

FOKUS | 8

Die Spitex pflegt auch die Psyche

PROJEKTE | 36

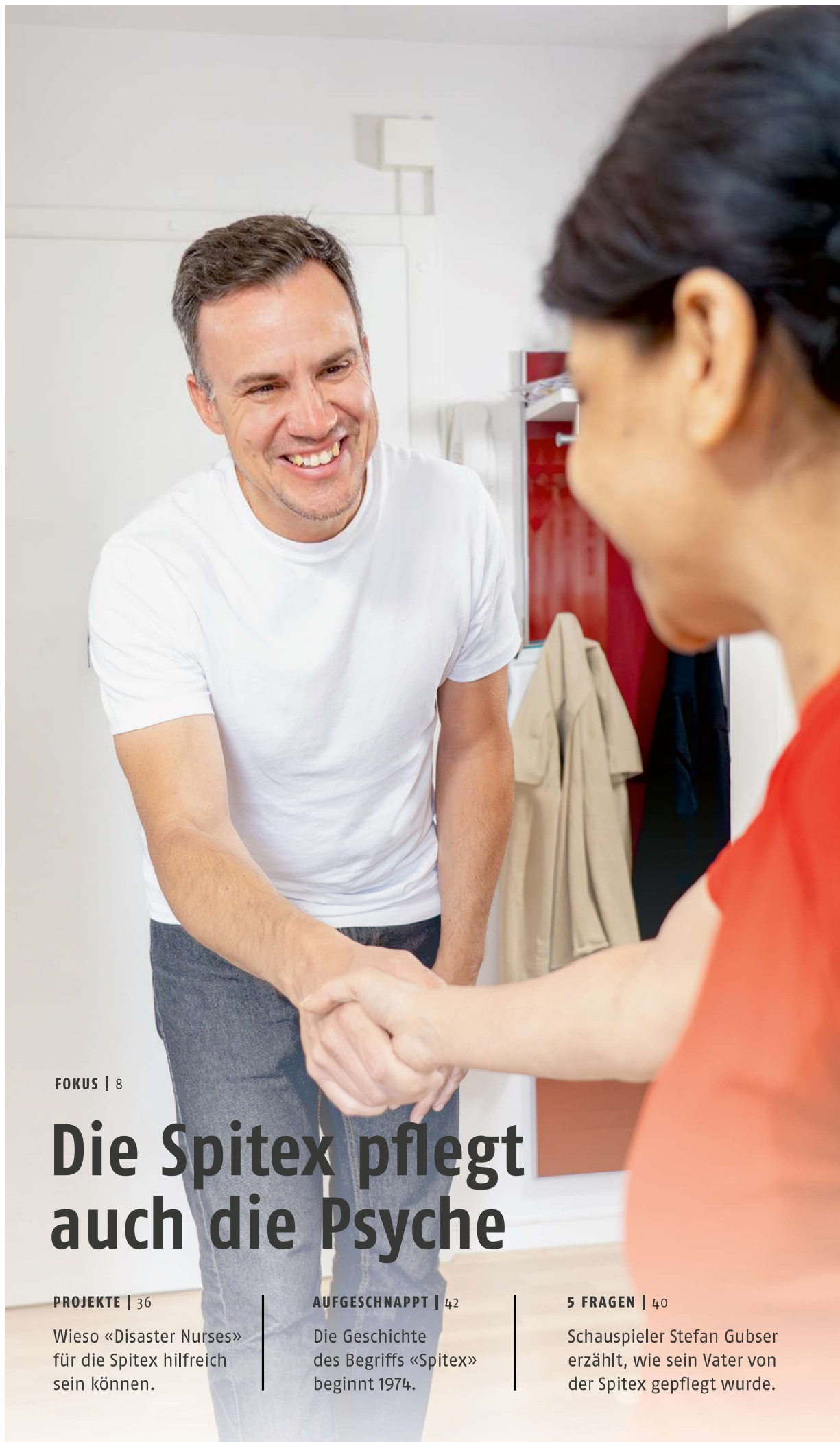
Wieso «Disaster Nurses» für die Spitex hilfreich sein können.

