wir sind wie Bergführerinnen.»



Die Geburtsabteilung des KSB bietet seit August 2019 die «Vibwife» an: Gebärende Frauen können sich auf der sich bewegenden Matratze besser entspannen und halten Schmerzen besser aus.

mend medizinisiert wurde. Heute gilt die grosse Mehrheit der Frauen als Risikoschwangere.

Das KSB bietet seit 2019 die hebammengeleitete Geburt an. Wird sie vor diesem Hintergrund überhaupt in Anspruch genommen?

Im ersten Jahr gebären 60 von 1000 Frauen nach diesem Modell, die Zahl wird hoffentlich wachsen. Die Gebärenden dürfen keine Risikoschwangere sein, und die Gefahr für Komplikationen bei der Geburt muss minim sein. Sie verzichten auf die Präsenz eines Doktors und auf gewisse Schmerzmedikamente. Dazu sind nicht alle bereit. Dafür werden Beleghebammen immer beliebter.

Im Gesundheitswesen steigt der Kostendruck. Spüren Sie ihn?

Das Begleiten ist für Hebammen die wichtigste Aufgabe. Wir sind wie Bergführerinnen, die zeigen, wo es durch-

geht, laufen muss die Frau selber. Das verlangt Zeit. Heute müssen wir aber so viel Administratives leisten, dass wir fürchten, nicht mehr genug Zeit für die Frauen zu haben.

GNAO-PARTNER

Kantonsspital Baden AG
T 056 486 21 11
info@ksb.ch
www.ksb.ch

 **Kantonsspital Baden**
KSB



Asana Spital Leuggern AG
T 056 269 40 00
info@spitalleuggern.ch
www.spitalleuggern.ch

 **ASANA Spital Leuggern**



Hebamme ist der älteste Beruf der Welt, es gibt ihn in jeder Kultur, in Spitälern und freiberuflich. Vor welchen Herausforderungen stehen Hebammen im Akutspital im Jahr 2020? «magnao» fragte Marianne Bauer, leitende Hebamme im Kantonsspital Baden.

Nach 20 Jahren als Pflegefachfrau wurden Sie 2001 Hebamme.

Warum wechselten Sie den Beruf?

Mir fehlte das eigenständige Handeln. Als Pflegefachfrau arbeitet man nach Verordnungen und ist stark auf Ärzten angewiesen. Nach der Geburt meiner drei Kinder hatte ich Lust, im Hebammenberuf zu schnuppern.

Wie ist heute die Beziehung zwischen Hebammen und Ärzten?

Wir kooperieren auf einer Ebene. Bei den meisten Geburten im KSB betreuen eine Hebamme und ein Arzt

oder eine Ärztin gemeinsam die Frau, in der hebammengeleiteten Geburt wir Hebammen allein. Seit 2008 werden Hebammen an Fachhochschulen ausgebildet. Die jungen Frauen agieren selbstbewusst auf Augenhöhe mit Medizinern.

Die vorgeburtliche Medizin hat stark an Bedeutung gewonnen. Wie beeinflusst das Ihre Arbeit?

Schon als ich anfing, wurden viele vorgeburtliche Kontrollen gemacht. Am meisten änderte sich die Einstellung der Schwangeren. Schwangerschaft

und Geburt sind Events, die man planen und absichern will. Die Frauen wissen viel aus dem Internet und haben genaue Vorstellungen, wie es ablaufen soll.

Das Internet kann aber auch verunsichern.

Das ist so. Bei den Kontrollen fragen wir, ob die Schwangere Kopf- oder Bauchweh hat, denn es kann auf eine Schwangerschaftsvergiftung hindeuten. Daheim googeln die Frauen «Schwangerschaftsvergiftung» und bekommen Angst. Jedes Kopfweh wird zur Bedrohung.

Hebammen müssen also mehr Vertrauensarbeit leisten?

Die Frauen kommen mit mehr Fragen zu uns. Sie melden sich, weil sie seit zwei Stunden das Kind nicht spüren oder die Beine geschwollen sind. Manche fragen, ob man sich trotz Schwangerschaft Gel-Nägel machen lassen kann. Die Unsicherheit hat auch damit zu tun, dass Schwangerschaft zuneh-

Den Ort des Wunders beschnuppern.

Schwangere Frauen und ihre Partner/-innen können im «Storchekafi» des Asana Spitals Leuggern die Geburtsabteilung besichtigen und Fragen stellen. Infos zum Geburtsvorgang bieten Geburtsvorbereitungskurse. Die diplomierte Hebamme Karin Rooke ist seit über zehn Jahren mitverantwortlich für die Organisation des Storchekafi. Sie erzählt: «Es kommen immer viele Leute, oft ganze Familien. Manche Mütter haben bei uns geboren und wollen ihren Kindern zeigen, wo ihr Geschwisterchen zur Welt kommen wird.» Nach Leuggern käme, wer die Geburt in einem kleinen, familiären Spital in Erwägung ziehe. Die Fragen seien oft die gleichen: Hat es auch bei vielen Geburten Platz? Sind immer genügend Hebammen da? Rooke kann alle beruhigen. Tagsüber sind zwei Hebammen vor Ort, braucht es mehr, wird der Pikettdienst aufgeboten.

Im Storchekafi wird betont, dass man in Leuggern den natürlichen Prozess einer Geburt unterstützt. Rooke: «Jedes Mutter-Kind-Paar hat seine eigenen Rhythmen. Keine Geburt lässt sich in ein Zeitkorsett zwingen. Wir orientieren uns an dieser natürlichen Vielfalt, was Ruhe in den Gebärdprozess bringt.»

Mehr ins Detail gehen die Geburtsvorbereitungskurse. Der erste Abend findet ohne Partner statt. «Unter sich zu sein tut den Frauen gut. Es gibt bei einem derart intimen Geschehen wie der Geburt Themen, die sich in einer Frauengruppe ungehemmter besprechen lassen», so Rooke. Dass Männer bei der Geburt meist dabei sein wollen, sei für die Familienwerdung sehr wichtig. Tipps, wie sie ihre Partnerin unterstützen können, sei deshalb ein zentraler Punkt in den Kursen. Zu sehen, wo die Geburt stattfinden wird und die Hebammen kennen zu lernen, vermittele den schwangeren Frauen Sicherheit.

Infos Storchekafi und Geburtsvorbereitungskurse: www.spitalleuggern.ch



Mitverantwortlich für die Organisation des Storchekafi: Karin Rooke, diplomierte Hebamme

«Ich wusste sofort: Das ist es!»

Luzia Hegi ist erst seit zwei Jahren im Beruf, Jennifer Cadalbert seit elf und Claudia Rogantini schon ihr halbes Leben. Wie erleben sie die Welt der pflegenden Frauen und Männer?



Luzia Hegi, 17,
im 2. Lehrjahr Fachfrau Gesundheit

«Als mein Grossvater schwer krank wurde, besuchten wir ihn oft im Spital und dann im Pflegezentrum. Die Arbeit des Personals dort beeindruckte mich. Als ich später im Beruf Fachfrau Gesundheit schnupperte, wusste ich sofort: Das ist es! Die Wahl war goldrichtig: Mir gefällt die Nähe zu den Menschen, sie zu pflegen und ihre Lebensgeschichte zu erfahren und sie bei der Genesung zu begleiten. So jung ich bin, trage ich bereits viel Verantwortung. Der kleinste Fehler kann eine riesige Auswirkung haben.»

Der familiäre Betrieb im Asana Spital Leuggern, wo ich selbst zur Welt gekommen bin, entspricht mir sehr. Die Patienten sagen oft «Hier ist es wie in einer grossen Familie.» So empfinde ich es auch.»



Jennifer Cadalbert, 33,
Pflegefachfrau

«Als Kind wollte ich Tierärztin werden, doch der Einstieg in die Pflege und deren Zukunftsperspektiven, sowie das regionale Angebot, zeigten sich um einiges günstiger. Seit 2011 arbeite ich im Asana Spital Leuggern. Im Team zu arbeiten und gemeinsam dafür zu sorgen, dass es einem Menschen besser geht, ist enorm schön. Unser Beruf ist in den letzten Jahren viel schneller geworden, denn die stationären Aufenthalte sind heute kürzer und Therapien erfolgen schneller. Durch unsere Spezialisierungen ist die Verantwortung auf viele Schultern verteilt, doch als Pflegefachfrau, die auch die Lernenden begleitet, trage ich eine gewisse Grundverantwortung und muss vieles koordinieren. Da gleichzeitig den Überblick zu behalten und dem Patienten gerecht zu werden, ist nicht ohne – aber sehr spannend. Mein Beruf ist fachlich und menschlich extrem vielseitig.»



Claudia Rogantini, 60,
Bildungsverantwortliche

«Mein Berufsleben begann anfangs Achtzigerjahre als damals sogenannte Kinder-, Wöchnerinnen- und Säuglingschwester. 2001 wurde ich Leiterin einer Akutstation mit Schwerpunkt Wochenbett/Gynäkologie im Spital Leuggern. Danach bildete ich mich stets weiter bis zur Ausbilderin mit eidgenössischem Fachausweis. Seit 2014 bin ich Bildungsverantwortliche Pflege und begleite die Auszubildenden ab dem Moment der Selektion bis zum Lehrabschluss.»

Die Ausbildung hat sich stark verändert. Wer heute in die Pflege einsteigt, kann sich in zahlreichen Arbeitsfeldern und Spezialisierungen weiterentwickeln, denn mit jedem Abschluss kann die nächste Stufe in unserem Bildungssystem erreicht werden. Der Mensch steht noch mehr im Zentrum, Klienten teilen sich mehr mit, und es ist unsere Aufgabe, auf diese Bedürfnisse einzugehen. Die Pflegenden sind viel mehr auf Augenhöhe mit den Ärzten. Das ist eine positive Entwicklung. Negativ ist die zunehmende Zeit, die wir in die Administration stecken müssen, doch das gehört zum Wandel der Zeit. Meinen Beruf mit diesen spannenden Entwicklungsmöglichkeiten würde ich wieder wählen.»

