



Informationsmagazin der SPITEX BERN • CHF 3.40

Diagnose Krebs

«Der Umgang mit dem Thema Krebs ist nach wie vor schwierig», sagt Susanne Rusterholz, Fachkommissionsmitglied der SEOP.

Seite 10

Wege gegen die Ohnmacht

Seit der Krebsdiagnose lebt Ursina Greuter konsequenter. Ein Besuch bei der ehemaligen Spitzensportlerin Seite 4

SPITEX BERN in Tasmanien?

Online informieren – egal wann und wo. Über den neuen Auftritt im weltweiten Netz Seite 15

Impressum

SPITEX7
Offizielles Magazin der SPITEX BERN

Herausgeberin
SPITEX BERN
Verein für ambulante Dienste der Stadt Bern
Könizstrasse 60, Postfach 450, 3000 Bern 5
Tel. 031 388 50 50
Verantwortlich:
Katharina Bieri, 031 388 50 55
katharina.bieri@spitex-bern.ch

Redaktion
typisch – atelier für mediengestaltung
Monbijoustrasse 61, Postfach, 3000 Bern 23
Tel. 031 372 55 55, redaktion@typisch.ch
Verantwortlich:
031 372 51 11
phi@typisch.ch

Autorinnen und Autoren dieser Ausgabe
Patrick Bachmann, Katharina Bieri,
Dr. Andreas Gerber, Marco Hobi,

Anzeigenverkauf:
typisch – atelier für mediengestaltung
Niels Jensen, 031 372 51 00
inserate@typisch.ch

Konzept/Gestaltung:
typisch – atelier für mediengestaltung, Bern
031 372 55 55, info@typisch.ch

Fotos:
Thomas Wiedmer, kontrast – atelier für fotografie,
Schönbühl-Urlenen, www.fotoatelier-kontrast.ch
(ausgenommen Seite 3)

Druck:
Rub Media AG
Falkenplatz 11, 3001 Bern
Tel. 031 301 24 34

Preis:
Fr. 3.40, Heftpreis im Mitgliederbeitrag
der SPITEX BERN inbegriffen

Auflage:
9000 Exemplare

Erscheinungsweise:
4-mal jährlich

Nächste Erscheinungsdaten:
Nr. 2/2004: 14. Juni 2004
Nr. 3/2004: 6. September 2004
Nr. 4/2004: 29. November 2004

Bitte beachten Sie die Anzeigen.
Wir danken den Inserenten für ihr Engagement,
sie unterstützen damit SPITEX BERN.

Diese Seite gehört Ihnen!

Möchten Sie über besonders gute oder schlechte Erfahrungen mit SPITEX BERN berichten? Haben Sie interessante Anregungen? Wie gefällt Ihnen dieses neue Magazin SPITEX7? Schreiben Sie uns Ihre Meinung!

Diese Forumseite gehört unseren Leserinnen und Lesern – wir freuen uns auf Reaktionen.

Anschrift: SPITEX7, Leserbriefe, Könizstrasse 60, Postfach 450, 3000 Bern 5,
katharina.bieri@spitex-bern.ch

Stellen Sie sich vor...



Dr. Andreas Gerber,
Facharzt
für Innere
Medizin FMH,
Bern

Sie sind krebskrank. Zuhause. Es ist Zeit zum Abschiednehmen. Ihre Lebenszeit ist kostbar, begrenzt. Da sind Ängste, Wut und Verzweiflung: Was kommt auf mich zu? Wieso habe ich das verdient? Was habe ich falsch gemacht? Ich schaffe das alles nicht mehr – aber ich möchte doch wenn irgend möglich zuhause bleiben können! Vielleicht plagen Sie Schmerzen, Müdigkeit, Übelkeit. Vielleicht sind Sie alleinstehend. Oder Ihre Angehörigen sind genauso ratlos und verzweifelt...

Hier setzt die Spitalexterne Onkologiepflege SEOP der SPITEX BERN an. Aus der Erkenntnis heraus, dass gerade Menschen mit Krebskrankheiten spezielle Bedürfnisse haben, wurde vor wenigen Jahren SEOP aus der Taufe gehoben: ein kleines Team aus weitgehend autonom arbeitenden, qualifizierten Fachfrauen aus dem Onkologie- und Palliativpflegebereich, welche sich speziell Krebskran-

ken und ihren Angehörigen widmen: problem- und ressourcenorientiert sowie stets telefonisch erreichbar, helfen die SEOP-Mitarbeiterinnen tatkräftig mit, dass die von ihnen betreuten Patienten ihre letzte Lebensphase so erträglich und so sinnhaft wie möglich erleben können – wenn möglich zuhause. Dies geschieht in enger Zusammenarbeit mit dem Hausarzt sowie dem SPITEX-Team durch

- Überwachung und Anpassung der lindernden Medikamente.
- Durchführung von Infusionen (z. B. Bluttransfusionen) zuhause beim Patienten.
- Organisation von Entlastungs- und Unterstützungsangeboten für den Patienten und seine Angehörigen.
- Beratung und Unterstützung des eingesetzten SPITEX-Teams.
- Vernetzungs-/Koordinationsarbeit.

Für uns Hausärzte stellt SEOP in Ergänzung zum bereits bestehenden SPITEX ein wertvolles Unterstützungs- und Entlastungsangebot dar, wir wissen unsere Patienten in guten Händen. Wenn es nicht mehr möglich ist, dem Leben Tage zu geben, so lässt sich immer noch den Tagen Leben geben. SEOP hilft dabei. Andreas Gerber

Dr. med. Andreas Gerber
ist Belegarzt an der Station
für Palliative Therapie des
Diakonissenhauses, Bern.
Mehr zum Thema SEOP ab Seite 10

Reklame

031 371 11 11
sicher von Tür zu Tür

Taxi- und Kleinbusbetrieb,
Grösstaxi für 6 Personen zum Normaltarif
Gruppenreisen in Kleinbussen (bis 16 Personen)
Verlangen Sie eine Offerte!