AUFGESCHNAPPT | 42

Die Geschichte des Begriffs «Spitex» beginnt 1974.

5 FRAGEN | 40

Schauspieler Stefan Gubser erzählt, wie sein Vater von der Spitex gepflegt wurde.



Innovationen in der psychiatrischen Versorgung zu Hause

Im Folgenden werden Projekte vorgestellt, welche in der psychiatrischen Versorgung im angestammten Umfeld von Betroffenen innovative Wege gehen – und natürlich die Spitex einbeziehen. **TEXTE: KATHRIN MORE**

Klinik-Mitarbeiter werden zu Spitex-Mitarbeitenden

Pflegefachpersonen der Psychiatrischen Dienste Graubünden (PDGR) sind zu den Klientinnen und Klienten von 16 Spitex-Organisationen unterwegs.

«Gemeinsam ans Ziel» lautet das Motto der Ambulanten Psychiatrischen Pflege (APP) der Spitex Imboden GR. Dieses Motto gilt auch für deren Zusammenarbeit mit den Psychiatrischen Diensten Graubünden (PDGR). «Wir hatten vor zehn Jahren Schwierigkeiten, genügend qualifiziertes Fachpersonal im psychiatrischen Bereich zu rekrutieren – bei steigender Nachfrage», berichtet Patricia Brenn, Geschäftsleiterin der Spitex Imboden. Darum unterzeichneten die Spitex-Organisation und die PDGR die Vereinbarung, dass die PDGR der Spitex fortan bei der Bereitstellung des benötigten psychiatrischen Fachpersonals hilft. «Dadurch können wir die Versorgung in der ambulanten Psychiatriepflege gewährleisten und fördern», sagt Patricia Brenn.

Die PDGR bietet diese Art der Kooperation in der APP seit 2011 an. «Inzwischen bestehen Leistungsvereinbarungen mit zwölf Spitex-Organisationen im Kanton Graubünden und mit vier im Kanton Glarus», berichtet Andreas Werner-Reisdorf, Leiter Pflegeentwicklung und Psychiatrie-Zentren der PDGR. Dabei gebe es reine PDGR-

Teams sowie gemischte Teams. Zehn diplomierte Pflegefachpersonen HF der PDGR sind ausschliesslich für die APP im Einsatz. Zusätzlich arbeiten vier PDGR-Mitarbeitende mit einem niedrigen Pensum in der APP und sind daneben in einer Tagesklinik tätig. «Damit können auch Spitzenzeiten in der ambulanten psychiatrischen Pflege flexibel abgedeckt werden», erklärt er. Derzeit werden rund 180 Klientinnen und Klienten der Spitex durch die PDGR-Pflegefachpersonen eng betreut. «Mit der Betreuung und Begleitung durch die stets gleichen Pflegefachpersonen im gewohnten Lebensumfeld wird ein Vertrauensverhältnis aufgebaut», sagt Andreas Werner-Reisdorf.

«Gut in die Spitex-Teams integriert»

Die Spitex Imboden zählt 70 Mitarbeitende und versorgt pro Jahr rund 450 Klientinnen und Klienten in fünf Gemeinden. Das psychiatrische Team der Organisation mit Sitz in Bonaduz GR betreut 40 bis 50 Klientinnen und Klienten und besteht aus drei PDGR-Mitarbeitenden mit insgesamt 25 bis 30 Stellenprozent und drei Spitex-Mitarbeitenden mit insgesamt 70 Stellenprozent. «Die Spitex Imboden rechnet alle psychiatrischen Leistungen über die Krankenkassen ab und vergütet den PDGR die Einsätze zu einem festen Stundenansatz», erklärt Patricia Brenn. Die Vorteile der Kooperation mit den PDGR seien vielfältig. «Der grösste Vorteil ist sicher, dass unsere Klientinnen und Klienten von professionellen psychiatrischen Leistungen profitieren können», beginnt sie aufzuzählen. «Uns steht jederzeit qualifiziertes Per-



Eine Mitarbeiterin der ambulanten psychiatrischen Pflege der Psychiatrischen Dienste Graubünden bei einer Klientin. Bild: PDGR/Nicola Pflanz

sonal zur Verfügung und unser administrativer Personalaufwand entfällt teilweise. Und die Mitarbeitenden der PDGR können von einem vielseitigen und attraktiven Arbeitsmodell profitieren.»