GNAO-PARTNER



Asana Spital Leuggern AG
T 056 269 40 00
info@spitalleuggern.ch
www.spitalleuggern.ch

ASANA
Spital Leuggern



Ein Geburtstagsfest mit Kopfhörern.

Das Corona-Virus macht der Welt einen gehörigen Strich durch die Rechnung. Auch Frau V. konnte ihren 100. Geburtstag nicht so feiern, wie es vorgesehen war. Ihre Enkelin und die Fachpersonen vom *süssbach* fanden eine kreative Lösung.

Hätte eine Wahrsagerin einst Frau V. erzählt, wie sie am 3. April 2020 ihren 100. Geburtstag feiern würde, hätte sie wohl ungläubig lachend den Kopf geschüttelt. Den Geburtstagskuchen mit Kopfhörern essend, durch eine Glaswand von ihren Liebsten getrennt und umgeben von Menschen mit Gesichtsmasken – dieses Bild hätte sie als Hirngespinnst abgetan. Doch dann tauchte zu Beginn ihres grossen Jubiläumsjahrs ein kleines unsichtbares Virus in China auf und brachte das Leben der Menschen auf sämtlichen Kontinenten komplett durcheinander.

Zu diesem Zeitpunkt war die Enkelin von Frau V. mitten in den Vorbereitungen für das Geburtstagsfest ihrer Nonna. Sie hatte das Restaurant im *süssbach* reserviert, einen italienischen Chor engagiert und die Einladungen verschickt. Alle sollten kommen und ihre Nonna feiern:

die Familie, Freunde und Bekannte. Doch dann forderte am 16. März der Schweizer Bundesrat alle Bewohner der Schweiz auf: «Bleiben Sie zuhause». Wie alle Pflegezentren verbot auch der *süssbach* zum Schutz der Bewohner Besuchern per sofort den Zutritt. Die temporären Kunden des Tages- und Nachtzentrums, zu denen auch Frau V. zählte, mussten entscheiden, ob sie während des Lockdown daheim oder im Pflegezentrum wohnen. Die Frau mit den italienischen Wurzeln zog gezwungenermassen ins Zentrum. Weshalb das sein musste, war für sie, die an einer Demenz erkrankt ist, schwierig zu verstehen. Auch für die Enkelin waren es schwere Tage. Sie erzählt: «Wir konnten Nonna nicht mehr sehen, und wir mussten das Fest absagen. Ich hatte gehofft, dass man bei einem 100. Geburtstag eine Ausnahme machen kann, aber das ging leider nicht.»

Ein Prosit durch die Scheibe

Bis kurz vor dem grossen Geburtstag war nicht klar, ob und wie die Angehörigen die Nonna überhaupt sehen können. Gemeinsam mit den Verantwortlichen der Aktivierung und der Pflegestation fand die Enkelin schliesslich eine Lösung: Getrennt, aber geschützt durch eine Fensterscheibe, sollte das Fest in einem kleinen Rahmen stattfinden können. Und so kam es, dass am 3. April auf beiden Seiten einer Scheibe zum Innenhof des Pflegezentrums zwei Tische mit edlem Porzellan gedeckt wurden. Die Nonna nahm auf der Innenseite Platz, die Tochter, die Enkelin und deren Mann auf der Aussen-seite. Die Geburtstagsrunde unterhielt sich via Handys und darin eingesteckten Kopfhörern, aus einem Lautsprecher auf dem Tisch der Nonna erklang italienische Musik, abgespielt ab dem elektronischen Tablet, das die Angehörigen bedienten.

«Es war seltsam und traurig-schön zugleich», erzählt die Enkelin einige Wochen später. «Wir sangen zusammen «Tanti Auguri» und prosteten uns durch die Scheibe zu. Zwei Mitarbeiterinnen der Pflege (Qualitätsmanagement und Case Management) schwenkten die italienische Fahne.» Ihre Nonna habe gelächelt, und sie selbst sei sehr dankbar, dass der Geburtstag doch noch gefeiert werden konnte. Seit dem Lockdown war dies der erste Tag, an dem sie ihre Nonna wiedergesehen hätte. «Das Fest war im wahrsten Sinne des Wortes aussergewöhnlich und unvergesslich.»



GNAO-PARTNER



Süssbach Pflegezentrum AG
T 056 462 61 11
info@suessbach.ch
www.suessbach.ch

süssbach
FÜR MENSCHEN MIT GESCHICHTE





Der Reusspark ist ein «Great Place To Work».

Mit fortschrittlichen Arbeitsbedingungen stärkt das Pflegezentrum Reusspark in Niederwil die Arbeitslust seiner Mitarbeitenden. Die Bemühungen um das Zertifikat «Great Place To Work» und eine Imagekampagne unterstreichen den Willen, ein attraktiver Arbeitgeber zu sein. Und die Notwendigkeit: Pflegendes Personal wird immer mehr gesucht.

Als im Juni 2019 die Menschen in der Schweiz bei wochenlangen Temperaturen über 30 Grad nicht mehr wussten, wie sie zu Kühlung gelangen, schrieb eine Mitarbeiterin des Reussparks auf das Formular «Chancenmeldung»: «Die blauen Arbeitshirts sind so warm. Ist es zurzeit möglich, luftigere Kleidung zu tragen?» Wenige Tage danach arbeitete das Personal in eigenen weissen Shirts. «Ideen sind bei uns jederzeit willkommen», sagt Monica Heinzer, Leiterin Pflege und Betreuung im Reusspark. «Wir prüfen jede.» Fast alle Veränderungen hätten Pflegendes bewirkt. «Sie sind schliesslich an der Front und wissen, was funktioniert und was nicht.»

Heinzer ist seit bald 30 Jahren Pflegefachfrau und seit 15 Jahren im Reusspark in leitender Funktion. Sie hat die

starken Entwicklungen in Medizin und Langzeitpflege miterlebt und weiss um die Herausforderungen ihrer Branche, welche die Alterung der Gesellschaft und der Kostendruck mit sich bringen. Manche Stellen im Reusspark blieben aufgrund des Fachkräftemangels unbesetzt.

Viele Möglichkeiten innerhalb des Betriebs

Letzteres hat sich im letzten Jahr allerdings geändert. Seit im Oktober 2019 vier Mitarbeitende in kurzen Filmen, die auf den Sozialen Medien kursierten, über ihren Alltag im Reusspark erzählten, bleiben die Stellen nicht mehr lange offen, «wir können sogar wählen!», sagt Heinzer. Die zwei Frauen und zwei Männer erzählen mit Leidenschaft über ihre Arbeit und demonstrieren das

breite Spektrum des Pflegeberufs. Als grosse Institution bietet der Reusspark sämtliche Bereiche der Langzeitpflege: Geriatrie, Demenz, Gerontopsychiatrie, Tages- und Nachtzentrum Palliative Care sowie Hospiz. «Die Mitarbeitenden können sich ihren Bereich suchen, und wer wechseln will, muss die Institution nicht verlassen», nennt Monica Heinzer die Vorzüge.

Der Reusspark pflegt das Image nicht nur nach aussen. Im Bewusstsein, die Mitarbeitenden für ihre anspruchsvolle Arbeit lediglich branchenüblich entlohnen zu können, werden zahlreiche Extras geboten. So führt das Zentrum seit 1990 eine interne Kita und trägt das Label «Familie UND Beruf» für seine Möglichkeiten, Kinder und Job gut unter einen Hut zu bekommen.

Einzugartig in der Branche: Der Betrieb gewährt einen Vaterschaftsurlaub von vier Wochen. Mitarbeitende bis 59 haben sechs Wochen Ferien pro Jahr, ältere sieben, unbezahlter Urlaub wird nach Möglichkeit gewährt. Die Liste lässt sich fortsetzen. «Man spürt unsere Grundhaltung gut im Arbeitsalltag», sagt Monica Heinzer. «Alle gestalten mit, und die Identifikation mit der Institution ist hoch.»

Ausführliche Befragung aller Mitarbeitenden

«Bestmögliche Arbeitsbedingungen zu schaffen sind in diesem Beruf unerlässlich», weiss Thomas Peterhans. Seit 27 Jahren leitet er den Reusspark. Den Unmut unter Pflegenden, der zurzeit die Politik beschäftigt, versteht er. «Der Beruf verlangt körperlich und psychisch sehr viel ab, während die Gehälter zu moderat sind.» Eine gute Arbeitsplatzkultur stärke die Motivation und fördere die Attraktivität des Reussparks als Arbeitgeber. «Nur mit einer nachhaltigen Strategie können wir die Moti-

vation hochhalten.» Das sei auch im Hinblick auf den wachsenden Personalbedarf dringend notwendig.

Diese Nachhaltigkeit verfolgt der Reusspark nun auch mit dem Zertifizierungsprozess «Great Place to Work.» Vom Sommer bis Winter 2019 fand ein Kulturaudit innerhalb der Geschäftsleitung statt, letzten Frühling eine Mitarbeiterbefragung, in der die gleichen Bereiche angeschaut wurden. Thomas Peterhans: «Mit diesem Zertifikat möchten wir den Erfolg des Reussparks auch in Zukunft sicherstellen.»

GNAO-PARTNER

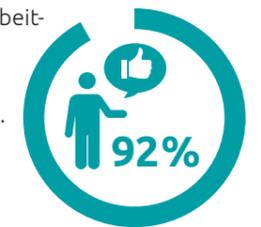


Reusspark
T 056 619 61 11
info@reusspark.ch
www.reusspark.ch



Das zeigte die Mitarbeiterumfrage

Die Ergebnisse der Mitarbeiter-Online-Befragung fielen sehr gut aus. Der Trust Index (Durchschnitt aller Fragen) lag bei 83%. Der Durchschnittswert über alle Branchen in der Schweiz ist 57% – der Reusspark spielt also in der Liga der Besten mit. 92% aller Mitarbeitenden sagen, dass er alles in allem ein sehr guter Arbeitsplatz ist. Die Chancen stehen somit gut, dass der Reusspark das Zertifikat Great Place to Work erhält und im April 2021 am Wettbewerb der besten Arbeitgeber der Schweiz teilnimmt.



aarReha
Schinznach

Weiterkommen.

Unsere Kliniken in Schinznach und Zofingen bieten ein Ambiente zum Wohlfühlen, höchste Reha-Kompetenz und viel Empathie. Herzlich willkommen.

