

Palliative Care in der Stadt St.Gallen



Vorwort

Sehr geehrte Damen und Herren

Neun von zehn Menschen sterben nicht plötzlich und unerwartet, sondern nach einer mehr oder weniger langen Krankheitszeit. Fast alle Menschen werden mit Situationen konfrontiert, in denen Familienangehörige oder nahe-stehende Bekannte keine Aussicht haben, von einer schweren Krankheit genesen zu können. Spätestens dann wird es unumgänglich, sich mit den gerne verdrängten Themen Krankheit und Sterben zu befassen. Deshalb geht Palliative Care uns alle an.

Wie die Gesellschaft mit Menschen umgeht, die in ihrer letzten Lebensphase auf umfassende Pflege und Begleitung angewiesen sind, ist eine zentrale ethische Frage. Ebenso wie jene, ob der Mensch das Ende seines Daseins selber bestimmen darf. Ein gesellschaftlicher Konsens über das Recht, das Leben in eigener Entscheidung zu beenden, ist angesichts der fundamental unterschiedlichen Wertung dieser Frage nicht zu erwarten. Demgegenüber ist Palliative Care nicht nur ethisch unbedenklich, sondern geradezu notwendig. Die ganzheitliche Begleitung von unheilbar kranken und leidenden Menschen bis zum natürlichen Eintritt des Todes entschärft die Kontroverse über die moralische Rechtfertigung des Suizides und über die strafrechtliche Wertung der Suizidhilfe vor dem Hintergrund einer schmerzvollen, unheilbaren Krankheit.

Palliative Care wächst aus der Überzeugung, dass der letzte Lebensabschnitt ein integraler Teil des Lebens ist und einen hohen Wert in sich trägt. Stadtrat und Stadtparlament haben entschieden, Palliative Care in die politische Agenda aufzunehmen. Ziel ist die Schaffung eines Netzwerks in der Gemeinde, welches Menschen mit einer unheilbaren Krankheit in der letzten Lebensphase eine möglichst gute Lebensqualität bietet.

Der Stadtrat dankt allen, die sich am Gemeinschaftswerk Palliative Care in der Stadt St.Gallen beteiligen.

Nino Cozzio, Stadtrat
St.Gallen, März 2015

«Sie sind wichtig, weil Sie eben Sie sind. Sie sind bis zum letzten Augenblick ihres Lebens wichtig, und wir werden alles tun, damit Sie nicht nur in Frieden sterben, sondern auch bis zuletzt leben können.»

Cicely Saunders, Ärztin und Begründerin der modernen Hospiz-Bewegung



Palliative Care geht uns alle an

Je stärker Werte wie Erfolg, Leistungsfähigkeit, materielle Sicherheit und Jugendlichkeit unser Leben prägen, desto grösser wird das Bedürfnis, auch den letzten Lebensabschnitt selbst bestimmen zu können. Es sind Fragen zur Fragilität des Lebens, zu Leiden, Krankheit und Tod, die sich dabei stellen. Es sind die Themen von Palliative Care: Wie und wo will ich gepflegt und medizinisch versorgt werden, wenn mich eine schwere Krankheit trifft und der Tod näherrückt? Welche Möglichkeiten gibt es? Wo finde ich Beratung?

Mit dem Anstieg der Lebenserwartung in der Schweiz sind auch immer mehr Menschen von unheilbaren Krankheiten betroffen. Die Krankheitsverläufe werden komplexer und die Dauer der Pflegebedürftigkeit nimmt zu. Die Gesundheitsversorgung trägt dieser Entwicklung noch zu wenig Rechnung. Menschen in der letzten Lebensphase leiden oft nicht nur unter körperlichen Schmerzen, sondern auch unter psychischen Problemen und seelischen Nöten. Ihre Wünsche – zum Beispiel zu Hause sterben zu wollen – können nicht immer berücksichtigt werden. Palliative Care ergänzt die medizinische Gesundheitsversorgung und trägt durch eine aktive und ganzheitliche Behandlung und Betreuung von Patientinnen und Patienten dazu bei, diese Situation zu verbessern.