Um die Kommunikation im gemischten Team zu gewährleisten, findet alle sechs Wochen eine Sitzung statt. Diese dient laut Andreas Werner-Reisdorf der Klärung von Behandlungsgrundsätzen, allgemeinen Informationen sowie der Regelung von organisatorischen Prozessen. «Zudem wird beispielsweise geklärt, wer

Kapazität für Neuanmeldungen oder Ferienvertretungen hat», ergänzt Patricia Brenn. Auch ausserhalb dieser Sitzungen finde ein reger Austausch von Erfahrungen und Informationen zwischen den Teammitgliedern statt, sagt Andreas Werner-Reisdorf abschliessend: «Die Pflegefachpersonen der PDGR sind zwar externe Mitarbeitende, aber sie sind dennoch sehr gut in die Teams der Spitex integriert.»

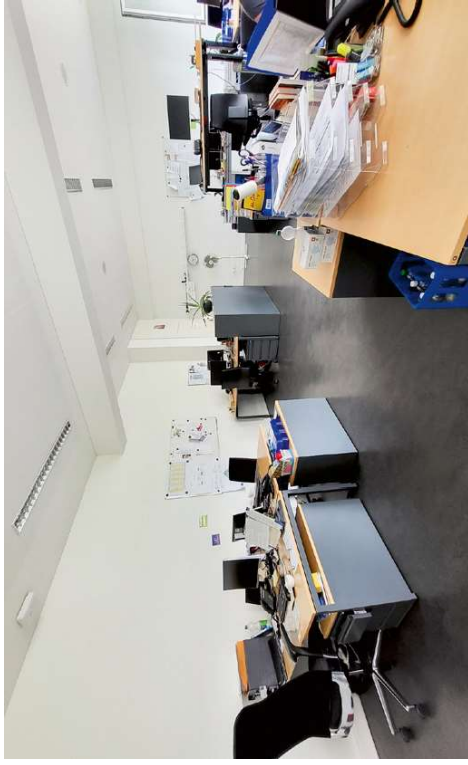
→ www.pdgr.ch

ASSIP HT und SERO – ein Fokus auf die Suizidprävention

Suizidalität ist in der psychiatrischen Versorgung eine grosse Herausforderung. Hier setzen die Projekte ASSIP und SERO an.

Um nach einem Suizidversuch erneute Versuche zu verhindern, hat die Universität Bern ASSIP («Attempted Suicide Short Intervention Program») entwickelt. Eine Studie der Universität Bern zeigt, dass damit das Risiko für weitere Suizidversuche um beinahe 80 Prozent verrin-

gert wird. «ASSIP kommt bereits in weiteren Ländern wie Deutschland, den USA oder Schweden zur Anwendung», berichtet Projektleiterin Dr. phil. Anja Gysin-Maillart. In der Schweiz wird von 2021 bis 2025 zudem im Rahmen eines Pilotprojekts «ASSIP Home Treatment» («ASSIP HT») erprobt, also ASSIP im Zuhause der Betroffenen. ASSIP HT umfasst drei bis vier Sitzungen mit einer psychotherapeutischen Fachperson. In diesen werden zum Beispiel die Auslöser der suizidalen Krise besprochen, Warnzeichen identifiziert und Strategien für die Bewältigung neuer Krisen erarbeitet. «Danach versenden die Therapeutinnen und Therapeuten während zweier Jahre regelmässig einen semi-standardi-



In diesem Grossraumbüro arbeitet das ICM- und PSÜB-Team der Psychiatrischen Dienste Thurgau.
Bild: Patricia Zwick

Klienten, die in eine akute Krisensituation gelangen könnten, dass sie sich dann ans AAZ wenden können.