Sich wohlfühlen und gesund werden gehören zusammen.

www.aarreha.ch



Geocaching in der Schweiz: auf Schatzsuche mit dem GPS.

Immer mehr Menschen lassen sich von einer besonderen Leidenschaft anstecken: Geocaching – die moderne Schatzsuche. Was Geocaching ist und wie Sie in der Schweiz mit Kindern auf die Suche gehen, weiss wohl am besten Ramona Jakob. Sie hat einen Ratgeber über das «Abenteuer Geocaching» geschrieben.

Viele Kinder in der Schweiz träumen davon, einmal in ihrem Leben einen echten Schatz zu finden. Geocaching macht es möglich. Was verbirgt sich hinter diesem Begriff?

Ramona Jakob: Geocaching ist eine moderne und aufregende Schnitzeljagd. Mit Hilfe von Koordinaten und Beschreibungen aus dem Internet können grosse und kleine Abenteuerer auf die Suche nach einem Schatz, einem sogenannten «Cache», gehen – ein Vergnügen für die ganze Familie!

Wer versteckt diese Schätze?

Im Grunde kann jeder einen Cache verstecken. Doch wer mit dem Gedanken spielt, sollte zuvor ein wenig Erfahrung beim Geocaching sammeln, um ein Gefühl dafür zu bekommen, welche Cache-Ideen, Beschreibungen und Verstecke besonders viel Spass machen.

Kinder interessiert besonders, was die Kisten enthalten.

In den Dosen liegen kleine Gegenstände: Schlüsselanhänger, Spielzeugautos, Murmeln und Anstecker zum Beispiel. Damit derjenige, der den Schatz versteckt hat, nicht ständig neue Dinge besorgen muss, werden die Sachen getauscht. Also: Wer etwas aus der Schatzkiste herausnimmt, muss etwas Gleichwertiges hineintun!

Das wichtigste Werkzeug des Geocachers ist das GPS-Gerät.

Was ist zu tun, um Geocacher zu werden?

Familien, die Geocaching ausprobieren wollen, finden im Internet spezielle Datenbanken. Dort tragen die Owner, also die Besitzer der Behälter, in der Regel völlig kostenlos die Koordinaten ihrer Verstecke in eine Karte ein. Mit diesen Koordinaten kann jeder losziehen und sich auf die aufregende Suche begeben.

Was braucht man, um einen Cache zu finden?

Mittlerweile gibt es viele gute und günstige Geräte, die für den Einstieg ausreichen. Wichtig ist, dass das Gerät einen guten Empfang hat, ständige Positionsbestimmung ermöglicht, per Batterie betrieben wird oder eine hohe Akkulaufzeit hat. Ausserdem sollte es einfach zu bedienen, robust und wasserfest sein. Eine integrierte Landkarte ist nicht unbedingt erforderlich.

Was raten Sie Anfängern?

Sinnvoll ist es, zunächst einen Geocache mit leichtem Schwierigkeitsgrad zu wählen. Wichtig: Die

Cache-Beschreibung ausdrucken und mitnehmen oder auf das GPS laden – Hauptsache, man hat sie dabei!

Was macht den besonderen Reiz von Geocaching aus?

Toll ist auch, dass es eine Vielzahl von unterschiedlichen Geocaches gibt, die sich in ihrer Form, Grösse, Machart und ihrem Schwierigkeitsgrad

Die Kombination aus Natur und Technik – und natürlich der Reiz der Schatzsuche machen Geocaching aus.

unterscheiden. Bei vielen Caches sind die Koordinaten nur der Startpunkt, von dem aus verschiedene Aufgaben gelöst oder Hinweise gefunden werden müssen. Man entdeckt dabei nicht nur versteckte Behälter, sondern auch historische Orte, verwunschene Plätze, schöne Aussichtspunkte und traumhafte Gegenden, die man sonst wohl nie besucht hätte.

Und dann der grosse Augenblick!

Den Schatz zu öffnen, das geniesst jeder Geocacher besonders. Dabei geht er vorsichtig vor. Schliesslich soll die Box nicht beschädigt werden. Wasser darf nicht eindringen. Darüber hinaus müssen das Versteck und vor allem die Natur geschützt werden.

Muss der Schatz später wieder an derselben Stelle versteckt werden?

Unbedingt – sonst stimmt ja die Beschreibung nicht mehr. Zuvor aber darf man sich noch im Logbuch eintragen, das in jeder Kiste ist.

In der Schweiz sind 16 000 Geocaches versteckt.



Das Wichtigste in Kürze

Beim Geocaching geht es mithilfe von Koordinaten und Beschreibungen aus dem Internet auf Schatzsuche. Man darf etwas aus der Schatzkiste behalten, muss aber etwas Gleichwertiges hineinlegen. Danach wird der Schatz an die gleiche Stelle zurückgelegt für die nächsten Geocacher.

Link- und Büchertipps für das Geocaching in der Schweiz

Offizielle Geocaching-Seite
geocaching.com
Opencaching (AT, CH, DE)
opencaching.de
Geocaching in der Schweiz
www.swissgeocache.ch

Abenteuer Geocaching. Die moderne Schatzsuche für Einsteiger. Von Ramona Jakob. Moses Verlag. (Leicht verständliches Sachbuch für Kinder)

Cache! Wir finden ihn!
Von Manuel Andrack. Mixtvision Verlag. (Ein Geocaching-Roman für Kinder)



Zu Ramona Jakob

Ramona Jakob aus Aschheim bei München ist Autorin, Kolumnistin, Texterin und arbeitet zusätzlich als Personalfachkauffrau. Mit ihrem neunjährigen Sohn geht sie seit zwei Jahren auf Schatzsuche. Beide lieben die Kombination von Natur und Technik sowie die spannende Schatzsuche an ausgefallenen Orten.

Ununterbrochen die Patienten im Blick.

Auf der überwachungspflichtigen Rehabilitation der Rehaklinik Bellikon begleiten Pflegefachpersonen Menschen in heiklen Lebensphasen. Täglich gibt es Glück und Leid, und immer wieder Überraschungen.

Eine der Pflegestationen der Rehaklinik Bellikon hebt sich von den anderen ab: Wer hinein will, kann dies nur per Schleusensystem, Besucher ebenso wie Mitarbeitende. Im Zentrum des modernen, lichtdurchfluteten Raums steht ein Empfangsdesk mit mehreren Monitoren. Die Pflegefachfrauen und -männer, die hier arbeiten, nennen ihn «Stützpunkt», denn von hier aus haben sie den Blick über die gesamte Abteilung: Auf den Monitoren flimmern Bilder aus den zwölf Einzelzimmern, die rund um den Desk liegen, und auch die grossen Glasfenster geben bei geöffneten Rollos den Blick auf die Patienten frei. In der überwachungspflichtigen Rehabilitation muss das Personal jederzeit sehen können, was die Patienten gerade tun. Denn alle befinden sich in einem prekären Zustand, und viele von ihnen sollten eines auf keinen Fall: ohne Unterstützung und Aufsicht aufstehen.

Kreislauf stabil, Zustand aber heikel

Die meisten haben schwere Verletzungen und Erkrankungen des Gehirns, einige sind Tumorpatienten oder Unfallopfer. Vor dem Eintritt in die Rehaklinik befanden sie sich in Intensivpflege- oder Intensivüberwachungs-Pflegestationen von Spitälern. Jetzt benötigen sie keine maschinelle Unterstützung mehr – etwa künstliche Beatmung – und haben einen stabilen Kreislauf. Ihre Wahrnehmung ist aber noch beeinträchtigt, sodass sie beim Aufstehen, Essen und bei der Körperpflege professionelle Unterstützung benötigen. Da einige kognitiv beeinträchtigt sind und sich deswegen in der Klinik verirren könnten, ist der Ein- und Ausgang der Station zu ihrem eigenen Schutz nur durch die Schleuse möglich.

Trotz ihres oft noch heiklen Zustands wird hier mit der Rehabilitation gestar-

tet. Die Stationsleiterin erklärt, weshalb: «Je früher mit der Therapie begonnen wird, desto grösser sind die Chancen auf ein bestmögliches Ergebnis der Rehabilitation.» Das Wiedererlangen der alltäglichen Körperfunktionen, der Umgang mit Beeinträchtigung und die Steigerung der Lebensqualität stünden im zentralen Fokus der Rehabilitation. Die Arbeit des Pflegefachpersonals umfasst nebst der kontinuierlichen Überwachung und Verabreichung von Medikamenten eine aktivierende Rehabilitationspflege. «Wir geben zum Beispiel dem Patienten einen Waschlappen in die Hand und führen diesen mit ihm zusammen zum Gesicht. Oder wir üben mit ihm das Aufstehen.» In erster Linie gehe es darum, dass die Patienten wieder sich selbst spüren und ihre Bewegungen bewusst ausführen können. Dabei werden sie auch von Physio- und Ergotherapeuten sowie von Logopäden unterstützt.

Schnell Orientierung und Vertrauen

Da die Station klein und übersichtlich ist, erhalten die Patienten schneller Orientierung, und die stete Anwesenheit eines bewährten, professionellen Teams vermittelt ihnen ein Gefühl von Vertrauen und Sicherheit. Das ist in dieser Lebensphase dringend notwendig. «Sobald es heisst, ein Patient könne mit der Rehabilitation beginnen, ist viel Hoffnung auf Genesung da», weiss die Stationsleiterin. «Doch leider müssen manche Betroffenen irgendwann reali-

sieren, dass das Leben nie mehr so sein wird wie früher. Es kommt vor, dass ein Patient nicht mehr heimkehren kann, sondern danach sogar auf eine Palliativabteilung oder in ein Pflegeheim verlegt werden muss. Das ist aber zum Glück eher selten der Fall.»

Die Pflegefachfrauen und -männer begleiten auch die Angehörigen durch diese schwere Zeit. «Das verlangt eine hohe Sensibilität. Wir vermitteln keine falschen Hoffnungen und machen keine Prognosen, sondern schauen immer den Moment an: Was ist jetzt?» Denn eines erlebt das Team immer wieder: Dass der Zustand eines Patienten sich nicht so entwickelt, wie es zunächst aussieht. «Manche Patienten werden im Koma zu uns gebracht und zwei Wochen später sind erste Erfolge sichtbar. Andere wirken stabil, doch es stellen sich kaum oder nur sehr langsam Fortschritte ein.» Man könne im Voraus nie genau sagen, wie sich das Gehirn eines Menschen regeneriere.