Was ist Palliative Care?

Die Palliative Care umfasst die Betreuung und Behandlung von Menschen mit einer chronisch fortschreitenden und/oder einer unheilbaren Krankheit. Sie hat zum Ziel, die Lebensqualität in jeder Krankheitsphase zu verbessern (nicht nur in der Sterbephase) und die nahestehenden Bezugspersonen angemessen zu unterstützen. Palliative Care beugt Leiden und Komplikationen vor, sie schliesst medizinische Behandlungen, pflegerische Interventionen sowie psychologische, soziale und spirituelle Unterstützung mit ein.

Im Zentrum von Palliative Care steht die betroffene Person und deren Umfeld

Betreuung und Begleitung werden für jede Patientin und für jeden Patienten individuell gestaltet: Familienangehörige und Freunde umgeben sie, während Hausarzt oder Hausärztin und Pflegefachpersonen die medizinische Versorgung und Pflege sicherstellen. Für die Betreuung können auch Personen aus dem persönlichen Umfeld mit einbezogen werden, z.B. Nachbarn, Bekannte sowie Freiwillige. Je nach Krankheitsverlauf und den Bedürfnissen ergänzen Seelsorge, Sozialarbeitende, psychologische oder andere Fachpersonen die Betreuung. Sie alle bilden zusammen das betreuende Netz eines kranken Menschen in der letzten Lebensphase. Sie alle leisten einen Beitrag zur Palliative Care.

Palliative Care kann bereits im frühen Krankheitsstadium beginnen, sobald keine Aussichten auf eine Heilung bestehen. Je weiter die Krankheit fortschreitet, desto stärker tritt der palliative Aspekt – das Zusammenwirken aller involvierten Personen und Organisationen – in den Vordergrund. Palliative Care endet nicht mit dem Tod des Patienten oder der Patientin, denn nahestehende Bezugspersonen werden auch nach dem Todesfall angemessen betreut.

Krankheits- und Sterbesituationen können sehr komplex sein. Ein Beispiel auf Seite 10 zeigt auf, wie das Netzwerk von Palliative Care zusammenwirkt.

Warum wird Palliative Care gefördert?

In der «Nationalen Strategie Palliative Care 2013–2015» steht die Förderung der palliativen Grundversorgung im Vordergrund. Bund, Kanton und Gemeinde haben dabei eine übergeordnete Aufgabe. Sie sollen Rahmenbedingungen und Strukturen im Gesundheits- und Sozialwesen schaffen, welche den Aufbau eines tragenden Netzwerks fördern. Ein Netzwerk für ein würdiges Leben und Sterben zu Hause und im Heim – für jede Einwohnerin und jeden Einwohner.

Palliative Care fördert die Selbstbestimmung in der letzten Lebensphase

Selbstbestimmung ist ein zentraler Grundwert in der Palliative Care. Die meisten Menschen möchten so lange wie möglich zu Hause leben. Es gibt jedoch Situationen, in denen Betroffene im Spital oder in einem Heim besser betreut wären. Um die verschiedenen Sachverhalte sorgfältig abzuwägen, ist eine gute Zusammenarbeit und Vernetzung aller betroffenen Organisationen und Fachpersonen notwendig.

Palliative Care erhält die Lebensqualität

Palliative Care stimmt die Behandlung auf die persönlichen Bedürfnisse der Patientin oder des Patienten ab. Persönlichkeit und familiäre Situation, Werte und Krankheitsverlauf sind in jedem Fall anders. Mit einer ganzheitlichen, individuell abgestimmten Behandlung und Betreuung fördert Palliative Care ein bestmögliches Leben mit der Krankheit.

Palliative Care verändert den Umgang mit Krankheit und Tod

Das Sterben wird als ein Teil des Lebens betrachtet und thematisiert. Palliative Care unterstützt Betroffene dabei, sich auch mit schwierigen Fragen auseinanderzusetzen: zum Beispiel, wie viel des medizinisch Machbaren in der eigenen Situation sinnvoll ist oder in welchen Situationen sie psychologische Begleitung, Seelsorge oder Sozialarbeit in Anspruch nehmen möchten.