- **Die Poststationäre Übergangsbearbeitung (PSÜB)** gewährleistet einen guten Übergang zwischen der stationären und der ambulanten Behandlung – durch eine auf drei Monate begrenzte, aufsuchende Arbeit von Fachpersonen der PDT. Deren Pflegefachpersonen weben ein Netzwerk aus formellen und informellen Helfenden für die Patientinnen und Patienten. Oft geschieht dies in komplexen Fällen von psychischen Erkrankungen. «Aber das PSÜB-Team kümmert sich auch um kleinere Themen, die bei der Entlassung ungeklärt sind», ergänzt Patricia Zwick. Die somatische Pflege und Hauswirtschaft der SpiteX wird während der PSÜB bei Bedarf hinzugezogen. Zudem kontaktiert das PSÜB-Team auch die Psychiatriepflege der SpiteX frühestmöglich, wenn die psychiatrische Behandlung nach drei Monaten weitergeführt werden muss. «Die Zusammenarbeit des PSÜB-Teams mit der SpiteX ist unkompliziert», lobt Christa Lanzicher.

- **Das Intensive Case Management (ICM):** Die PDT haben festgestellt, dass nicht nur die Nachfrage nach psychiatrischen Leistungen steigt, sondern auch deren Komplexität. Passend dazu sorgt das multiprofessionelle ICM-Team für die Behandlung, Rehabilitation und Unterstützung in komplexen und anspruchsvollen Fällen von psychischen Krankheitsen – im angestammten Umfeld der Betroffenen. «ICM-Patientinnen und -Patienten haben häufig und lange stationäre Leistungen in Anspruch genommen. Teilweise besteht zudem eine Mehrfachproblematik, zum Beispiel soziale und finanzielle Probleme sowie Multimorbidität», erklärt Patricia

Zwick. Das intensive Case Management sorgt für mehr Behandlungssicherheit, Lebensqualität und für einen deutlichen Rückgang der stationären Pflegetage. Auch beim ICM wird die SpiteX einbezogen, wenn somatische Pflege oder hauswirtschaftliche Leistungen benötigt werden. «Die SpiteX-Mitarbeitenden haben stets das körperliche und

psychische Befinden der Patientinnen und Patienten im Blick, und für diese fachliche Unterstützung sind wir sehr dankbar», sagt Patricia Zwick. Laut Christa Lanzicher ergänzt das ICM das Angebot der SpiteX gut: «Die Psychiatriepflege der SpiteX setzt stark auf die Eigenverantwortung der Klientinnen und Klienten. Bei «Heavy Usern» – also bei Menschen, die sehr viele Ressourcen des psychiatrischen Netzwerks benötigen – ist die SpiteX darum oft nicht die richtige Leistungserbringerin.»

Umgesetzt werden ICM und PSÜB vom gleichen Team aus acht spezialisierten Pflegefachpersonen HF, einer Oberärztin, Peer-Mitarbeitenden und Mitarbeitenden des Sozialdienstes. Der Kontakt zu den Klientinnen und Klienten erfolgt aufsuchend, in der Klinik – und über Messenger-Dienste, E-Mail, Telefon und Videotelefonie. «Letzteres aber immer nur in Ergänzung und nicht als Ersatz für den persönlichen Kontakt», betont Patricia Zwick. Finanziert würden alle drei Angebote durch die Krankenkassen – und durch einen jährlichen Beitrag des Kantons Thurgau. «Mit diesem finanzieren wir Leistungen, die nicht über Tarmed abgerechnet werden können, zum Beispiel die Triage, Angehörigenberatungen und Wegzeiten.»

→ www.sttg.ch/unternehmen/standorte/psychiatrische-dienste-thurgau

Peers unterstützten SpiteX-Klientinnen und -Klienten

Das Projekt INGA bringt psychisch kranke Klientinnen und Klienten der SpiteX mit Menschen zusammen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben.