**Bären
Taxi AG**
Gratisanruf 0800 55 42 32

Online-Umfrage

Mehrere Studien zeigen auf: Bei der Schweizer Bevölkerung geniesst ein gutes Gesundheitswesen hohe Priorität – es werden dafür auch steigende Kosten in Kauf genommen. Und doch wird häufig über mangelnde Dienstleistungen der Krankenkassen geklagt. Zu diesem Dauerbrenner interessiert uns Ihre Meinung:

Sind Sie mit dem Preis-Leistungs-Verhältnis Ihrer Krankenkasse zufrieden?

- ja
 nein

Ab sofort können Sie auf der Website von SPITEX BERN unter der Rubrik «Online-Umfrage» Ihre Stimme abgeben, selbstverständlich ist dies anonym möglich.

Das Resultat wird im nächsten SPITEXT veröffentlicht. Machen Sie mit!

www.spitex-bern.ch

Neue Führungsinstrumente der SPITEX BERN

Hohe Zufriedenheit der Mitarbeitenden

Zur Erhebung der Zufriedenheit der Mitarbeitenden wurde 2003 bereits zum zweiten Mal eine Personalbefragung durchgeführt. Die wiederum hohe Beteiligung von 71,9% kann als sehr positiv bewertet werden. Insgesamt wird dem Unternehmen eine erfreulich hohe Mitarbeiterinnen-Zufriedenheit attestiert.

In den Bereichen Bildung, Entlohnung, Information, Zusammenarbeit und Führung wurden gegenüber 2001 deutliche Verbesserungen erzielt. Die neue Aufbauorganisation mit interdisziplinären Teams wird ebenfalls als sehr positiv bewertet. Diese Zusammenarbeit wird als Chance empfunden, das Verständnis unter den

verschiedenen Berufsgruppen zu fördern und den Dienst an den Klientinnen und Klienten weiter zu verbessern. Aus den Befragungsergebnissen werden gezielte Massnahmen abgeleitet und in die Strategie eingebunden.

Neues Beurteilungsinstrument

SPITEX BERN hat auch ein neues Beurteilungsinstrument der Mitarbeitenden erfolgreich eingeführt; das Pilotjahr ist abgeschlossen. Die durchgeführte Qualitätsauswertung zeigt ein erfreuliches Bild. Das Instrument wird von den Mitarbeitenden geschätzt und mitgetragen. Es wird somit in den jährlichen Zyklus überführt und bildet ein zentrales Führungsinstrument.



SPITEX BERN wählt Renault Twingo

Das 300-köpfige Team von SPITEX BERN betreut in der Gemeinde rund 1800 Klienten. In der Innenstadt sind die Betreuerinnen und Betreuer zwar oft mit den öffentlichen Verkehrsmitteln oder dem Fahrrad am schnellsten unterwegs, in vielen Fällen ist aber das Auto unentbehrlich. So zählt der Fahrzeugpark der SPITEX BERN 23 Personenwagen, die etwa 100 000 bis 120 000 km pro Jahr unterwegs sind.

Diese Fahrzeugflotte wurde nun erneuert. Für die Kurzstrecken-Einsätze sind kompakte, praktische, sichere, ökonomische und umweltschonende Fahrzeuge gefragt. In der Evaluation von SPITEX BERN schwang unter mehreren Bewerbern schliesslich der Renault Twingo obenaus.

Er passt in jede Parklücke, ist dank der verschiebbaren Rücksitzbank vielseitig einsetzbar und verursacht ein Minimum an Kosten. Denn für Direktor Marcel Rüfenacht war neben praktischen Überlegungen und einem hohen Qualitätsniveau auch der wirtschaftliche Faktor massgebend. «Als Nonprofit-Organisation, die zu einem grossen Teil von der öffentlichen Hand und von Spendengeldern finanziert wird, sind wir verpflichtet, besonders haushälterisch mit unseren Mitteln umzugehen», erklärt Rüfenacht. Zum vorteilhaften Gesamtpaket trägt die Berner Renault-Hauptvertretung Garage Lanz bei, welche die Wartung und Betreuung der geleasten Twingo übernimmt.

Herzliche Gratulation

Am 26. Januar durfte Ernst Oehrli aus Bern West bei guter Gesundheit seinen 102. Geburtstag feiern. Täglich liest er Zeitung, hört Radio DRS1, wäscht sein Geschirr ab und besorgt sogar noch seine Wäsche selber. In seinem Haus wohnt Ernst Oehrli seit 60 Jahren und steigt täglich die Treppe ins Schlafzimmer hinauf – «dies hält mich fit», meint er. Bis ins hohe Alter von 97 Jahren ging er «z'Bärg». Nun freut er sich besonders auf den Frühling, um wieder spazieren gehen zu können.

Seine beiden Kinder sind leider bereits gestorben, drei Grosskinder und fünf Urenkel besuchen ihn jedoch öfters.

Der Direktor von SPITEX BERN, Marcel Rüfenacht, gratulierte dem Jubilar persönlich.

Reklame



Gerne bringen wir Ihnen Ihre Medikamente gratis nach Hause!

Central-Apotheke Volz
Zytgloggelaube 2
3011 Bern
Tel.: 031 311 10 94
info@central-apotheke-volz.ch



EIN BESUCH BEI URSINA GREUTER

Der Angst nicht zu viel **Raum** geben

Ursina Greuter ist die erfolgreichste Schweizer Rollstuhlsportlerin. Vor über einem Jahr diagnostizierte ihr Arzt Krebs. Über einen Kampf, der keiner ist.

Patrick Bachmann

Ich war schon immer ein Mensch, der nach Unabhängigkeit strebt. Dafür nehme ich auch mehr Aufwand in Kauf. So ist einfach mein Weg.» Weil bei dieser Aussage auch ein gewisser Stolz in der Stimme liegt, wirkt diese Feststellung von Ursina Greuter umso glaubhafter. Dieses Streben nach möglichst weitgehender Autonomie bedeutete für Ursina Greuter eine grosse Herausforderung, nachdem sie als 24-Jährige plötzlich auf den Rollstuhl angewiesen war. «Ich übte

bis zum Umfallen, um die täglichen Verrichtungen auszuführen», erinnert sie sich, «ich wollte mir selbst und meinem Umfeld beweisen, dass ich selbstständig leben kann und leistungsfähig bin.»