Palliative Care entspricht einem Bedürfnis

Eine repräsentative Umfrage im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit zeigt, dass Palliative Care in der Schweizer Bevölkerung eine breite Akzeptanz findet: Über 90 Prozent der Befragten halten Palliative Care für notwendig, rund 75 Prozent ziehen in Betracht, Palliative Care eines Tages selber in Anspruch zu nehmen.

Wie ist Palliative Care in der Stadt St.Gallen organisiert?

Über 80 Prozent der palliativen Betreuung wird von Hausärztinnen und Hausärzten, von Pflegefachpersonen der Spitex sowie Alters- und Pflegeheimen geleistet. Falls in den letzten Lebenswochen Komplikationen oder zusätzliche Beschwerden auftreten, soll die betroffene Person möglichst am Ort der Wahl leben können. Deshalb ist es wichtig, Wissen und Kompetenzen im Bereich Palliative Care stetig zu erweitern.

Das Palliativzentrum am Kantonsspital St.Gallen und das Ostschweizer Kinderspital bieten spezialisierte Palliativversorgung an mit qualifizierter Betreuung und Behandlung für schwer kranke und sterbende Menschen im stationären Bereich. Für jene Menschen, die zu Hause betreut werden, gibt es mobile Palliativdienste wie den Palliativen Brückendienst der Krebsliga Ostschweiz und das Palliative Care Team des Ostschweizer Kinderspitals.

Versorgungsstrukturen in der Stadt St.Gallen



Wo erhalte ich Beratung und Information?

Erste Ansprechpersonen für Betroffene oder Angehörige sind oft die Spitex-Organisationen oder die Hausärztinnen und Hausärzte.

Die Stadt St.Gallen hat den Verein Forum Palliative Care Stadt St.Gallen mit der Führung einer Fach- und Koordinationsstelle für gemeindenahe Palliative Care beauftragt. Die Geschäftsstelle bietet folgende Dienstleistungen an:

- Sie vernetzt und koordiniert die verschiedenen Organisationen und fördert die Qualitätsentwicklung.
- Sie ist Ansprechpartnerin für alle Institutionen und Fachpersonen, die im Alltag mit Palliative Care zu tun haben.
- Sie sensibilisiert die Öffentlichkeit für das Thema Palliative Care.

Erreichbarkeit Geschäftsstelle

T 079 882 30 08

info@palliative-stadt-sg.ch

www.palliative-stadt-sg.ch

Palliative-Hotline Ostschweiz

24 Stunden telefonische Fachberatung
für Betroffene und deren Angehörige

T 071 494 29 00

Wie wirkt Palliative Care?

Ein Beispiel aus der Praxis

Krankheits- und Sterbesituationen können sehr komplex sein. Das Beispiel von Frau Nef (Name geändert) zeigt auf, wie Palliative Care die verschiedenen Handlungsfelder erkennt und die Betroffenen mit den zuständigen Fachpersonen und Einrichtungen verbindet.

Handlungsfeld 1: Körperliche und seelische Beschwerden lindern

Frau Nef ist 48 Jahre alt. Sie ist an Krebs erkrankt, und die Krankheit ist bereits weit fortgeschritten. Sie leidet unter starken Schmerzen, und eine innere Unruhe belastet sie stark.

Medizinische Versorgung sowie pflegerische Betreuung durch den Hausarzt und die Spitex können die Krankheit der Patientin nicht heilen, aber ihre Beschwerden mildern. Der Palliative Brückendienst unterstützt beratend und verbindet ambulante und stationäre Behandlung.

Handlungsfeld 2: Gespräche über Krankheitsverlauf, Krankheitsbewältigung und Sterben

Frau Nef hat Mühe damit, von anderen abhängig zu werden und ihre Selbstbestimmung zu verlieren. Sie möchte leben, obwohl sie weiss, dass ihr nur noch wenig Zeit bleibt. Sie hat Angst vor dem Sterben.

