

# Mehr Lebensqualität dank neuem Therapieansatz

Das Kantonsspital Winterthur gewann den ersten Platz beim neu initiierten Pflege-Award. Das Projekt hat zum Ziel, schwerstbetroffene COPD-Patienten individuell zu betreuen und damit für mehr Sicherheit und Lebensqualität zu sorgen. Josi Schweigler erzählt, wie sich ihre Situation dank des neuen Therapieansatzes verbessert hat.

Text Claudia Wyrsch, Bilder: Sara Keller

Die Diagnose COPD erhielt Josefa Schweigler – von den meisten Josi genannt – vor rund zehn Jahren. Die Beschwerden nahmen trotz der ambulanten Lungenrehabilitation, welche sie in den vergangenen sechs Jahren zweimal in Angriff nahm, immer weiter zu, bis sich ihr Zustand aufgrund zweier Lungenentzündungen rapide verschlechterte. Sieht man die 85-Jährige heute mit ihrem Rollator durch die Gänge laufen, ist es kaum vorstellbar, dass ihr Leben vor knapp einem Jahr nur noch am seidenen Faden hing. Josi Schweigler erholte sich langsam aber sicher, seit Januar 2019 ist ein Sauerstoffgerät ihr ständiger Begleiter.

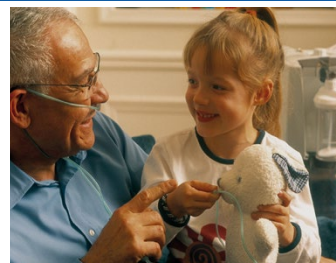
## Das neue Therapieprojekt schliesst eine Behandlungslücke

Da Schweigler für die ambulante Lungenrehabilitation zu schwach war, eignete sie sich als Kandidatin für ein Pilotprojekt des interprofessionellen Teams der ambulanten pulmonalen Rehabilitation des Kantonsspitals Winterthur. Eine akute, schwere Verschlechterung der Gesundheitssituation einer COPD, eine sogenannte Exazerbation, führt meist zu einer Hospitalisation. Trotz optimaler Betreuung während des Spitalaufenthalts führen oft schon wenige Tage Bettlägerigkeit zu einem Verlust von Muskulatur und Kondition und damit einer reduzierten Lebensqualität und Selbständigkeit nach dem Spitalaustritt.

## Sauerstoff für die stationäre Therapie und zur Erhaltung Ihrer Mobilität

Stationäre und mobile Konzentratoren - Flüssigsauerstoff - Druckgasflaschen

**Carbagas**



Ihr kompetenter Ansprechpartner seit mehr als 20 Jahren für Ihre Versorgung in der Schweiz und für Ihre Ferien im Ausland. Innovative und zuverlässige Geräte, gemäss ärztlicher Verordnung und angepasst auf die Mobilitätsbedürfnisse des Patienten. CARBAGAS Homecare – rund um die Uhr erreichbar unter der kostenlosen Hotline 0800 428 428.

[www.healthcare.carbagas.ch](http://www.healthcare.carbagas.ch)

**Air Liquide**  
HEALTHCARE



Seit geraumer Zeit wurde festgestellt, dass nach einer Exazerbation oftmals innert kürzester Zeit eine weitere Verschlechterung eintritt und damit auch ein weiterer Spitalaufenthalt notwendig ist. «Dies hängt oftmals mit den bereits erwähnten medizinischen beziehungsweise körperlichen Faktoren zusammen wie dem Verlust von Muskelkraft und Kondition. Psychische Faktoren spielen jedoch ebenfalls eine grosse Rolle. Nach einer Exazerbation nimmt die Angst vor einer erneuten Verschlechterung zu, was die Beschwerden massiv verstärken kann», erläutert Dr. med. Swantje Beyer, Leitende Ärztin Pneumologie am Kantonsspital Winterthur. Sie führt weiter aus: «Es fühlt sich für die Betroffenen schlimmer an, wenn sie allein zu Hause unter Atemnot leiden, als wenn sie im Spital sind, wo Hilfe nah ist.»

Das Programm möchte diesen Teufelskreis durchbrechen: Es hat zum Ziel, die Lebensqualität von schwerstbetroffenen COPD-Patienten im häuslichen Umfeld wiederherzustellen. Die Patienten werden nach der Entlassung aus dem Spital über mehrere Wochen durch einen spezialisierten Physiotherapeuten mit Hausbesuchen und Telefonberatungen engmaschig betreut. Das Therapieprogramm wird je nach Patientenbedürfnissen individuell zusammengestellt, wobei dies verschiedene Themen wie beispielsweise Wissensvertiefung, Selbstmanagement, Fitnessübungen, Inhalationstechniken oder auch psychosoziale Unterstützung bei Ängsten umfassen kann.