Einfache Aufgaben wie Kleider anziehen oder Baden nahmen viel mehr Zeit in Anspruch als vorher. «Es blieben neben dem Haushalt höchstens eine oder zwei Stunden pro Tag, um etwas für mich zu machen.»

Trotzdem lehnte sie zusätzliche Hilfe ab. Den Hauswirtschaftsdienst von SPITEX beanspruchte sie lediglich ein Mal pro Woche. «Besonders am Anfang hatte ich sehr Mühe mit der Situation – daher konnte ich damals auch nicht wirklich dankbar sein für Hilfe.» Sie betont da-

bei aber, dass sie im Spital oder auch von SPITEX immer gut betreut und gepflegt wurde – und sie empfindet heute grosse Dankbarkeit für diese Unterstützung.

Ich besuche Ursina Greuter an einem sonnigen Tag im Februar. Der Weg vom Bahnhof Gurbriü-Ferenbalm bis zu ihrem Wohnhaus ist nicht weit – sie selber benutzt den Zug aber nicht oft. Trotz Verbesserungen sind die Hindernisse für Rollstuhlfahrerinnen und Rollstuhlfahrer noch zu gross.

«Für Reisen auf eigene Faust gibt es in den öffentlichen Verkehrsmitteln noch zu viele Stolpersteine.» Ursina Greuter wird deutlich: «Die Ablehnung der Behinderten-Initiative im vergangenen Jahr war verletzend.» Es verursache zum Beispiel keine hohen Kosten, um den Zugang zu Gebäuden zu erleichtern. Mit kleinen baulichen Veränderungen seien viele Verbesserungen möglich. «Ich fordere sicher nicht den Zugang auf das Berner Münster. Aber für vernünftige Verbesserungen kann ich das Kostenargument nicht gelten lassen.»

Ihre Wohnung bietet eine schöne Aussicht über die Wiesen und Wälder. Im Hintergrund ist der Jura zu sehen, von entfernt höre ich das Rauschen der Autobahn. Ein Wohnort in dieser schönen Landschaft lässt vermuten, dass Ursina Greuter oft draussen ist. Und ich denke mir, dass ihre Katze Mikesch hier ein Paradies hat. Obwohl diese blind ist.

«Die Natur gibt mir viel. Ich fahre oft in der Gegend spazieren, mit einem zügigen Tempo», erzählt Greuter. Was für eine mehrfache Weltrekordhalterin eher schnell sein dürfte. Doch vom Leistungssport hat sie sich zurückgezogen, seit vor über einem Jahr in den Lungen Krebsabläger gefunden wurden. Bereits 1998 musste sie ihre sportliche Karriere unterbrechen, ihr Arzt diagnostizierte Brustkrebs. Nach zwei Operationen und vier Chemotherapiezyklen schaffte sie aber ein Comeback. Diesmal beunruhigt sie der Befund der Metastasen noch stärker. Sie weiss, dass man diesen Krebs nicht wegoperieren kann.

Ich war zu Beginn unsicher, wie ich Ursina Greuter auf das Thema Krebs ansprechen soll. Nun zeigt mir ihre Offenheit und Direktheit, dass hauptsächlich ich damit Probleme habe.

Ich versuche es über einen Umweg und zitiere eine Aussage von Jim Koleček, dem Coach der SCL-Tigers. Er hat ebenfalls Krebs und geht zur Zeit vier Chemotherapien durch. «Ein Sportler braucht ähnliche Eigenschaften wie ein Kranker, um gesund zu werden: Durchhaltewillen, Disziplin, Konzentration auf das Wesentliche, Geduld, den Glauben an sich selbst und anderes mehr» (Berner Zeitung, 10. Februar 2004).

«...und es braucht auch Glück dazu», ergänzt Greuter sogleich lächelnd. Besonders die Erfahrung mit dem Mentaltraining – im Leistungssport unverzichtbar – hilft ihr nun auch bei der Auseinandersetzung mit der Krankheit. «Ich darf der Angst nicht zu viel Raum geben.» Sie bestätigt Kolečeks Aussagen zwar, bleibt aber


realistisch: «Der Mensch hat ein begrenztes Potenzial an Kraft. Und mich kostete der Rollstuhl bereits viel Kraft.»

Ursina Greuter blickt nachdenklich, wenn sie von ihrer Krankheit erzählt. Sie spricht in ruhigem Ton; wägt die Worte ab; verbessert sich, wenn ihr die gewählten Worte zu wenig genau sind. Dabei fällt mir plötzlich ein, dass Greuter gerne als Marketingspezialistin Karriere gemacht hätte. Ich fühle mich gefordert, spüre auch, wie ich mich das eine oder andere Mal auf Glatteis begebe mit meinen Fragen; wenn sie zu wenig präzise sind zum Beispiel. Oder wenn ich sie auf den Kampf gegen den Krebs anspreche.

«Es gibt keinen Kampf gegen den Krebs – in diesem Bezug mag ich das Wort nicht.» Für sie muss ein Kampf bei genügender



«Früher war ich auf den eigenen Wettkampf konzentriert und habe vieles nicht wahrgenommen.»



JURA APOTHEKE

Mirko Kubala
Breitenrainplatz 40
3014 Bern

Tel 031 331 01 43
Fax 031 331 08 78

info@jurapharmacy.com

Überlassen Sie Ihre Steuererklärung ruhig uns.

Denn wir rechnen gerne, und zwar so, dass es auch für Sie stimmt. Nicht nur bei Ihrer Steuererklärung, sondern auch bei der Buchführung und im Treuhand- und Versicherungswesen. Rufen Sie uns an oder kommen Sie vorbei.



accontis

Treuhand AG
Marienstrasse 18
3000 Bern 6
Tel. 031 356 33 33
www.accontis.ch

Projektierungen
Telefon und EDV-Installationen
Reparaturen und Unterhalt

aerni elektro

Aerni Elektro AG
Elektrische Anlagen
Weissensteinstrasse 33, 3000 Bern 5
Fax 031 371 33 97
Telefon 031 371 30 31

Wir sind
auf Draht.