Palliative Care bezieht verschiedene Bezugspersonen der Patientin mit ein. Frau Nef wünscht sich im Hinblick auf den bevorstehenden Tod ein Gespräch mit der Seelsorgerin ihrer Kirchgemeinde. Auf eine psychologische Begleitung für die Bewältigung von Verlusten und Abhängigkeit verzichtet sie im Moment. Eine Pflegefachperson der Spitex übernimmt die Koordination zwischen den Beteiligten.

Handlungsfeld 3: Familie, Betreuung und finanzielle Sicherheit der Kinder

Frau Nef lebt mit ihrer 15-jährigen Tochter in der Wohnung, der 21-jährige Sohn ist nach der Lehre ausgezogen. Die Vorstellung, ihre Kinder alleine zurückzulassen, belastet Frau Nef sehr. Sie möchte mit dem Sozialdienst der Kirchgemeinde darüber sprechen. Begegnungen mit Menschen aus ihrem Bekanntenkreis sind sehr wichtig für sie, damit sie über ihre Sorgen und Ängste sprechen kann.

Der Sozialarbeiter der Kirchgemeinde nimmt in einem ersten Gespräch die Anliegen der Mutter und der beiden Kinder entgegen. Beim nächsten Gespräch sind der Vater der Kinder und die Schwester von Frau Nef dabei. Zu beiden bestehen gute Beziehungen; die Tochter kann nach dem Tod beim

Vater oder bei ihrer Tante Aufnahme finden. Das beruhigt die Patientin sehr. Der Sozialarbeiter klärt ausserdem Fragen zu Testament, Sozialversicherungen und Sorgerecht.

Handlungsfeld 4: Abschiedsprozess, Vorbereitung auf Sterben und Tod, Betreuung der Angehörigen

Frau Nef will in den letzten Wochen vor dem Tod möglichst vieles selbst regeln sowie gemeinsam mit ihren Angehörigen und Fachpersonen die nötigen Vorkehrungen treffen. Besonders wichtig ist ihr, dass ihre Tochter eine gute Begleitung erhält.

Zusammen mit Spitex und Hausarzt verfasst Frau Nef eine Patientenverfügung. Sie hält ihre Wünsche zur medizinisch-pflegerischen Betreuung fest für den Fall, dass sie diese später nicht mehr äussern könnte. Die Seelsorgerin bespricht mit ihr und den Angehörigen die Gestaltung von Trauergottesdienst und Begräbnis. Die Schwester und der Sohn übernehmen die Verantwortung für die Organisation. Eine Psychologin unterstützt die Familie beim Abschiednehmen. Mutter und Kinder verbringen möglichst viel Zeit miteinander und reden über das, was sie bewegt. Frau Nef ist sichtlich beruhigt, seit sie weiss, wer nach ihrem Tod welche Verantwortung übernimmt.

Handlungsfeld 5: Unterstützung in der letzten Lebensphase

Frau Nef fällt es schwer, in der Sterbephase alleine zu sein, denn sie möchte Tag und Nacht jemanden um sich haben.

Frau Nef und ihre Angehörigen können sich darauf verlassen, bis zuletzt menschliche und fachliche Unterstützung und Begleitung zu erhalten. Das gibt Sicherheit. Die Schwester von Frau Nef übernimmt, zusammen mit Freiwilligen des «Hospiz-Dienstes», die Begleitung in der Nacht. Hausarzt und Spitex passen die medizinische Behandlung und Betreuung täglich dem Gesundheitszustand an. Die regelmässigen Gespräche mit der Seelsorgerin beruhigen Frau Nef, denn sie kann sich darauf verlassen, dass ihre Familie in der Trauerphase gut betreut wird.

Fach- und Koordinationsstelle
Palliative Care Stadt St.Gallen
Falkensteinstrasse 25
9000 St.Gallen
T 079 882 30 08
info@palliative-stadt-sg.ch
www.palliative-stadt-sg.ch



palliative ostschweiz
forum stadt st.gallen

Das Forum Stadt St.Gallen ist Teil
von palliative ostschweiz.

Verein Palliative Care Stadt St.Gallen
Spenden an Postkonto 85-739533-1
IBAN CH29 0900 0000 8573 9533