### Vermeintlich kleine Hindernisse mit grosser Auswirkung

Zu einem individuell zusammengestellten Programm gehören ebenso persönlich abgestimmte Ziele. In Schweiglers Fall war das wichtigste Ziel, dass sie die Wohnung wieder verlassen konnte. Ihre damalige Wohnsituation kombiniert mit einem Rückenleiden, dem Rollator und der COPD verunmöglichten es ihr, ihr Zuhause zu verlassen. Ein Umstand, welcher der früher so aktiven und reisefreudigen Frau zusätzlich schwer auf das Gemüt schlug. «Durch den Kontakt mit der Verwaltung konnten wir die Situation lösen, sodass Frau Schweigler ihre Wohnung problemlos verlassen und nun pro Woche drei bis vier Spaziergänge unternehmen kann», erzählt Spencer Rezek, der auf Lungenkrankheiten spezialisierte Physiotherapeut, welcher die Patientin betreut. Durch die Hausbesuche, die Teil des Betreuungsprojektes sind, ist ihm bewusst geworden, dass kleinste Hindernisse, welche für gesunde Mitmenschen kein

Problem darstellen, für Lungenkranke unüberwindbar erscheinen. Er erklärt: «Drei kleine Treppenstufen können ein Grund sein, dass jemand seine Wohnung nicht mehr verlassen kann. Das ist eine massive Einschränkung und verstärkt – selbstverständlich – das Gefühl einer Ohnmacht.»

Ein weiteres Ziel Schweiglers konnte dank der gesundheitlichen Verbesserung, welche die Therapie mit sich brachte, ebenfalls schon erreicht werden: Gemeinsam mit ihrer Schwiegertochter kann sie wieder nach Steckborn fahren und dort Zeit in ihrem Wohnwagen verbringen. Ein Ort, der ihr während den Monaten, in denen sie die Wohnung nicht mehr verlassen konnte, schmerzlich fehlte. Ist ein Ziel erreicht, kann man sich ein neues setzen. Die Projektteilnehmerin erzählt: «Mein Leben lang war ich aktiv, bin gerne gereist und war – auch beruflich bei

## Zu den Personen



Josi Schweigler erhielt vor zehn Jahren die Diagnose COPD. Sie schwingt gerne den Kochlöffel und verwöhnt ihre Familie mit leckeren Speisen. Zudem geniesst die reisefreudige Rentnerin die Zeit, die sie in ihrem Wohnwagen am Bodensee verbringen kann.



Dr. med. Swantje Beyer ist Leitende Ärztin Pneumologie am Kantonsspital Winterthur.



Spencer Rezek, BSc Physiotherapie, ist Klinischer Spezialist pulmonal am Kantonsspital Winterthur.





der Arbeit im Restaurant – non-stop auf den Beinen.» Als junge Frau sei sie zum Beispiel mit dem Rucksack durch Asien gereist. Wieder auf Reisen gehen zu können, das wäre wunderbar. «Oder tanzen! Tanzen gehen wäre auch sehr schön», ergänzt sie mit einem Schmunzeln.

### Ein Therapieansatz mit Potential

Jedes Projekt hält für die Verantwortlichen, die es planen und in Angriff nehmen, die eine oder andere Überraschung bereit. So auch für das Team des Kantonsspitals Winterthur. Zu Beginn habe man gedacht, dass ein Standardprogramm mit einigen individuellen Anpassungen ein idealer Ansatz wäre. Es habe sich aber schnell gezeigt, dass jedes einzelne Therapieprogramm zu 100 Prozent individuell auf den betroffenen Patienten zugeschnitten sein müsse. Spencer Rezek erklärt: «Es spielen zahlreiche Faktoren in den Therapieerfolg hinein und diese müssen berücksichtigt werden: die Bedürfnisse und Ziele des Patienten, seine Motivation, sein Charakter, seine Alltags- und seine familiäre Situation sowie viele weitere Einflüsse. Je besser wir diese Faktoren kennen, desto besser können wir einen gemeinsamen Therapieweg bestimmen und begehen.» Ein weiterer Erfolgsfaktor ist der Austausch mit dem Hausarzt sowie allenfalls der Spitex, der für alle Seiten positive Effekte hat. Doch wie geht es mit dem Therapieprojekt weiter? Wie Dr. med. Swantje Beyer erzählt, werden verschiedene Ansätze geprüft: «Es besteht seitens der Patientinnen und Patienten ein

klares Bedürfnis. Damit wir diesem nachkommen können, würden wir gerne unseren geografischen Radius, in dem wir die Therapie anbieten können, vergrössern. Dadurch würden sich die Wegzeiten für die Hausbesuche natürlich erhöhen. Hier stellt sich aktuell noch die Frage, wie wir das bewerkstelligen können – auch unter Anbetracht der Tatsache, dass das involvierte Personal hochqualifiziert und spezialisiert ist.» Spencer Rezek ist vom Projekt überzeugt: «Bei der Zusammenarbeit mit jedem einzelnen Patienten war es bis jetzt möglich, die bestehende Situation zu verbessern. Das bestärkt uns in unserer Arbeit – und wer weiss, vielleicht erhalte ich von Frau Schweigler bald einmal eine Grusskarte von einer Reise?»

Im Jubiläumsjahr vergab LUNGE ZÜRICH zum ersten Mal den neu geschaffenen Pflege-Award. Prämiert wurden innovative und herausragende Projekte im Bereich der Pflege, Betreuung und Rehabilitation von lungenkranken Patienten. Aus sechs eingereichten Projekten wurden im Juni zwei Gewinner erkoren. Die Preisvergabe fand im Rahmen der Jubiläumsfeier am 30. November 2019 statt.