Kostbarkeit des Lebens

Und genau das macht die Arbeit für das Personal hochspannend. So sagt die Stationsleiterin: «Mir wird hier immer wieder bewusst, was für ein Wunderwerk der Mensch doch ist. Natürlich erleben wir viele schwere Schicksale, doch immer wieder auch sehr positive Entwicklungen. Oft sind kleine Schritte wahre Glücksmomente.» Seit sie hier arbeite, spüre sie täglich die Kostbarkeit des Lebens, und dass man Träume nicht aufschieben darf. «Ich probiere, jeden Tag bewusst zu geniessen.»

GNAO-PARTNER

Rehaklinik Bellikon
T 056 485 51 11
info@rehabellikon.ch
www.rehabellikon.ch

rehaklinik bellikon
Der Name für Unfallreha



SPITEX
das Original

Das Einmaleins der Spitex Region Brugg AG

- 1 Zentrum – Windisch
- 4 Aussenstellen
- 7 Mitglieder im Verwaltungsrat
- 10 Mio. Umsatz
- 19 Aktionärsgemeinden
- 22 Ausbildungsplätze
- 130 Mitarbeitende
- 500 Einsätze pro Tag, zentral geplant
- 48000 Einwohner im Einzugsgebiet
- 70000 Pflegestunden pro Jahr
- und unzählige, wertvolle Momente

Wir sind für Sie da, wenn es zählt!

www.spitex-region-brugg.ch

Überall für alle
SPITEX
Region Brugg AG

Ein Engel zum Dank.

Die Spitex Region Brugg AG betreut nicht nur Klienten in Privathaushalten, sondern unterstützt auch das Personal in betreuten Wohnheimen und Alterssiedlungen in der Pflege und übernimmt dabei eine beratende Funktion. Unterwegs mit der diplomierten Pflegefachfrau Sarah Stutz bei ihrem Einsatz in einem der Wohnhäuser der Stiftung Faro.



Sarah Stutz, dipl. Pflegefachfrau HF, ist wöchentlich im Faro-Wohnhaus.

Als Sarah Stutz das Zimmer von Rolf Hauenstein* betritt, wartet er bereits vorbereitet auf seinem Bett. Er kennt sie und weiss, dass sie heute zu ihm kommt. Die Füsse des 64-Jährigen baden in einer Plastikschiessel voll warmem Wasser, es schwappt ein bisschen hoch, als er sich lächelnd zu Sarah dreht. «Sali!» Die Mitarbeiterin der Spitex Region Brugg AG darf ihm wegen des Corona-Virus die Hand nicht reichen und trägt eine Gesichtsmaske. «Hallo Rolf, wie geht's der?» «Wenn d'Spitex chonnt, natürlech guet.» Sarah und Rolf duzen sich, so ist die Philosophie im Faro, an die sich die Spitex zum Wohle der Klienten hält.

Sarah zieht sich Handschuhe an, nimmt ein Handtuch aus dem Bad und trocknet damit Rolfs Füsse ab. Auf seinen Füssen bildet sich ungewöhnlich schnell Hornhaut, welche zu Druckstellen führt, die ihn beim Gehen schmerzen. Seit rund einem Jahr kommt die

Spitex alle drei Tage, um seine Füsse zu behandeln. Behutsam trägt Sarah die aufgeweichte Hornhaut ab. Rolf schaut zu und kommentiert grinsend: «So, jetzt git's ändlich wieder Greyerzer-Chäs.» Beide lachen.

Nicht nur Pflege, auch Beziehung

Rolf ist einer der 90 Bewohner der Stiftung Faro in Windisch. Die Faro bietet erwachsenen Menschen mit psychischen und kognitiven Beeinträchtigungen Wohn- und Arbeitsplätze. Da das betreuende Team aus Sozialpädagogen und Fachpersonen Betreuung besteht, die keine spezifische pflegerische Ausbildung haben, übernehmen Mitarbeitende der Spitex Region Brugg AG medizinaltechnische Einrichtungen wie Blutentnahmen, Injektionen und Verbandwechsel. Auf Anfrage leistet die Spitex auch Einsätze, um das Personal im Bereich Körperpflege und Mobilisation anzuleiten und zu schulen.

Für Sarah ist der Besuch in einer Institution nicht viel anders als in einem Privathaushalt. Sie sagt: «Ich dringe nicht so stark in die Privatsphäre ein, da die Hauptansprechpersonen die Betreuenden sind. Trotzdem ist der Beziehungsaufbau zum Klienten auch hier sehr wichtig.»

Nachdem Sarah die Hornhaut entfernt hat, versorgt sie eine Wunde am rechten Knöchel, die aufgrund erschwelter Umstände nicht heilen will. Das Vorgehen der Wundbehandlung wird regelmässig mit der Wundexpertin der Spitex evaluiert und bei Bedarf angepasst. Während Sarah die Wunde versorgt, erzählt Rolf von vergangenen Reisen, interessiert fragt Sarah nach. Auch solche Gespräche dürfen in einem Spitex-Einsatz nicht fehlen.

Rolf mochte es zu Beginn nicht, dass jemand seine mit einer dicken Hornhautschicht überzogenen Füsse behandelte. Durch die regelmässigen Einsätze der Spitex gewann er jedoch Vertrauen und freut sich inzwischen sogar, wenn Sarah die Fusscreme hervornimmt: «Jetzt chont de schönschti Teil!» Sarah nickt lächelnd. Sorgsam behandelt sie seine Füsse mit der fettenden Lotion. Als Sarah alle ihre Utensilien zusammenpackt, zeigt Rolf auf seinen Zeichentisch. «Ich hab dir einen Engel gemalt. Das muss ich dir ja nicht erklären.»

*Name geändert

GNAO-PARTNER

Spitex Region Brugg AG
T 056 556 00 00
info@spitex-region-brugg.ch
www.spitex-region-brugg.ch



Ein Tag in der RehaClinic AG mit Carmen Lehmann.

Zeit ist im Berufsalltag einer Pflegefachfrau besonders wertvoll. Carmen Lehmann schenkt ihre vor allem den Patientinnen und Patienten. Ihr Arbeitstag beginnt früh, und die Aufgaben sind genau getaktet.

6.30–7 Uhr: Die Nachtschicht übergibt uns, der Frühschicht, im Rapport alle wichtigen Informationen.

7–9 Uhr: Eine wichtige Aufgabe am Morgen ist das Verteilen der Medikamente an die Patienten. Je nach Unterstützungsbedarf helfe ich den Patienten bei der Körperpflege und begleite sie zum Frühstück oder zu Therapien.

9–11.30 Uhr: Auf der Visite besuchen ein Stationsarzt und ich jeden Patienten in seinem Zimmer und besprechen die aktuelle Situation. Wenn ich nicht an der Visite teilnehme, kümmere ich mich u.a. um die Verbandwechsel, die Vitalzeichenkontrolle sowie um die Ein- und Austritte auf der Station.

11.30 Uhr: Für die Patienten steht das Mittagessen an. Ich begleite hilfsbedürftige Patienten in den Speisesaal.

13.30 Uhr: Jetzt kommt die Spätschicht. Die Frühschicht übergibt im Rapport die wichtigsten Informationen über die Patienten weiter.

14–15.30 Uhr: Zum Alltag einer Pflegefachperson gehören auch die Dokumentation und administrative Aufgaben. Diese erledige ich zumeist am Nachmittag. Ebenso stehen weitere Verbandwechsel und die Unterstützung der Patienten an.

15.30 Uhr: Meine Frühschicht ist zu Ende, und ich freue mich auf einen schönen, späten Nachmittag mit sportlicher Aktivität und ein Treffen mit Freunden.

Interview

Carmen Lehmann, wann wussten Sie, dass Sie Pflegefachfrau werden möchten?

Als meine Schwester 2005 notfallmässig ins Spital kam, und ich täglich mehrere Stunden bei ihr verbrachte.

Was war der grösste Genesungserfolg seit Ihrer Zeit bei RehaClinic?

Ich erinnere mich an einen älteren Patienten, der auf einem Fussgängerstreifen angefahren worden war und ein Polytrauma erlitten hatte. Er kam zu uns als sogenannter Vollpflegefall und war eine lange Zeit bettlägerig. Wir mussten ihn anfangs mit einem Lifter und vier Personen mobilisieren. Nach einem langen Genesungsweg und kontinuierlichem Belastungsaufbau konnte er wieder nach Hause und am Rollator gehen.

Was tut Ihnen gut während der Arbeit?

Die Spässe mit meinen Teamkolleginnen und -kollegen. Ein bisschen Tratsch und ab und zu etwas Nervennahrung in Form von Schokolade sind auch wichtig.

Und wie entspannen Sie sich in der Freizeit?

Sport ist mein Hobby, ich bewege mich wöchentlich an mehreren Tagen. Besonders mag ich es auch mit Freunden oder der Familie essen zu gehen. In meinen Ferien bereise ich gerne die Welt und erlebe Neues.

GNAO-PARTNER

RehaClinic AG
T 056 269 51 51
gruppe@rehaclinic.ch
www.rehaclinic.ch



WETTBEWERB

Jetzt mitmachen und einen von 30 Salongutscheinen à 100 Franken gewinnen.
 offeriert von **COIFFURE Grimm**

Zu welchem internationalen Jahr hat die WHO 2020 erklärt?

- Coro** Jahr der Katzen und Hunde
- Super** Jahr der Mönche und Nonnen
- Syste** Jahr der Pflegenden und Hebammen

Wie heisst die Berufskleidung der Pflegerinnen und Pfleger?

- hab** Kajak
- mrele** Kasack
- sprea** Kojak

Schatzsuche per GPS heisst...?

- vant** Geocaching
- auch** Geostretching
- der** Geomatching

Finden Sie die richtigen Antworten und senden Sie uns das Lösungswort bis am 30. Oktober 2020 an wettbewerb@gnao.ch.