Das Projekt INGA der Netzwerk Gesundheit Schweiz GmbH fördert seit 2021 den Einsatz von «Peers» (also von «Gleichbetroffenen») in der Psychiatriepflege der SpiteX. «Die Peers haben selbst eine psychische Krankheit bewältigt und können mit ihrem Erfahrungswissen die psychisch kranken Klientinnen und Klienten der SpiteX begleiten und unterstützen», erklärt Roger Altmann, Geschäftsleiter der GmbH. Passend dazu ist INGA die Abkürzung für «Involvement von Menschen mit Psychiatrieerfahrung», «Genesungsbegleitung» und «Austausch von Erfahrungswissen». Seit dem ersten Bericht im «SpiteX Magazin» 1/2022 hat sich einiges getan: Aktuell sind vier SpiteX-Organisationen an INGA beteiligt, 2024 werden es voraussichtlich 13 sein und 2027 hofft Roger Altmann auf 50. Das zehnköpfige Team der Netzwerk Gesundheit

Schweiz GmbH kann nun SpiteX-Organisationen aus der Deutschschweiz, der Romandie und dem Tessin betreuen und wird dabei von der Ernst Göhner Stiftung und der Beisheim Stiftung finanziell unterstützt. Weiter wurde die Recovery-Gruppe als Teil von INGA gestrichen – unter anderem, weil bereits viele Selbsthilfegruppen für Menschen mit psychischer Krankheit existieren (vgl. Infokasten S. 30). Erste Resultate der INGA-Begleitevaluation durch die Berner Fachhochschule (BFH) zeigen weiter, dass der Einsatz der Peers in drei von vier Fällen

«Es berührt mich, wenn Klientinnen und Klienten sagen, dass sie sich im Gespräch mit mir aufgehoben fühlen.»

ZBENKA MISANZIC
Peer

lernwerkstatt

SVEB-Zertifikat Einzelbegleitung

Als Fachperson Lernende, Studierende oder Mitarbeitende individuell begleiten und beraten.

Aarau	ab 27.10.23
Baden	ab 22.04.24
Basel	ab 08.01.24
Bern	ab 02.09.23
Bülach	ab 24.10.23
Luzern	ab 06.05.24
Olten	ab 27.10.23
Sargans	ab 24.10.23
St.Gallen	ab 24.08.23
Thun	ab 28.02.24
Unter	ab 08.01.24
Weinfelden	ab 05.02.24
Winterthur	ab 02.09.23
Zürich	ab 24.08.23

Jetzt Informationen anfordern:
Tel. 062 291 10 10

SPITEX FÜHRUNGSFORUM 2023

DONNERSTAG 26. OKTOBER

13:45 – 17:30 Uhr

Volkshaus Zürich

www.myspitem.ch

Heute anmelden

eine deutliche Verbesserung der Lebensqualität der Klientinnen und Klienten bringt; negative Effekte wurden keine festgestellt. Schliesslich wurde das Modell «INGA 2.0» entwickelt: Bisher finanzierte die Spitex die Arbeit der Peers. «Im Modell 2.0 besuchen die Peers hingegen einen Pflegehelfenden-Kurs, wodurch ihre Arbeit als psychiatriepflegerische C-Leistungen über die Krankenkassen abgerechnet werden kann», erklärt Roger Altmann.

«Anderen Menschen Mut machen»

Eine der derzeit sechs INGA-Peers ist Zdenka Nisandzic, die selbst Erfahrung mit psychischen Krankheiten gemacht hat. «2019 wurde ich aber durch zahlreiche somatische Beschwerden zur Ruhe gezwungen, woraufhin meine Genesung startete und ich einen achtsameren Lebensweg einschlug», erzählt die 30-Jährige. Im Herbst 2022 stiess sie auf ein Inserat zur Peer-Tätigkeit und bewarb sich. «Im März 2023 durfte ich mit grosser Freude meine Anstellung als Peer bei der Spitex Region Bern Nord (ReBeNo) beginnen und wieder im 1. Arbeitsmarkt Fuss fassen», sagt sie. Um für diese Aufgabe gerüstet zu sein, hat sie einen Pflegehelfenden-Kurs besucht und absolviert derzeit eine Coaching-Ausbildung. Sie ist zu 20 Stellenprozent bei der Spitex angestellt und betreut vier bis fünf Klientinnen und Klienten pro Arbeitstag im 2-Wochen-Takt. Diese leiden zum Beispiel an Suchterkrankungen, Depressionen und Angststörungen.