MOBILITÄT

für behinderte Menschen

031 990 30 90

BETAX Berner
Behindertentransport
Stöckackerstrasse 60
3018 Bern
info@betax.ch
www.betax.ch

BETAX
Berner Behindertentransport



«Gesundheit bedeutet nicht unbedingt die Abwesenheit von Krankheit.»

Anstrengung zu gewinnen sein. «Wenn jemand an Krebs stirbt – kann man dann sagen, dass diese Person zu wenig gekämpft hat?», fragt sie entrüstet. Und sie fügt an: «Klar, ich möchte leben. Aber ich kann nicht mit Überzeugung behaupten, dass ich diese Krankheit bestimmt überwinde.» Ihre Philosophie war immer, dass belohnt wird, wer sich entsprechend Mühe gibt. «Es ist für mich schwierig zu akzeptieren, dass es eben nicht so ist.»

Es wird mir klar: Für einen selbstbewussten und initiativen Menschen wie Ursina Greuter ist bei einer Krebs-Diagnose die beschränkte Handlungsmöglichkeit etwas vom Schlimmsten. Sie wirkt etwas ungeduldig, wenn sie auf diese Machtlosigkeit zu sprechen kommt. Und trotzdem sucht sie auch hier nach Wegen gegen die Ohnmacht.

Wenn jeweils die Resultate der vierteljährlichen Untersuchungen abgewartet werden müssen, bleibt die Hoffnung – und eine andere Betrachtungsweise: «Gesundheit bedeutet nicht unbedingt die Abwesenheit von Krankheit», heisst ein solcher Gedanke.

Zudem nimmt sie die Zeit anders wahr als vorher: «Ich lebe einfach so, irgendwie zeitlos – und viel konsequenter», erzählt sie. Als es zum Beispiel vor einigen Wochen viel schneite, beharrte sie darauf, noch am gleichen Tag zu schlitteln – ihr Partner wollte dies zuerst auf den nächsten Tag verschieben. Glücklicherweise zogen sie dann spontan los, denn am nächsten Tag war der Schnee fast schon wieder weggeschmolzen.

Bei der Erinnerung an solche Momente sprüht Ursina Greuter vor Energie und Plänen. Ihre Begeisterung wirkt ansteckend, wenn sie von ihren Erfolgserlebnissen aus der sportlichen Karriere erzählt. Und es ist keinerlei Verbitterung zu spüren, wenn sie feststellt, sie habe aus ihrer Situation das Beste gemacht. Ich spreche sie auf die Zukunft an.

«Diesen Sommer möchte ich an die Paralympics in Athen reisen.» Diesmal aber als Zuschauerin, worauf sie sich besonders freut. «Früher war ich auf den eigenen Wettkampf konzentriert und habe vieles nicht wahrgenommen. Die Reaktionen der Zuschauer etwa, wenn sie zurufen und sich mitfreuen.» Das Besondere liegt auch darin, dass sie weiss, was in den Köpfen der Athletinnen und Athleten vorgeht. «So kann ich meine Erlebnisse nochmals Revue passieren lassen.» Und sie schwärmt von den vollen Stadien: «Tausende von begeisterten Zuschauern, dies ist für den normalerweise nicht mit Publikum verwöhnten Behindertensport grossartig.»

Doch nicht nur diese unvergesslichen Augenblicke bleiben zurück: «Durch den Sport können die so genannt Gesunden auf die Schwierigkeiten aufmerksam gemacht werden, mit denen Behinderte zu kämpfen haben.» Und sie hofft, dass Sport zu einem unproblematischeren Umgang zwischen Behinderten und Nichtbehinderten verhilft.

Die erfolgreichste Schweizer Rollstuhlsportlerin

Ursina Greuter wurde 1962 in Bern geboren und ist kaufmännische Angestellte.

Wegen einer Blutung im Halswirbelbereich sackte sie 1986 an einem gemütlichen Abend unter Freunden plötzlich zusammen – sie spürte ihren Körper nicht mehr. Seither ist sie querschnittgelähmt. 1988 trat sie dem Rollstuhlclub Bern bei und begann intensiv zu trainieren. Schon bald darauf startete sie eine steile internationale Karriere mit erfolgreichen Teilnahmen an Welt- und Europameisterschaften.

An den Paralympics in Atlanta (1996) und Sydney (2000) gewann sie zweimal Gold, einmal Silber und dreimal Bronze. Sie holte zudem 41 nationale Meistertitel und stellte

12 Weltrekorde auf. Die Weltrekorde über 100, 200 und 800 Meter sind noch immer gültig. Damit ist sie die erfolgreichste Schweizer Rollstuhlsportlerin.

Nachdem ihr Arzt 1998 Brustkrebs diagnostizierte und sie diesen überwand, wurden im Herbst 2002 auf der Lunge erneut Krebsabläger gefunden. «Unter den aktuellen Umständen ist an ein Weiterführen meiner sportlichen Karriere ab sofort nicht mehr zu denken. Die Gesundheit ist wichtiger.» Mit diesen Worten zog sich Greuter definitiv aus dem Leistungssport zurück. Ursina Greuter arbeitet heute einen Tag pro Woche im Schweizer Paraplegiker-Zentrum und berät dort Querschnittgelähmte. Sie lebt in Gurbrü, Kanton Bern.

Anrufen und nach 30 Min. geniessen

Angebot und Coupons:
www.Pizza-Master.ch

PIZZA-MASTER
PIZZAKURIER

Bessere Zutaten - Bessere Pizza

031 372 72 72

Kuhn Bieri
Hilfsmittel für Pflege und Gesundheit

Über 1000 Mietgeräte

Gesundheitsschuhe

Gehhilfen

Es gibt kaum etwas das wir Ihnen nicht bieten können.

Ausstellung Beratung

Miete Kauf
auch Occasionen

Badewannenlift

Schöne Pflegebetten

Kompressionsstrümpfe

Einlagen nach Mass

Kuhn und Bieri AG
Liebefeld, Bern, Thun, Biel, Zürich
Telefon 0848 10 20 40
www.kuhnbieteri.ch

Agenda

→ Mitgliederversammlung

SPITEX BERN lädt zur 7. Mitgliederversammlung. Diese findet am Montag, 3. Mai 2004 um 18 Uhr im Blumenberg-Saal des Berner Salem-Spitals statt. Alle Mitglieder sind herzlich eingeladen.