Oder beantworten Sie die Fragen online: www.gnao.ch/wettbewerb.

Viel Glück! Ein kleiner Tipp: Sämtliche Lösungen sind im magna zu finden.

Lösungswort

Coiffure Grimm verlost 30 Salongutscheine im Wert von je CHF 100.

Die Gewinner werden unter den richtigen Einsendungen ausgelost, persönlich kontaktiert und in der nächsten Ausgabe von «magna» allenfalls veröffentlicht. Zum Wettbewerb kann keine Korrespondenz geführt werden, der Rechtsweg ist nicht möglich. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der GNAO-Kooperationspartner sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

COIFFURE Grimm

Baden (Zentrum)
 Badstrasse 4, 5400 Baden
 Telefon 056 210 10 10
 info@coiffure-grimm.ch

Mo 09.00 – 18.00 Uhr
 Di, Do, Fr 08.00 – 18.00 Uhr
 Mi 08.00 – 19.00 Uhr
 Sa 07.00 – 17.00 Uhr

Kantonsspital Baden (KSB)
 Im Ergel 1, 5400 Baden
 Telefon 056 470 07 81
 info@coiffure-grimm.ch

Mo 13.00 – 18.00 Uhr
 Di - Fr 08.00 – 18.00 Uhr
 Sa 07.30 – 16.00 Uhr

HAVE A GOOD HAIR DAY.
www.coiffure-grimm.ch

TERMIN ONLINE BUCHEN

COIFFURE Grimm

Baden (Zentrum)
 Badstrasse 4, 5400 Baden
 Telefon 056 210 10 10
 info@coiffure-grimm.ch

Mo 09.00 – 18.00 Uhr
 Di, Do, Fr 08.00 – 18.00 Uhr
 Mi 08.00 – 19.00 Uhr
 Sa 07.00 – 17.00 Uhr

Kantonsspital Baden (KSB)
 Im Ergel 1, 5400 Baden
 Telefon 056 470 07 81
 info@coiffure-grimm.ch

Mo 13.00 – 18.00 Uhr
 Di - Fr 08.00 – 18.00 Uhr
 Sa 07.30 – 16.00 Uhr

HAVE A GOOD HAIR DAY.
www.coiffure-grimm.ch

TERMIN ONLINE BUCHEN

Hausärzte haben neue Ansprechpartnerinnen.



Die Anzahl Hausärzte nimmt ab – damit auch jener, die in Pflegezentren Patienten behandeln. Silvia Brims Koponen hat sich nach zehn Jahren in der Inneren Medizin, Intensiv- und Palliativmedizin im KSB dafür entschieden. Nun coacht sie «klinische Fachspezialistinnen», die der Reusspark seit 2017 ausbildet – ein Novum in der Schweiz.

mit Medizinischen Praxis-Assistentinnen (MPAs) zu tun, die mit ihr gemeinsam die Patienten betreuen. Im Reusspark, wo sie Palliativpatienten besucht, arbeitet sie eng mit Pflegefachpersonen zusammen. Sie sagt: «Ihre Beobachtungen und Einschätzungen sind für mich elementar. Sie erleben «meine» Patienten jeden Tag.» Bevor sie zum Patienten gehe, bespreche sie sich immer erst mit einem Mitglied des Pflorgeteams. Auch danach sitze man meistens noch zusammen, um das weitere Vorgehen zu besprechen.

machen medizinische Untersuchungen und verordnen Medikamente. Dadurch ist im Zentrum ärztliches Personal stärker und kontinuierlicher präsent – ein Modell, das Silvia Brims bereits im KSB kennen gelernt hatte. Da die Fachspezialistinnen aus Pflegeberufen kommen, werden tendenziell weniger Medikamente verschrieben, da sie zusätzlich aus einem grossen Repertoire von pflegerischen Massnahmen schöpfen können. Diese Spezialisierung, die es in den USA schon länger gibt, lancierte der Reusspark in der Schweiz 2017 als erste Langzeitpflegeinstitution. Chefarzt René Kuhn initiierte sie als eine Massnahme gegen den zunehmenden Mangel an Hausärzten.



Silvia Brims Koponen, Hausärztin und Coach der klinischen Fachspezialistinnen.

Coach und Teamkollegin zugleich

Während sich die Hausärzte in Pflegeinstitutionen bisher üblicherweise mit diplomierten Pflegefachpersonen austauschten, hat Silvia Brims im Reusspark zusätzlich mit einer neuen Berufsgruppe zu tun: den «klinischen Fachspezialistinnen». Dies sind Pflegefachpersonen, die eine auf Geriatrie und Palliativmedizin zugeschnittene Weiterbildung absolvieren, welche sie befähigt, Tätigkeiten von Assistenzärzten zu übernehmen. Sie

«Ich finde die Zusammenarbeit mit den Fachspezialistinnen total spannend», sagt Silvia Brims, welche die inzwischen vier klinischen Fachspezialistinnen begleitet und schult. «Sie betreuen im Alltag die Patienten und kennen ihren Zustand bestens. Auf der Visite besprechen wir komplexe Fälle, ich gebe zusätzliche Inputs, und wir überlegen gemeinsam, wie der Patient weiter behandelt werden soll.» Angst, dass die Fachspezialistinnen eines Tages den Hausärzten die Arbeit wegnehmen könnten, hat sie keine. «Es gibt so viele spezifische und immer komplexere Situationen und Bedürfnisse, da werde ich auch weiterhin zu tun haben.»

Nach zehn Jahren in einem technisch hochmodern ausgerüsteten Spital verspürte Silvia Brims Koponen immer mehr den Wunsch, Menschen in der letzten Phase ihres Lebens zu begleiten und diese bestmöglich zu gestalten. Als Internistin und Intensivmedizinerin war sie im Kantonsspital Baden gestartet, nach einigen Jahren bildete sie sich noch zusätzlich in Palliativmedizin weiter. Da auch die Betreuung der beiden Kinder und die Schichtdienste und Nachteinsätze einen hohen Tribut forderten, entschied sie, sich im November 2019 in einer Hausarztpraxis in Niederrohrdorf niederzulassen und als ambulante Ärztin jeweils einen halben Tag pro Woche in der Palliativstation des Pflegezentrums Reusspark in Niederwil zu arbeiten.

Obwohl «Hausärztin» nach Einzelkämpfer-Dasein tönt, ist Silvia Brims weiterhin stark in Teamarbeit eingebunden. Zunächst arbeitet sie in einer Doppelpraxis und bespricht sich regelmässig mit ihrem Kollegen. Zudem hat sie dort

**GANZ
IN IHRER NÄHE**

Schmerz-, Trainings-,
Physio-, Ergotherapie,
Logopädie



**DAS BRINGEN
WIR WIEDER
IN ORDNUNG.**

Im RehaCenter Ihrer Wahl

Baden · Bad Zurzach · RehaCity Basel · Kilchberg
Lenzburg · Therapiezentrum Limmattal · Wil
Winterthur · Zollikerberg · Zürich Airport · Zug

www.rehaclinic.ch



**TÄGLICH FRISCHES UND VIELSEITIGES
VON UNSEREM KÜCHENTEAM.**

Schöne Aussichten. Spital Muri.



**Wie am
ersten Tag.**



Theres Sutter machte anfangs Achtzigerjahre ihre Ausbildung zur diplomierten Krankenschwester AKP. Die Anforderungen an ihren Beruf wurden stets spezialisierter und umfassender, sie hatte verschiedene Funktionen inne, auch in der Leitung. Eines ist immer geblieben: Ihre Liebe für die Arbeit mit den Menschen.

Auch nach 40 Jahren im Beruf erlebt Theres Sutter am Patientenbett, was ihr bereits als 18-jährige Praktikantin im Basler Claraspital widerfuhr: Augenblicklich richten sich ihre Sinne auf den Menschen vor ihr und erfassen sein körperliches und seelisches Befinden. Arbeitsorte und Schwerpunkte mögen gewechselt haben, die Hierarchie zwischen Pflegenden und Ärzten flacher geworden und der Kosten- und Zeitdruck gestiegen sein – ihr Berufsherz schlägt seit jeher am stärksten für die kranken und verletzten Menschen. Denn diese brauchen damals wie heute Zuwendung und Unterstützung, egal wie revolutionär die Entwicklungen im Gesundheitswesen sind.

Wie wichtig es ist, von guten Geistern umsorgt zu sein, erfuhr die Pflegefachfrau am eigenen Leib, als sie sechs Jahre alt war. «Ich war fasziniert von der lieben Art, mit der mich die Nachtschwester betreute. Und ich beschloss: Das werde ich auch. Ich war beseelt vom Wunsch, helfen zu können.»

Wie viel Kraft «helfen» kosten kann, realisierte Theres Sutter, als sie nach dem Lehrabschluss in der Chirurgie-Abtei-

lung eines Akutspitals arbeitete. Nach drei Jahren war sie seelisch erschöpft. Sie sagt: «Als junger Mensch hat man ein Urvertrauen ins Leben. Plötzlich war ich damit konfrontiert, dass es sich jederzeit ändern kann.» Zu sehen, dass Menschen auch in ihrem Alter an Krebs starben, brachte die junge Frau an ihre Grenzen. Sie zog für sechs Monate nach England, um Englisch zu lernen. Danach war sie wieder bereit. Jahrzehntelang.

**Lieber beim Patienten
als am Computer**

Bis 2001 arbeitete Sutter in diversen Akutspitalern, dann wechselte sie in die Rehabilitationsklinik nach Schinznach, wo sie von 2001 bis 2016 den zweiten Stock leitete. Hier musste sie, Mutter von zwei Kindern, keine Nachtdienste mehr leisten, da dies mit Dauernachtwachen organisiert ist. Dennoch arbeitete sie stets 90 oder 100 Prozent. «Ich liebe meinen Beruf sehr», sagt sie. «Indem ich ein hohes Pensum habe, kenne ich die Patienten gut.» Ende 2016 trat sie die Stationsleitung ab, da sich die Aufgabenverteilung verändert hatte und dies nicht ihrem Pflegeverständnis entsprach. Sie vermisste unter

anderem die Arbeit am Patientenbett. «Die Stationsleitung verlangt sehr viele Managementaufgaben.»