«Ich habe die Erfahrung gemacht, dass es Betroffenen guttut, sich selbst zu sein und sich jemandem anvertrauen zu dürfen. Diesen Rahmen versuche ich jedes Mal neu zu schaffen und die Klientinnen und Klienten bei den Themen zu begleiten, die für sie gerade wichtig sind», erzählt sie. «Mir gefällt, dass ich Menschen Mut machen, sie motivieren und ihnen eine Stütze sein kann. Es berührt mich, wenn mir Klientinnen und Klienten sagen, dass sie sich im Gespräch mit mir aufgehoben fühlen – und nicht so allein mit ihren Problemen.» Die grösste Herausforderung der Tätigkeit sehe sie «im Akzeptieren, dass man nicht immer gleich viel helfen kann». Unterstützung erhalte sie dabei von der Spitex. «Ich sehe mich als vollwertiges Teammitglied der Spitex und bekomme stark zu spüren, dass man mich und meine Herangehensweise schätzt», sagt sie. Auch die Mitarbeitenden der Netzwerk Gesundheit Schweiz GmbH seien jederzeit für die Peers da, zum Beispiel während regelmässiger Supervisionen. Zdenka Nisandzic empfiehlt die Arbeit mit Peers im Rahmen von INGA 2.0 allen Spitex-Organisationen: «Die Klientinnen und Klienten fassen durch die Peers Vertrauen, dass es ihnen zu gegebener Zeit auch wieder besser gehen kann. Das vermittelt ihnen Mut und Zuversicht für die Aufgabe, die Arbeit mit sich aufzunehmen oder weiterzuführen.»

→ www.netzwerkgesundheit.ch/inga-projekt

**Selbsthilfe Schweiz:
ein Angebot für jede und jeden**

Wer Selbsthilfe für ein verstaubtes Angebot für wenige Menschen hält, wird auf der Website von Selbsthilfe Schweiz eines Besseren belehrt: Dort finden sich viele digitale und physische Angebote für Selbsthilfe, die sich an Betroffene und Angehörige aller Alterskategorien und Geschlechter sowie an Menschen in allen möglichen Lebenssituationen richten. Neben sozialen Themen gibt es zahlreiche Angebote für Menschen mit physischen und psychischen Krankheiten, und die Suchmaschine von Selbsthilfe Schweiz macht das Finden des passenden Angebots leicht. Seit 23 Jahren fördert die Stiftung die gemeinschaftliche Selbsthilfe und agiert als Koordinations- und Dienstleistungsstelle für die 22 regionalen Selbsthilfezentren. «Selbsthilfe entwickelt sich vom Nischenprodukt zu einem zentralen, niedrigschwelligem und kostengünstigen Angebot des Gesundheitswesens», sagt Geschäftsführer Lukas Zemp. Die freiwillige Teilnahme in Selbsthilfegruppen wirke sich positiv auf die Selbstkompetenz, Selbstbestimmung, Lebensqualität und gesellschaftliche Integration der Teilnehmenden und ihrer Angehörigen aus und schone Ressourcen im Gesundheitswesen. Rund zwei Drittel der aktuell 300 Selbsthilfethemen betreffen psychosoziale Herausforderungen, Tendenz steigend. «Wichtig ist in Bezug auf all diese Angebote, dass Betroffene davon erfahren – und hier sind Gesundheitsfachpersonen von grosser Bedeutung.» Mit dem Projekt «Gesundheitskompetenz dank selbsthilfefreundlichen Spitälern» fördert Selbsthilfe Schweiz in Kooperation mit Gesundheitsförderung Schweiz zum Beispiel die Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfezentren, Selbsthilfegruppen und Spitälern. Lukas Zemp hofft auch auf eine selbsthilfefreundliche Spitex: «Die Spitex betreut viele Menschen mit einem Problem, bei dessen Bewältigung der strukturierte Austausch mit anderen Betroffenen und Angehörigen weiterhelfen könnte», sagt er. «Die Spitex-Mitarbeitenden könnten diesen Klientinnen oder Klienten raten, ein für sie passendes Selbsthilfeangebot auf unserer Website zu suchen. Oder sich für eine Beratung bei einem Selbsthilfezentrum zu melden. Niemand muss denken, dass er mit einem Problem allein ist oder sich dafür schämen muss.»

→ www.selbsthilfeschweiz.ch