→ SPITEX-Tag

Der 8. Mai ist gleichzeitig auch der 3. Schweizerische SPITEX-Tag. Mit verschiedenen Aktivitäten in der ganzen Schweiz gelangt SPITEX an die Öffentlichkeit. SPITEX BERN wird mit einer Standaktion im Berner Hauptbahnhof präsent sein.

Hier ist der Beweis: Inserate im SPITEXT werden beachtet!

Mit einem Inserat im SPITEXT erreichen Sie über 9000 interessierte Leserinnen und Leser – gleichzeitig unterstützen Sie damit eine gemeinnützige Organisation. Mehr Infos und Media-Daten erhalten Sie unter 031 372 55 55.

SPENDEN- UND MITGLIEDERBETREUUNG

SPITEX zählt auf Sie

Die SPITEX BERN leistet Hilfe zur Selbsthilfe in den eigenen vier Wänden. Als nicht profitorientierte Organisation ist sie auf Beiträge und Spenden aus der Bevölkerung angewiesen. Einzelpersonen und Firmen sind herzlich willkommen!

Was unterstütze ich mit einer Mitgliedschaft bei SPITEX BERN?

Mit einer Mitgliedschaft leisten Sie einen wertvollen Beitrag zur Unterstützung des Vereins SPITEX BERN. Sie ermöglichen damit die Betreuung in den eigenen vier Wänden von kranken, allein stehenden, rekonvaleszenten und hilfebedürftigen Menschen jeden Alters – unter Berücksichtigung der vorhandenen Ressourcen. Dank Spenden ist es auch gelungen, eine Spitalexterne Onkologiepflege aufzubauen (Bericht über die SEOP-Angebote ab S. 10).

Vorteile einer Mitgliedschaft

- 4-mal jährlich erhalten Sie das informative Magazin SPITEXT (Wert Fr. 13.60 pro Jahr). Dieses liefert Neuigkeiten, erzählt Geschichten und beleuchtet Hintergründe.
- Einladung zur jährlichen Mitgliederversammlung. Sie können die Geschäftspolitik verfolgen, Ihre Meinung dazu äussern und haben die Möglichkeit, interessante Gespräche zu führen und Erfahrungen auszutauschen.

- Einmal jährlich Zustellung des Jahresberichtes. Sie erhalten damit umfassend Einblick über die Verwendung der Spenden und erfahren spannende Fakten.

Wie werde ich Mitglied bei SPITEX BERN?

Rufen Sie uns an, wir geben Ihnen gerne umfassend Auskunft und stellen Ihnen den Jahresbericht, die Statuten und das Anmeldeformular zu (031 388 50 55). Oder verwenden Sie den unten stehenden Talon. Weitere Informationen erhalten Sie auch via Internet auf www.spitex-bern.ch (Link «Mitgliedschaft»).

Mitgliederbeitrag der SPITEX BERN

- Einzelpersonen: CHF 25.– pro Jahr
 - Firmen: CHF 120.– pro Jahr
- Wenn Ihr einbezahlter Betrag den Mindestbeitrag für Mitglieder übersteigt, werden Sie automatisch Gönnerin oder Gönner und unterstützen damit spezielle Projekte zu Gunsten hilfebedürftiger, behinderter und kranker Menschen.

Katharina Bieri, Ihre Ansprechperson für Spenden

Seit Anfang Jahr bin ich als Leiterin Marketingkommunikation für das Gebiet der Spenden und Mitgliederbetreuung der SPITEX BERN zuständig – zudem leite ich den Bereich Immobilien und Material. Insgesamt arbeite ich bereits seit 1993 bei der SPITEX BERN und habe die Gelegenheit



wahrgenommen, mich dabei in verschiedenen Tätigkeitsfeldern zu bewegen. So war ich während sieben Jahren im Nordquartier als Einsatzleiterin tätig und betreute mit 22 Mitarbeitenden etwa 200 Klienten. Von 2001 bis Ende letzten Jahres leitete ich die Administration und Infrastruktur.

In dieser Zeit wandelte sich die SPITEX BERN (vor 1998 «Hauspflege Bern») stark und ist zu einer modernen, professionellen Non-Profit-Organisation geworden. Es ist mir wichtig, dass wir das Dienstleistungsangebot der SPITEX BERN zum Wohle unserer Klienten und Klientinnen erhalten und ausbauen können. Damit uns dies gelingt, benötigen wir Ihre Unterstützung: Wir suchen Spenderinnen und Spender, welche die SPITEX BERN tragen helfen. Unser Ziel ist es zudem, neue Mitglieder zu gewinnen. Längerfristig möchten wir die heutige Mitgliederzahl auf 10000 verdoppeln. Helfen Sie mit, dieses ehrgeizige Ziel zu erreichen!

Ich hoffe, dass die SPITEX BERN auch auf Ihre Unterstützung zählen kann – bitte kontaktieren Sie uns für Fragen oder Anregungen.

Katharina Bieri

Talon

- Ja, ich möchte Mitglied der SPITEX BERN werden – bitte senden Sie mir weitere Unterlagen.
- Ja, ich möchte die SPITEX BERN mit einem Beitrag unterstützen. Bitte nehmen Sie mit mir Kontakt auf.

Vorname/Name

Adresse

Tel./E-Mail

PC-Konto 30-16100-8

Talon einsenden an: SPITEX BERN, Könizstrasse 60, Postfach 450, 3000 Bern 5



SPITEXT traf sich mit Susanne Rusterholz von der Fachkommission SEOP (Spitalexterne Onkologiepflege). Ein Gespräch über Angebot, Kosten und Zukunftsstrategie der SEOP.

*Die Fragen für SPITEXT stellten
Patrick Bachmann*

S *SPITEXT: Aufgrund fachspezifischer Pflegebedürfnisse von krebskranken Patientinnen und Patienten wurde die SEOP entwickelt. Dadurch wurde die Qualität der SPITEX-Betreuung von Krebskranken aufgewertet. Doch wie erfahren betroffene Patienten oder deren Angehörige von dieser Dienstleistung?*

EIN GESPRÄCH MIT SUSANNE

«Eine grosse für viele

Susanne Rusterholz: Üblicherweise ist es so, dass der Hausarzt oder das Spital Kontakt mit dem SEOP-Team aufnimmt und den Patienten anmeldet. Von der Seite der niedergelassenen Ärzte klappt dies nach den üblichen Startschwierigkeiten inzwischen gut.