Überhaupt bedauert Theres Sutter den wachsenden Anteil an Administration, den Pflegenden leisten müssen. «Zeit für die Patienten zu haben, wäre enorm wichtig», sagt sie. «Es fördert ihr Wohlbefinden, und sie öffnen sich eher, wenn sie spüren, dass wir uns ihnen ernsthaft zuwenden.» Auch wenn es manchmal kaum möglich sei, versuche sie sich Zeit für jeden Patienten zu nehmen. «Wenn mir jemand für ein Gespräch dankt oder ich spüre, dass sich der Patient aufgehoben fühlt, beglückt mich das sehr. Für diese Momente bin ich im Beruf geblieben.»

GNAO-PARTNER

aarReha Schinznach
T 056 463 85 11
info@aarreha.ch
www.aarreha.ch





Unterwegs auf der interdisziplinären Bettenstation im KSB.

Ständig bereit sein, Patientinnen und Patienten pflegen, den Kolleginnen und Kollegen unter die Arme greifen: Der Arbeitsalltag von Pflegefachpersonen ist höchst intensiv und erfordert ständige Konzentration und Flexibilität. Ida Pousaz, 24-jährige diplomierte Pflegefachfrau HF auf der interdisziplinären privaten Bettenstation des Kantonsspitals Baden, ermöglicht uns einen Einblick in ihren Frühdienst.

6.45 Uhr, Schichtbeginn: Am sogenannten «Huddle» (siehe Foto) gibt der Nachtdienst dem Frühdienstteam einen groben Überblick über die wichtigsten Geschehnisse der Nacht und wichtige Informationen für den neuen Tag.

6.50–7.15 Uhr: Ich lese mich in die elektronische Dokumentation meiner Patienten ein und kontrolliere deren Medikamente. Der Nachtdienst gibt mir die wichtigsten Informationen weiter, die exklusiv meine Patienten betreffen. Herr M. konnte wegen Schmerzen nicht gut schlafen und benötigt mehr Schmerzmedikamente. Herr S. war in der Nacht unruhig und verwirrt, es müssen sedierende Medikamente gegen ein Delirium eingesetzt werden.

Wenn ich – wie heute – eine Studierende betreue, bespreche ich mit ihr die Patientensituationen. Während meines Diensts spreche ich mich immer wieder mit ihr ab und kontrolliere ihre Arbeit auf Vollständigkeit und Qualität. Je nach Tagesverlauf und Ausbildungsstand plane ich mir mehr oder weniger Zeit für die Begleitung ein. Kompetenzen, welche die Auszubildende noch nicht hat, werden von mir übernommen. Mir ist es wichtig, mit den Lernenden und Studierenden Situationen zu reflektieren, sie gezielt zu schulen und Lernsituationen zu nutzen.

7.15–8.25 Uhr: Ich betrete das erste Patientenzimmer. Auf der «Morgenrunde» erfrage ich das Wohlbefinden von

Herrn M. und wie er geschlafen habe. Ich höre ihm aufmerksam zu und kläre eventuelle Pflegeproblematiken, wie z.B. Schmerzen oder Schlaflosigkeit. So verschaffe ich mir einen ersten Über-



«Huddle» – das Team bespricht die wichtigsten Informationen zu den Patientinnen und Patienten auf der Station. Wegen Corona herrscht Maskenpflicht, zudem müssen Sicherheitsabstände eingehalten werden.

Ida Pousaz misst die Vitalwerte einer Patientin und gibt diese im mobilen PC für das Dokumentensystem ein.

blick. Ich messe seine Vitalzeichen, also Blutdruck, Puls, Sauerstoffsättigung und Temperatur, kontrolliere die Infusionen, überreiche Medikamente, gehe den Tagesplan durch und bespreche Tagesziele. Dabei beobachte ich Herrn M. und fokussiere auf zusätzliche Eindrücke. Ich achte auf seine Bewegungen, die Gestik, den Zustand seiner Haut sowie seine Atmung. Ich dokumentiere die Vitalwerte und meine Beobachtungen in der digitalen Patientenakte. Diese morgendliche Runde führe ich bei all meinen Patienten durch. Bei Herrn B. benötige ich deutlich mehr Zeit. Er ist nicht mehr selbstständig mobil und verwirrt. Zuerst gebe ich ihm räumliche Orientierung und erinnere ihn daran, warum er im Spital ist. Er benötigt umfassend Hilfe beim Transfer vom Bett in den Stuhl. Dazu hole ich zur Unterstützung eine zweite Pflegende. Um 8 Uhr servieren die Kolleginnen der Hotellerie das Frühstück. Ich unterstütze die Patienten, welche die Medikamente nicht selbstständig einnehmen können oder weitere Unterstützung benötigen. Kurz vor der Pause bespreche ich mich mit meiner Tandempartnerin und notiere, was noch zu tun ist, oder z. B. delegiert werden kann.

«Mir ist es wichtig, mit den Lernenden und Studierenden Situationen zu reflektieren und gezielt zu schulen.»

8.30–9.25 Uhr: Das Team geht im Wechsel zum Znüni. Während meine Kolleginnen Pause machen, Sorge ich mich auch um deren Patienten und umgekehrt. Damit ist eine kontinuierliche Betreuung und die Sicherheit jederzeit gewährleistet.

9.25–9.30 Uhr: «Huddleboard» mit allen Pflegenden, Ärzten, Hotellerie, Care Managerin und dem Physiotherapeuten. Besprochen werden heutige Patientenaustritte und wichtige Informationen, die die am Patientenprozess beteiligten Fachpersonen betreffen.

9.30–11 Uhr: Nun startet die tägliche Arztvisite. Wir besprechen die pflegerischen Beobachtungen zu meinen

Patienten, Verordnungen, Probleme und das weitere Vorgehen. Anschliessend bleibt Zeit, um die geplanten pflegerischen Massnahmen, wie Körperpflege, Prophylaxen und Atemtraining, mit Herrn B. durchzuführen. Als Pflegende verbringe ich viel Zeit mit den Patientinnen und lerne sie, ihre Bedürfnisse und auch ihre Angehörige kennen. Dies macht für mich einen massgebenden Teil der Sinnhaftigkeit meiner Aufgaben aus. Mir ist es sehr wichtig, meine Eindrücke der oftmals äusserst komplexen Situationen professionell einzubringen. Entsprechend werden Pflegeplanung und Austrittsmanagement evaluiert und aktualisiert. Damit leiste ich einen wichtigen Beitrag im Behandlungsteam.

11–11.30 Uhr: Die Mittagsrunde ist ähnlich wie die Morgenrunde: Vitalzeichenmessen, Lagerung oder Mobilisation zum Essen, Blutzuckermessung, Medikamente kontrollieren und verteilen, bzw. die Einnahme unterstützen. Das Mittagessen für die Patienten steht an. Kurz vor der Mittagspause treffen wir uns nochmals zur kurzen Absprache.

11.30–13.15 Uhr: Mittagspause im Wechsel wie am Morgen. In der Pause nutzen wir die Gelegenheit uns auszutauschen, und lachen viel zusammen. Der Austausch untereinander kann auch in schwierigen Situationen hilfreich sein. Ich schätze das Arbeiten im Team sehr.

13.15–15.15 Uhr: Jetzt ist die Zeit, um weiterführende Pflegeverrichtungen durchzuführen. Herrn B. lagere ich regelmässig zur Seite, damit er sich nicht wundliegt. Wenn es seine Schmerzen zulassen, versuche ich ihn aus dem Bett zu mobilisieren. Wichtig ist dabei, dass ich ihm frühzeitig Schmerzmedikamente verabreiche. Auch bei meinen anderen Patienten schaue ich regelmässig vorbei. Ich motiviere sie zum Beispiel für Gehtrainings oder nehme mir auch die Zeit für einen Schwatz. Weiter kläre ich den Bedarf nach Hospitalisation. Je nachdem müssen Pflegeberichte erstellt, Transporte organisiert oder weitere Unterstützungen in die Wege geleitet werden.

15.15–15.20 Uhr: Am «Huddle» treffen sich nun die Teams vom Früh- und Spätdienst für eine kurze Übergabe. Hier geht es kurz und knapp um wichtige Aspekte und Informationen, welche für alle relevant sind.

«Als Pflegende verbringe ich viel Zeit mit den Patientinnen und lerne sie, ihre Bedürfnisse und ihre Angehörigen kennen.»

15.20–16 Uhr: Mit meiner Kollegin vom Spätdienst führe ich die Pflegevisite durch, zusammen gehen wir zu den heute betreuten Patienten. Ich verabschiede mich und stelle dem Patienten die Kollegin des Spätdienstes vor. Dabei nehme ich noch einmal Bezug auf die Tagesziele und befrage den Patienten zu seiner Zufriedenheit zum heutigen Tag. Die tägliche Messung der Zufriedenheit der Patienten und der Mitarbeitenden haben wir auf unserer Abteilung standardisiert eingeführt. Danach finalisiere ich meine Patientendokumentation. Da ich heute eine Studierende betreut habe, überprüfe ich auch ihre Dokumentation auf Vollständigkeit und Qualität und bespreche mit ihr die gemeinsame Schicht. Dabei klären wir noch allfällige Fragen oder Unklarheiten. Zudem teile ich ihr meine Beobachtungen mit betreffend ihrer Arbeit sowie der vereinbarten Ziele.

Der heutige Tag ist wie geplant verlaufen. Dies ist auf meiner Station längst nicht immer der Fall. Im Akutspital gehören veränderliche Situationen und Unvorhergesehenes dazu. Ich bin dafür ausgebildet, flexibel zu reagieren und situativ sofort die richtigen Massnahmen einzuleiten, wenn dies die Situation des Patienten erfordert.

GNAO-PARTNER

Kantonsspital Baden AG
T 056 486 21 11
info@ksb.ch
www.ksb.ch

Kantonsspital Baden
KSB



süßbach

FÜR MENSCHEN MIT GESCHICHTE

«Ich bin mega happy mit meiner Ausbildung und lerne hier jeden Tag etwas dazu.»