Das Angebot der SEOP ist also inzwischen bekannt?

Bei den Ärzten, im Speziellen bei den Onkologinnen und Onkologen, ist die SEOP recht gut bekannt – sie haben zudem genug Erfahrung, um die Bedürfnisse der Patienten abzuschätzen und wissen genau, welche Pflege nötig ist. Leider kennen aber auch sie hie und da nicht alle unsere Dienstleistungen und Möglichkeiten.

Die Zusammenarbeit mit den Spitälern jedoch muss noch verbessert werden. SEOP wird leider teilweise immer noch als Konkurrenz für die stationäre Pflege und Behandlung angesehen.

Ich wünsche mir, dass bei einer anstehenden Therapie jeweils die Möglichkeit einer Behandlung zu Hause in Betracht gezogen wird. Dies käme etlichen Patientinnen und Patienten entgegen – und gleichzeitig könnten dadurch Kosten gespart werden.

Das heisst, die SEOP ist für das Gesundheitswesen insgesamt kostengünstiger?

Es ist unbestritten, dass die SEOP – wie die SPITEX als solches – für einen grossen Teil der Patienten günstiger ist als im Spital. Doch hier bewegen wir uns bereits auf einer politischen Ebene...

Und wie sieht es mit den Kosten für den Patienten aus – wird die Rechnung von den Krankenkassen übernommen?

RUSTERHOLZ

Erleichterung Patienten»

Nicht zu 100 Prozent, höchstens 80 bis 90 Prozent der Kosten; denn bei diesem spezialisierten Dienst gibt es Angebote, die keine Pflichtleistungen der Krankenversicherer sind. Diese übernehmen zwar ärztliche und technische Leistungen, die Beratung hingegen ist limitiert. Eines der Ziele von SEOP ist jedoch, die Patientinnen und Patienten in den verschiedensten Bereichen umfassend zu beraten (zum Beispiel hinsichtlich Sozialversicherungen, fachbezogenen Beratungen). Ausserdem erfordert eine optimale Betreuung dieser Patientengruppe auch oft einen ausserordentlichen organisatorischen Aufwand.

Trotzdem muss auch betriebswirtschaftlich gedacht und gearbeitet werden. Dies ist die andere, nüchterne Seite von solch emotionalen Themen wie Krebs. Es ist eine dauernde Gratwanderung. Doch die Fachfrauen der SEOP sind professionell genug, um dies der Situation entsprechend abschätzen zu können.

Wie müssen wir dies verstehen – arbeitet die SEOP also nicht kostendeckend?

Nein, dies wird aus meiner Sicht auch in naher Zukunft nicht der Fall sein – ausser

Wer ist Susanne Rusterholz?

Susanne Rusterholz kann auf eine langjährige Berufserfahrung in Praxis und Führung im Bereich der Onkologie zurückgreifen. Sie gehört zur Fachkommission SEOP, ist im Vorstand der Spitex Bern und der bernischen Krebsliga und dort zugleich Präsidentin der Kon-

taktstelle Bern. Sie arbeitet im Spitalamt der Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern. Ihr Tätigkeitsgebiet umfasst unter anderem das ganze Gebiet von Verträgen und Tarifen für Akutspitäler, psychiatrische Institutionen und Rehabilitationskliniken.

das KVG (Krankenversicherungsgesetz) nennt zusätzliche Pflichtleistungen...

...was aber im heutigen politischen Umfeld nicht zu erwarten ist.

Leider ja.

Dann braucht die SEOP also zusätzliche Quellen zur Finanzierung?

Ja, das ist so. Die Krebsliga finanzierte den Aufbau der SEOP mit einer Projektfinanzierung. Diese ist Ende letzten Jahres ausgelaufen, und wir sind nun auf der Suche nach weiteren Geldgebern. Ohne Sponsoring wäre die Tätigkeit der SEOP

nicht möglich – deshalb betreibt SPITEX ein professionelles Fundraising, speziell auch für die SEOP.

In der jetzigen wirtschaftlichen Situation ist die Geldsuche sicher nicht gerade einfach...

...absolut, heute ist ein eher schwieriger Zeitpunkt für die Finanzierung neuer Dienstleistungen. Als Vergleich: Basel gründete seine spitalexterne Onkologiepflege vor über 20 Jahren – damals waren die Geldmittel auch bei der öffentlichen Hand noch eher vorhanden und der Aufbau konnte rasch vorangehen. Inzwischen ist die SEOP dort eine fest verankerte

«Ich wünsche mir, dass Spitäler die SEOP weniger als Konkurrenz betrachten.»



Institution. Wir in der Fachkommission müssen das Beziehungsnetz nutzen, denn das Knüpfen von solchen Kontakten ist eine unserer Aufgaben. Ich zum Beispiel komme aus der Führung und kann dadurch auf ein gutes Netzwerk zurückgreifen.

Wenn wir gerade bei der Fachkommission sind: Was sind deren weitere Aufgaben?

Einerseits sieht sich die Fachkommission als beratende Instanz und leistet fachlichen Support für das Team. Andererseits planen wir die künftige Strategie der SEOP.

Wie sieht denn die nähere Zukunft von SEOP aus?

In den letzten 1–2 Jahren fand ein Wandel statt – die bestehenden Strukturen mussten ausgebaut werden, wir brauchten mehr Personal und mehr Geld. Inzwischen hat sich das Team eingespielt und bewährt, die Fachfrauen arbeiten eigenständig mit der Betriebsleiterin zusammen. Jetzt können wir die SEOP weiterentwickeln. Wir

überlegen uns, ob wir zum Beispiel für die konzeptionelle und strategische Arbeit in der Fachkommission mehr Leute von der Basis oder Betroffene einbeziehen wollen. Denn manchmal sind die Vorstellungen von gesunden Menschen darüber, was Kranke brauchen, falsch.

Ist auch eine geografische Erweiterung der Berner SEOP geplant? Bisher beschränkt sich ja das Angebot mehr oder weniger auf die Stadt Bern.

In erster Linie ist es eine Frage der Ressourcen. Selbstverständlich ist die Idee vorhanden, die SEOP zu erweitern und auszubauen. Wenn heute Patienten von Köniz oder Ostermundigen die SEOP-Dienste der Stadt Bern beanspruchen wollen, gibt es bereits organisatorische Probleme – diese Gemeinden gehören eigentlich nicht mehr ins Einzugsgebiet der SPITEX BERN. Daher wäre eine Regionalisierung dieser Dienste aus meiner Sicht natürlich sehr wünschenswert. Es ist aber nicht so, dass in allen Regionen, in denen es keine SEOP-Angebote gibt, die Patienten zur-

zeit schlecht gepflegt werden. Aber ein solches ergänzendes Angebot wäre für viele Patienten und deren Angehörige in einer schwierigen Situation eine willkommene Erleichterung.

Es gibt auch bestehende Strukturen, die für weitere Ausbauschritte bereits vorhanden sind. So wurde im Spital Thun-Simmmental AG das Projekt palliative Betreuung im Raum Thun-Berner Oberland gestartet, welches übrigens von der bernischen Krebsliga auch eine Startfinanzierung erhalten hat. Eine Zusammenarbeit mit diesen engagierten Fachpersonen erachte ich als äusserst sinnvoll.

Eine solche Regionalisierung ist eine grosse Herausforderung. Ist die SEOP für einen solchen Schritt gerüstet?

Ja, ich denke schon. Bei der SPITEX geht die Strategie ebenfalls in diese Richtung. Ich bin eine Verfechterin einer besseren Verbindung von SPITEX und den Spitälern der Regionen. Denn es ist eine zentrale Aufgabe von SPITEX, dass der Patient einen fließenden Übergang vom

Inserate

**TOSKANA – NATUR PUR
RUHIG – PERSÖNLICH – EXKLUSIV**

Wunderschöne Lage, nicht am Meer, Zimmer/Frühstück
in exklusivem Landhaus mit Pool und grossem Park.

Erholen, wandern, biken, reiten, malen...


Reservation: 033 681 24 93, www.castellare-toscana.ch




**WEISSENBÜHL
APOTHEKE**

Gratis-Hauslieferdienst

Seftigenstrasse 43, 3007 Bern
Tel. 031 371 33 82, Fax 031 371 33 78

Beratung	Hörgeräte	Service
a-plus Audio - Akustik, Brünnenstr. 126, 3018 Bern (Coop Center Bümpliz) Tel.: 031 991 20 30 und an der Humboldtstrasse 55, 3013 Bern (b. Viktoriaplatz) Tel.: 031 348 20 35		Wir hören uns...



ZÄHRINGER APOTHEKE BALLINARI
Gesellschaftsstrasse, 36 Telefon + 41 31 301 19 10 ballinari@bluewin.ch

Spital nach Hause erlebt. Dies dürfen keine komplizierten Abläufe sein. Dieser Effort braucht aber noch seine Zeit, SEOP muss zuerst in der Stadt Bern noch mehr verankert werden.

Und wie funktioniert die Zusammenarbeit mit ZAPP (Zentrum für ambulante Palliativpflege), welche in der Stadt Bern ähnliche Dienstleistungen anbietet?

Für den Patienten oder die zuweisende Stelle ist es nicht immer einfach, die Unterschiede auszumachen. ZAPP hat den Schwerpunkt im Einsatz von freiwilligen Helferinnen und Helfern. Dabei können sie auf einen grossen Pool von Freiwilligen zurückgreifen. Dieser unverzichtbare Einsatz dient unter anderem auch dazu, die Angehörigen bei der Betreuung von Betroffenen zu entlasten oder für die Angehörigen selber da zu sein.

Der Schwerpunkt der SEOP liegt bei der Koordination und Durchführung der Behandlungspflege. Die Angebote von ZAPP und der SEOP ergänzen sich gegenseitig – eine Zusammenarbeit ist dadurch zwingend und sinnvoll.

Es stellt sich sicher eine gewisse Konkurrenzsituation, aber diese erachte ich nicht als negativ, wir befinden uns in einem Dienstleistungssektor, und da gehört das dazu.



«Ich bin eine Verfechterin einer besseren Verbindung von SPITEX und den Spitälern der Regionen.»

Haben Sie noch andere persönliche Wünsche oder Vorstellungen für die Zukunft der SEOP?

Ich wünsche mir, dass Spitäler die SEOP weniger als Konkurrenz betrachten; dass also noch mehr Behandlungspflege zu Hause stattfinden kann. Heute gehen die Patienten oft für relativ kleine Behandlungen in die Poliklinik oder zum Arzt. Einigen fällt dies schwer – sei es aus psychischen oder körperlichen Gründen.

Ich kenne zum Beispiel ein Modell in Mailand, da gehen ein Arzt und eine

Pflegefachfrau zusammen auf Visite und führen vor Ort Untersuchungen, kleinere Behandlungen und die nötigen Pflegeverrichtungen durch. Das wäre ein Ziel: «Flying doctors and nurses». *(lacht)*

Aber dies hat sicher auch Grenzen?

Klar, was im Spital einfach auszuführen ist, kann zu Hause sehr umständlich sein. Doch wenn der Wille da ist, kann vieles organisiert werden. Sicher müssen die Möglichkeiten jeweils gut abgeschätzt werden.

Man darf übrigens nicht davon ausgehen, dass alle Patienten gerne zu Hause sind. Viele gehen lieber ins Spital, fühlen sich dort besser aufgehoben und sicherer. Oder ihre Angehörigen sind mit der Situation zu Hause überfordert.

Noch was zu ihrer persönlichen Motivation: Sie haben seit Jahren mit dem Thema Onkologie zu tun...

...ja, und ich bin erstaunt, wie nahe mir das Themengebiet immer noch steht. Krebs ist eine Krankheit, die eine grosse Bevölkerungsgruppe betrifft, und sie kann jederzeit alle von uns betreffen. Trotzdem – oder vielleicht gerade deshalb – ist der Umgang damit noch immer schwierig. Es ist ein emotionales Thema, das alle beschäftigt.