Kaan Eginme, Fachmann Gesundheit im 3. Lehrjahr



Wir investieren in Ihre Zukunft!

Interesse an einem Ausbildungsplatz in den Bereichen Pflege, Aktivierung, Küche, Hauswirtschaft oder Technischer Dienst? Tel. 056 462 62 03, imelda.haefliger@suessbach.ch



BILDUNG

Die Lust, mehr zu wissen.

Süßbach · Fröhlichstrasse 9 · 5200 Brugg · Tel. 056 462 61 11 · info@suessbach.ch · www.suessbach.ch

Ihre Bank für jede Zeit!

Sorglos starten.



Die Bank für junge Leute.

... am Puls der Region.



Bezirks-Sparkasse Dielsdorf
Genossenschaft

Für Berufsstarter ist der Anfang das Wichtigste, um schon möglichst früh die richtigen Weichen zu stellen. Fundierte Beratung sowie zugeschnittene Lösungen für junge Erwachsene bieten einen sorglosen Start in Ihre Zukunft.

www.sparkasse-dielsdorf.ch

Dielsdorf · Buchs · Niederglatt · Niederweningen · Rümlang

Geriatrische Akutrehabilitation nun auch im Freiamt.



Spital Muri

Das Spital Muri führt seit Juni 2019 eine akutgeriatrische Abteilung. Damit kommt es dem Bedarf an medizinischen Angeboten für ältere, vulnerable Menschen im Freiamt entgegen. Ein schneller Therapiestart verbessert die Chancen auf eine schnelle Rückkehr ins vertraute soziale Umfeld.

In der Schweiz nimmt der Bevölkerungsanteil älterer Menschen fortlaufend zu. Immer mehr Menschen erreichen ein hohes oder sehr hohes Lebensalter, und das bedeutet, dass auch immer mehr Menschen komplexe Krankheitsbilder aufweisen. Ihre Behandlung berücksichtigt nicht nur klinische, sondern auch präventive, rehabilitative und soziale Aspekte. Ein wichtiger Faktor bei der Genesung, Rehabilitation und Lebensqualität ist für ältere Menschen eine regionale Gesundheitsversorgung im bekannten und vertrauten Rahmen.

Das Spital Muri hat deshalb seit April 2019 ein geriatrisches Angebot aufgebaut und bietet nach einer Pilotphase mit sechs Betten seit Sommer 2020 eine akutgeriatrische Abteilung mit zwölf Betten. Sie wird durch eine Fachärztin mit Schwerpunkt Geriatrie geleitet. Der fachliche Austausch findet mit dem

Kantonsspital Baden statt, wo die Akutgeriatrie ebenfalls ein Erfolgsmodell ist.

In der Akutgeriatrie werden Patienten, die wegen einer Kombination von physischen und psychischen Erkrankungen vorübergehend nicht mehr in der gewohnten Umgebung zu Hause oder im Heim leben können, durch ein interdisziplinäres Team betreut und behandelt. Schon während der akuten Erkrankung beginnt die Rehabilitation der Patienten. Auf dem Programm stehen neben der ärztlichen, pflegerischen und therapeutischen Behandlung und Betreuung Physiotherapie, Ernährungsberatung, Ergotherapie und Logopädie. Wenn immer möglich, ist das Ziel ihre Rückführung ins gewohnte soziale Umfeld.

Nach 21 Tagen wieder daheim

Eine der ersten Patientinnen, die vom Angebot profitieren konnte, war Elisa-

beth Sutter*. Die 92-jährige Frau brach sich, nachdem sie in ihrem Schlafzimmer gestolpert war, das Becken und musste per Ambulanz ins Spital Muri eingeliefert werden. Nach einer sorgfältigen Abklärung durch Wirbelsäulenchirurgen wurde sie für die weitere Behandlung und Rehabilitation in die Akutgeriatrie aufgenommen. Eine Operation war nicht nötig, wohl aber schmerzlindernde Medikamente und Physiotherapie. Durch eine engmaschige Begleitung gelangte die Patientin zu ihrer Mobilität am Rollator und Selbstständigkeit zurück. Nach 21 Tagen konnte sie in ihr Daheim zurückkehren, auch dank der Unterstützung von Angehörigen und der Spitex. Inzwischen ist sie seit 10 Monaten zu Hause, wo sie sich guter Gesundheit erfreut.

*Name geändert

GNAO-PARTNER



Spital Muri

T 056 675 11 11
info@spital-muri.ch
www.spital-muri.ch



Menschen aus Krisen begleiten.

Pflegende in der Psychiatrie betreuen Menschen in akuten Krisen. Je nach Fachrichtung kann ihr Arbeitsalltag ganz unterschiedlich aussehen. Thomas Sutter, 36, Leiter Pflege und Fachtherapien in der allgemeinen Erwachsenenpsychiatrie, und Melanie Gjurgia, 33, stellvertretende Leiterin einer alterspsychiatrischen Station, berichten über ihre Tätigkeit bei den Psychiatrischen Diensten Aargau AG (PDAG).

«Täglich mehrere Eintritte erfordern eine hohe Flexibilität.»

Thomas Sutter, wie wird man Pflegefachperson in der Psychiatrie?

Es gibt verschiedene Ausbildungsmöglichkeiten in der Pflege – von der Fachperson Gesundheit über die Pflegefachperson HF bis zum Studium an der Fachhochschule. Die PDAG bilden jährlich 45 Pflegefachkräfte aus. Es ist auch möglich, aus anderen Fachbereichen wie der Somatik oder der Langzeitpflege in die Psychiatrie zu wechseln.

Welches Spezialwissen müssen sich die Pflegefachkräfte aneignen?

Die Pflegefachkräfte benötigen einen Grundstock an Kompetenzen, dazu gehören das Fachwissen über psychiatrische Krankheitsbilder und den Umgang damit, die Anwendung verschiedener Theorien und Modelle sowie die Fähigkeit, eine professionelle und vertrauensvolle Beziehung mit den Patienten

aufzubauen und auch in schwierigen Situationen fortzuführen. Das Spezialwissen, das für den jeweiligen Bereich notwendig ist, lernt man «on the job» oder in spezifischen Aus- und Weiterbildungen.

Was sind die grössten Herausforderungen in der Akutpsychiatrie?

Die ausgeprägten Krankheitsbilder und täglich mehrere Eintritte erfordern eine hohe Flexibilität. Man muss sich sofort auf eine neue Situation einlassen und mit zunächst wenig Informationen Entscheidungen treffen können. Die Intensität ist vergleichbar mit einer Notfall- oder Intensivstation eines somatischen Spitals. Die Menschen befinden sich in akuten Krisen. Teilweise werden sie auch gegen ihren Willen eingewiesen, weil sie selbst- oder fremdgefährdend sind.

Wo verläuft die Grenze zwischen den Aufgaben von Pflegenden, Therapeuten und Ärzten?

Sie ist fließend, da ein Patient in einem akutpsychiatrischen Zustand oft verschiedene Problembereiche hat. Wir arbeiten in interprofessionellen Teams bestehend aus Ärzten, Pflegenden, Therapeuten und Sozialarbeitenden. Gemeinsam mit den Patienten wird der Rahmen für die Behandlung festgelegt. Auch Pflegende verrichten therapeutische Arbeit. Hat ein suchtkranker Patient beispielsweise morgens den Drang, Alkohol zu trinken, erarbeitet die Bezugsperson mit ihm zusammen Strategien, die ihn beim Bewältigen der Situation unterstützen.

Warum wollten Sie Pflegefachmann werden?

Ich machte zuerst eine Lehre als Mediamatiker, doch das erfüllte mich nicht. Während eines Zivildienstes im Altersheim habe ich gemerkt, dass mir der Pflegeberuf liegt. Als ich danach in einer psychiatrischen Klinik schnupperte, wusste ich sofort: Das ist es. Menschen in Krisensituationen abzuholen und sie auf ihrem Weg zur Genesung zu begleiten, finde ich total interessant.

Thomas Sutter beim täglichen Rapport im Team.



In kleinen Schritten Grosses bewegen – Melanie Gjurgia hilft einer Patientin bei der Mobilisation aus dem Bett.

«Die Patienten geben einem sehr viel zurück.»

Melanie Gjurgia, Sie arbeiten auf einer alterspsychiatrischen Station, mit der die PDAG vor zehn Jahren in der Schweiz Pionierarbeit leisteten. Wer sind Ihre Patienten?

Ältere Menschen mit Demenzerkrankungen und Delirien, das heisst akuter Verwirrtheit. Wenn sie schwer erkrankt sind, können sie sich in Ausnahmezuständen befinden, und deshalb zuhause oder in einem Pflegeheim nicht mehr

betreut werden. Es können Persönlichkeitsveränderungen, aggressives Verhalten, Wahn und Halluzinationen sowie Schlafstörungen bis zur Tag-/Nacht-Umkehr auftreten. Sie bleiben, bis ihr Zustand verbessert und stabilisiert ist, durchschnittlich vier Wochen.

Was ist die Aufgabe der Pflege?

Wir unterstützen die Patienten bei der Körperpflege und achten darauf, dass sie möglichst viel selbstständig machen – das nennt man «ressourcenorientiert pflegen». Die Überwachung der Ernährung ist ebenfalls zentral, denn viele sind verwirrt und lehnen manchmal die Nahrung ab. Wir führen auch medizinaltechnische Tätigkeiten wie Blutentnahmen durch und geben die Medikamente ab. Die Aufgaben sind nicht nur körperlich, sondern auch fachlich sehr anspruchsvoll. Neben den psychischen leiden die Patienten oft an körperlichen Erkrankungen wie Lungenödem, Diabetes, Herzkrankheiten, etc.

Was zeichnet eine gute Pflegefachperson in der Alterspsychiatrie aus?

Es braucht viel Verständnis, Geduld und Einfühlungsvermögen. Man muss mit herausfordernden Situationen umgehen können. Ist jemand aggressiv, so ist dies ein Ausdruck der psychischen Erkrankung und nicht gegen einen persönlich gerichtet. Das lernt man aus der Erfahrung, und auch das Fachwissen hilft, die Ursache der Aggression zu verstehen. Zudem ist das Pflegepersonal in Deeskalationstechniken geschult.