Frau Rusterholz, besten Dank für das interessante Gespräch!

Dank SEOP leichter leben mit schwerer Krankheit

Die Berner Spitalexterne Onkologiepflege (SEOP) startete vor drei Jahren dank Unterstützung der Krebsliga. Ende 2003 wurde die SEOP nun vollständig in die SPITEX BERN integriert.

Das SEOP-Angebot umfasst die Organisation und Koordination der Pflege von krebskranken Menschen zu Hause, Begleitung in Krisensituationen und während des Sterbens, die fachspezifische Beratung und die Unterstützung der Angehörigen. Die palliative Betreuung in Zusammenarbeit mit dem


SPITEX-Basisdienst und dem Hausarzt umfasst Schmerztherapien, die Kontrolle von Symptomen sowie die Anleitung und Übernahme von fachspezifischen Verrichtungen.

Im SEOP-Team der SPITEX Bern arbeiten qualifizierte Pflegefachfrauen aus den Bereichen der Onkologie- und Palliativpflege. Zurzeit teilen sich diese Aufgabe 3 Fachfrauen.

Auskunft und Anmeldung SEOP: Tel. 031 388 50 50, Spendenkonto SEOP: PC 30-16100-8 zu Gunsten SEOP.

quality time for business teams

events and seminars



basecamp

outdoor consultants GmbH | General Guisanstr. 32 | 3800 Interlaken
 Telefon 033 823 93 23 | welcome@basecamp.ch | www.basecamp.ch



Wir bringen Farbe ins Spiel.

rubmedia
Druckerei

Rub Media AG
 Postfach
 CH-3001 Bern
 Fon 031 301 24 34
 www.rubmedia.ch

Nova Taxi



0 313 313 313



Kompetent

*in Auswahl,
Preis und Beratung!*

*Ihr Spezialist für
Skis, Snowboards und Bikes*

Snowboarder's Paradise *Biker's Paradise*

SKI + VELO-CENTER AG

Niederwangen • Bern • Ittigen
 info@ski-velo-center.ch • www.ski-velo-center.ch

NEUE WEBSITE DER SPITEX BERN

Viel Neues auf www.spitex-bern.ch

Wie heisst die neue Hauspflegerin in der Länggasse?
Was kostet eine Pflegestunde? Was bedeutet SEOP und
wer ist für mein Quartier zuständig?
Viele Fragen – die Antwort heisst: www.spitex-bern.ch



Die Einstiegsseite der neuen Website (links) und die Darstellung des SPITEX-Angebots «Pflege» (rechts).

Das Internet hat in den letzten Jahren einen hohen Stellenwert im Medienalltag eingenommen. Immer mehr Leute klicken sich durchs weltweite Netz – und wollen dabei in möglichst kurzer Zeit die gewünschten Informationen finden.

Diese Tatsache möchte SPITEX BERN berücksichtigen – zeitgleich mit der Neulancierung von SPITEX T erscheint daher die Website www.spitex-bern.ch mit neuen Inhalten und neuem Aussehen. Eine optimale Orientierung und ein ansprechendes Design zeichnet die Seite aus.

Die Spreu vom Weizen trennen

Die neue Struktur der SPITEX-Website unterteilt die Informationen in fünf interessenspezifische Teile:

- Absatzmarkt (Angebot)
- Arbeitsmarkt (Stellen)
- Finanzierung (Spenden/Mitglieder)
- Partner (Links)
- allgemeine Öffentlichkeit (Hauptnavigation).

Neuigkeiten und Informationen über geplante Anlässe werden auf der Startseite publiziert (News/Events) und unter der Rubrik «Newsletter» vertieft.

Diese Professionalisierung der Website bedeutet eine weitere Massnahme einer konsequenten Kommunikation.

Mit der Neukonzipierung, der Projektleitung und der Gestaltung der Website wurde das Berner Atelier typisch beauftragt. Für die technische Umsetzung des Internet-Auftrittes ist LUNARTIS SA zuständig.

Und jetzt Sie!

Das Bindeglied der Website zum Magazin SPITEX T ist die «Online-Umfrage», wo Ihre Meinung gefragt ist. 4-mal jährlich wird dabei ein aktuelles Thema aufgegriffen (siehe Hinweis auf Seite 3). Das Resultat der Umfrage erscheint jeweils in der folgenden Ausgabe von SPITEX T. Grund genug, beim nächsten «Surfen» noch bei www.spitex-bern.ch vorbeizuschauen.

Reklame



Online-Shopperin (7) – Susanna Walser (50), Ärztin, bestellt seit 22. Mai 2003 online. Sie schrieb per E-Mail:

Ihr Online-Angebot, vor allem Ihre Lieferungen ins Haus, schätze ich ausserordentlich. Mit einer Familie sind 120 Franken schnell erreicht, so dass mich Ihre Hauslieferungen nichts kosten, wirklich bequem! Noch vor kurzem bestellte ich online vorwiegend aus Zeitgründen. Dann hatte ich ein Gipsbein, weswegen ich weder Auto fahren noch einkaufen konnte. Deshalb war ich natürlich umso dankbarer für Ihre Hauslieferungen! Eine Anregung habe ich noch: Ihre griechischen Joghurts sind so gut; schade, dass diese online noch nicht zur Verfügung stehen.

www.coop.ch 
Online bestellt – nach Hause gebracht



Wenn Sie alleine zu Hause oder am Arbeitsplatz sind, telefoniert **TeleAlarm®S11** auf Knopfdruck um Hilfe. Die Basis passt an jede gängige Telefonsteckdose. Das Notrufsystem wählt unter acht gewünschten Nummern, bis jemand erreicht wird. Weitere Auskünfte: **Swisscom Shop**, www.swisscom-fixnet.ch, **Gratisnummer 0800 800 800**.

Warum nicht immer Helfer zur Hand haben?

Übrigens: Für Seh- und Hörbehinderte haben wir das **Telefon Top P43**.

TeleAlarm®S11



swisscom **fixnet**

Einfach verbunden.