Was gefällt Ihnen an Ihrer Arbeit?

Die Patienten geben einem sehr viel zurück. Es ist immer wieder schön zu sehen, wie jemand, der am Anfang verwirrt oder aggressiv war, in kleinen Schritten aus der belastenden Situation herauskommt und sich entspannt. Ich empfinde meine Arbeit als hochspannend und mache zurzeit ein CAS für Demenz und Lebensgestaltung.



**Pflegen Sie jemanden?
Wir entlasten Sie.**

**Betreuung rund um die Uhr.
Stundenweise. Tageweise.**

056 203 81 11
www.rpb.ch



Tages- & Nachtzentrum

Regionales Pflegezentrum Baden AG

Leicht- und Standardrollstühle · Senioren-Rollstühle · Rollstuhl-Schiebehilfen · Elektrorollstühle · Gehhilfen/Rollatoren · Bewegungstrainer
Elektroscooter · Dusch-/Badehilfen · Pflegebett



**Professionelle
Hilfsmittelberatung
bei uns, in der Klinik
oder bei Ihnen zu Hause**

REHA HILFEN AG

Hilfsmittel für Gehbehinderte

Zofingen · Tel 062 751 43 33
Baden-Dättwil · Tel 056 493 04 70
www.reha-hilfen.ch

Die Maske und die Hände.

Über die richtige Handhabung der Maske wurde viel diskutiert und berichtet. Hier nochmals eine Anleitung.

Blasen Sie die Geburtstagskerzen aus oder nehmen Sie ihnen den Sauerstoff durch Einatmen weg? Eben! Aufsaugen ist viel schwieriger als wegblasen. Genauso können Sie Viren schlecht aufsaugen, jedoch leicht in die Luft pusten. Und darum ist schon beim normalen Atmen die Gefahr gross, dass Tröpfchen ziemlich weit um Sie herum verteilt werden. Beim Ausatmen blasen Sie Ihren Atem und damit viele kleine Tröpfchen weit weg. Hin zum Haltegriff im Bus. Oder zum Geld, das Sie eben auf die Theke gelegt haben. Dank der Maske fliegen Ihre Tröpfchen nicht mehr so weit, weil sie in der Maske hängen bleiben – fast egal wie die Maske gemacht ist. Sie hilft Ihnen also nur, Ihre Viren den anderen nicht «aufzudrängen». Und das ist ja mal schon wichtig und weit mehr als nur «nett».

Aber das ist nur ein Teil der Geschichte. Die andere: In der Maske sammelt sich also allerlei. Fassen Sie sich an die Maske, greifen Sie direkt in Ihre Virensammlung. Deshalb sollten sie vermeiden in die Maske zu fassen. Und wenn, dann wenigstens nur seitlich, und nicht vorne beim Mund.

Und immer wieder desinfizieren

Nachdem Sie nun das Verteilen der Viren durch Ausatmen so schön verhindert haben, müssen Sie sich um die Hände kümmern. Denn diese sind der eifrigste Kurier. Sie haben eben die Maske zurechtgerückt? Dann übertragen die Hände möglicherweise Viren auf den Haltegriff oder aufs Geld – und der Nutzen der Maske wäre praktisch hinüber. Um nicht unbewusst Keime aufzunehmen und weiterzugeben, sollten Sie nach jedem gefährdenden Kontakt die Hände desinfizieren. Ihr

Gesicht dürfen Sie erst berühren, wenn Sie sie waschen oder desinfizieren konnten. Auf der Haut ist das Eindringen für Viren schwer. Aber Mund, Nase und Augen sind offene Eintrittspforten. Sie desinfizieren Ihre Hände also nicht nur, um keine Keime auf Ihrem Körper aufzutragen, sondern auch um Viren nicht weiterzugeben. Wer nicht weitergibt, schützt die anderen vor der Aufnahme. Wo nichts ist, kann nichts aufgenommen werden.

Diese beidseitige Anstrengung ist die Grundlage für den gemeinsamen Schutz. Und da gehören auch alle anderen Massnahmen, die vom Bundesamt für Gesundheit empfohlen werden, dazu. Denn es wäre eine übermenschliche Leistung, alles in absoluter Konsequenz durchzuhalten. Werden aber mehrere Massnahmen kombiniert, wird es möglich, die Wahrscheinlichkeit soweit zu senken, dass wir uns gegenseitig nicht mehr anstecken. Ziel erreicht!



GNAO-PARTNER 

Notfallapotheke
T 0800 300 001
www.notfallapotheken.ch

 **NOTFALL APOTHEKE**



Gutes bleibt bestehen.



Sicherheit mit Zukunft.



Wir sind da, wo die Musik spielt!

Am Rhythmus der Region.

Ihre Bank.

 **Bezirks-Sparkasse Dielsdorf** Genossenschaft

Dielsdorf · Buchs · Niederglatt · Niederweningen · Rümlang

www.sparkasse-dielsdorf.ch

COIFFURE Grimm

Baden (Zentrum)
Badstrasse 4, 5400 Baden
Telefon 056 210 10 10
info@coiffure-grimm.ch

Mo 09.00 – 18.00 Uhr
Di, Do, Fr 08.00 – 18.00 Uhr
Mi 08.00 – 19.00 Uhr
Sa 07.00 – 17.00 Uhr

Kantonsspital Baden (KSB)
Im Ergel 1, 5400 Baden
Telefon 056 470 07 81
info@coiffure-grimm.ch

Mo 13.00 – 18.00 Uhr
Di – Fr 08.00 – 18.00 Uhr
Sa 07.30 – 16.00 Uhr

**GUTSCHEIN
CHF 10.–**

Einzulösen bei Ihrem nächsten Besuch bei uns.
Gültig bis Ende 2020.

HAVE A GOOD HAIR DAY.
www.coiffure-grimm.ch



Agenda

Veranstaltungen

29.
September



Adipositas: Verdammt schwer – gemeinsam die Last loswerden | KSB

Mit Adipositas (Fettsucht, Fettleibigkeit) sind zahlreiche gesundheitliche Risiken verbunden. Dr. Fabian Deichsel erklärt, was Übergewicht so gefährlich macht und wie man es am besten los wird. 19.30 Uhr im Hörsaal oder Personalrestaurant



30.
Sept.

Publikumsvortrag: Kreuzschmerzen in der Schwangerschaft | aarReha Schinznach

«Wirksame Therapien ohne Nebenwirkungen». Reinhold Köck, Facharzt für Orthopädie und Physikalische und Rehabilitative Medizin. aarReha Schinznach am Campus Brugg-Windisch, 5210 Windisch. 19 Uhr. www.aarreha.ch

8.
Oktober



Triologisches Forum: Umgang mit Druck | PDAG

Für Betroffene, Angehörige und Fachpersonen. Alle Daten und Themen unter www.pdag.ch. 16.15 bis 17.45 Uhr, Areal Königsfelden in Windisch, Begegnungszentrum (O.1).



19.
Oktober

Diagnose Brustkrebs: Wie die Brust wiederhergestellt wird | KSB

Die chirurgische Entfernung des Tumors ist ein Grundpfeiler der Brustkrebstherapie. Wenn möglich, wird dabei brusterhaltend operiert. Ist die Brustentfernung notwendig, kann diese nach der Operation plastisch rekonstruiert werden. 13 Uhr Sprechstunde live auf Facebook: facebook.com/kantonsspitalbaden/live. Begegnungszentrum (O.1).

22.
Oktober



Öffentlicher Arztvortrag | Asana Spital Leuggern

Donnerstag, 22. Oktober, 20 Uhr
Weitere Informationen auf www.spitalleuggern.ch



27.
Oktober

Herausforderungen in Zeiten der Covid-19-Krise – Psychische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen | PDAG

Referat von Dr. A. Bernardon, CA Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie, und Podiumsdiskussion mit Fachexperten. Weitere Infos unter www.pdag.ch. 18 bis 20 Uhr, Areal Königsfelden in Windisch, Hauptgebäude (W.5)

26.
November



Publikumsvortrag: Osteoporose | aarReha Schinznach

«Wenn der Knochen schwindet». Dr. med. Philipp Zehnder, Chefarzt internistische Rehabilitation. aarReha Schinznach, Aula, 5116 Schinznach Bad. 18.30 Uhr. www.aarreha.ch

Sämtliche Veranstaltungen finden Sie auf der **GNAO-App**.
Gratis-Download im Apple Store und Google Play Store.



GNAO-Partner

aarReha Schinznach
T 056 463 85 11
www.aarreha.ch

Ärzteverband Bezirk Baden
T 056 200 86 06

Ärzteverein Bezirk Brugg
T 056 444 86 94

Asana Spital Leuggern AG
T 056 269 40 00
www.spitalleuggern.ch

Genossenschaft Notfallapotheke
T 0800 300 001
www.notfallapotheke.ch

Kantonsspital Baden AG
T 056 486 21 11
www.ksb.ch

Spital Muri
T 056 675 11 11
www.spital-muri.ch

Medizinisches Zentrum Brugg AG
T 056 462 61 60
www.mz-brugg.ch

pflegimuri
T 056 675 92 00
www.pflegimuri.ch

Psychiatrische Dienste Aargau AG
T 056 462 21 11
www.pdag.ch

Regionales Pflegezentrum Baden AG
T 056 203 81 11
www.rpb.ch

RehaClinic Bad Zurzach / RehaClinic Baden
T 056 269 51 51 / 056 203 08 08
www.rehaclinic.ch

Rehaklinik Bellikon
T 056 485 51 11
www.rehabellikon.ch

Reusspark Niederwil
T 056 619 61 11
www.reusspark.ch

Spitexorganisationen Region Baden
T 0842 80 40 20
www.spitexag.ch

Spitex Region Brugg AG
T 056 556 00 00
www.spitex-region-brugg.ch

Süssbach Pflegezentrum AG
T 056 462 61 11
www.suessbach.ch

Tages- und Nachtzentren
Regionales Pflegezentrum Baden AG
T 056 203 81 20
Reusspark Niederwil
T 056 619 67 00



**publish creative.
print different.**

VOGT-SCHILD / DRUCK
print- & publishing-services

www.vsdruck.ch
Ein Unternehmen der  **ch media**