

Oktober 2020

43. Ausgabe

### Nationaler Spitex - Tag „Danke, Spitex!“

Samstag, 5. Sept.  
2020



Thomas Heiniger, Präsident Spitex  
Verband Schweiz

Am Samstag, 5. September 2020 hat der nationale Spitex-Tag statt gefunden. Dieser stand unter dem Motto «Danke Spitex». Thomas Heiniger, Präsident von Spitex Schweiz, bedankte sich in einer kurzen Videobotschaft bei den rund 40'000 Mitarbeitenden herzlich für die geleistete Arbeit in diesem anspruchsvollen Jahr.

**Aus der  
Videobotschaft...**

Er sagt: „Die Spitex ist für die Schweiz unverzichtbar und systemrelevant. Das haben Sie, die Spitex Mitarbeitenden, in den letzten Monaten einmal mehr deutlich bewiesen. Dank der Spitex können Pflegebedürftige zu Hause versorgt und unterstützt werden, soziale Isolation und Folgeerkrankungen verhindert, sowie Spitalweisungen vermieden werden. Damit beweist die Spitex, in „normalen“ Zeiten genauso wie während der Akutphase der Pandemie, wie wichtig sie für die Gesundheitsversorgung in der Schweiz ist. Zum Spitex Tag, der sich an das WHO-Motto „Jahr der Pflegenden und Hebammen“ anlehnt, sag ich allen Spitex Mitarbeitenden von Herzen Danke. Danke für ihre wertvollen Leistungen und ihr Engagement. Ich habe grossen Respekt vor Ihren Leistungen. Ich sage überzeugt: Die Schweiz braucht die Spitex heute und in Zukunft noch vermehrt. Und die Spitex braucht Sie!“

### Info - Veranstaltung für die Mitarbeitenden

**Jahrestreffen...**

Es ist mir ein grosses Anliegen, dass wir uns trotz der gegenwärtigen Lage, sehen und austauschen können. Das Kirchgemeindehaus bietet genügend Platz um den nötigen Abstand einzuhalten. Für die gemeinsame Anreise und das Eintreffen, werden Masken getragen. Auf das traditionelle Zvieri müssen wir in diesem Jahr leider verzichten.

Unsere Leistungsverträge mit dem Kanton beinhalten für nächstes Jahr, sowohl in der Pflege, wie auch in der Hauswirtschaft, grundlegende Änderungen. Nebst dem Rückblick auf das Jahr 2020, werden die Auswirkungen der neuen Leistungsverträge auf unsere Organisation zum Thema gemacht. Im Weiteren informiert uns Corina Senn über das, seit dem 01.01.2020, laufende Demenz-Projekt.

Ich freue mich, Euch am 14. Dezember 2020, zu sehen.  
*Susanna Zurbrügg, Geschäftsleiterin*

**Einladung und  
Termin...**

**Datum:** Montag, 14. Dez. 2020  
**Zeit:** 14.00 - 16.00 Uhr  
**Ort:** Kirchgemeindehaus Frutigen, grosser Saal oben

**Maskenpflicht:** Gemeinsame Anreise und wenn der Abstand von 1.5m nicht eingehalten werden kann.

**Themen:**

- Rückblick 2020
- Änderungen bei den Leistungsverträge 2021 Pflege und Hauswirtschaft
- Jahresziele 2021
- Stand Demenz-Projekt
- Verschiedenes

**Bitte reserviert euch dieses Datum.** Es werden keine zusätzlichen Einladungen verschickt.

## Unsere Mitarbeitende

**Eintritte**  
„Wir heissen die neuen Mitarbeiterinnen herzlich willkommen.“



**Anja Rubin,**  
Fachfrau Gesundheit,  
Team Frutigen,  
per 01.09.2020



**Jessica Fuster,**  
Pflegefachfrau Psychiatrie,  
Team Psychiatrie,  
per 01.10.2020

**Austritt**  
„Wir danken herzlich für die geleisteten Dienste und wünschen für die Zukunft alles Gute.“



**Sereina Feuz,**  
HF Studierende,  
Team Frutigen,  
per 13.09.2020



**Georg Mani,**  
Pflegefachmann DNI,  
Team Frutigen,  
per 30.09.2020



**Nathalie Machlarz-Hauswirth,** Fachfrau Gesundheit, Team Frutigen, hat am 24.08.2020 ihre zweite Tochter, Malina geboren. Wir gratulieren herzlich und wünsche der jungen Familie alles Gute und viel Freude mit den Mädels. Nathalie wird nach dem Mutterschaftsurlaub aus unserer Organisation austreten.

**Aus dem Spitex-Alltag...**



**Sondenkost und „Zusatzstoffe“**

Auf die Frage unserer Mitarbeiterin, was denn der Beutel Sauerkraut am Infusionsständer zu bedeuten habe, meinte die Klientin: „Mit Sauerkraut als Zusatz kommt man schneller auf die Beine“!

## Familienzentrierte Pflege

### Einleitung zum Text von Ruth Schwitter

Familienzentrierte Pflege im Spitexalltag – ob ein kurzer Austausch mit Angehörigen zwischen Tür und Angel oder ein geplantes Rundtischgespräch, eine sorgfältige Kommunikation ist ohne Zweifel sehr wichtig. Zum Konzept der Familienzentrierten Pflege gehört auch das Tomm-Modell, welches die verschiedenen Fragetechniken beschreibt. Interessant ist ja schon nur der Umstand, dass es um Fragen geht und nicht darum, wie Ratschläge erteilt werden können. Es geht also in erster Linie um das Beobachten und Verstehen – also auch um eine innere Haltung.

Ruth Schwitter hat Euch nachfolgend eine Zusammenfassung zum Tomm-Modell vorbereitet. Vielen Dank! *Martin Fuhrer, Leitung Pflege*

## Intervention - „Schlüsselfragen“ nach Tomm Modell

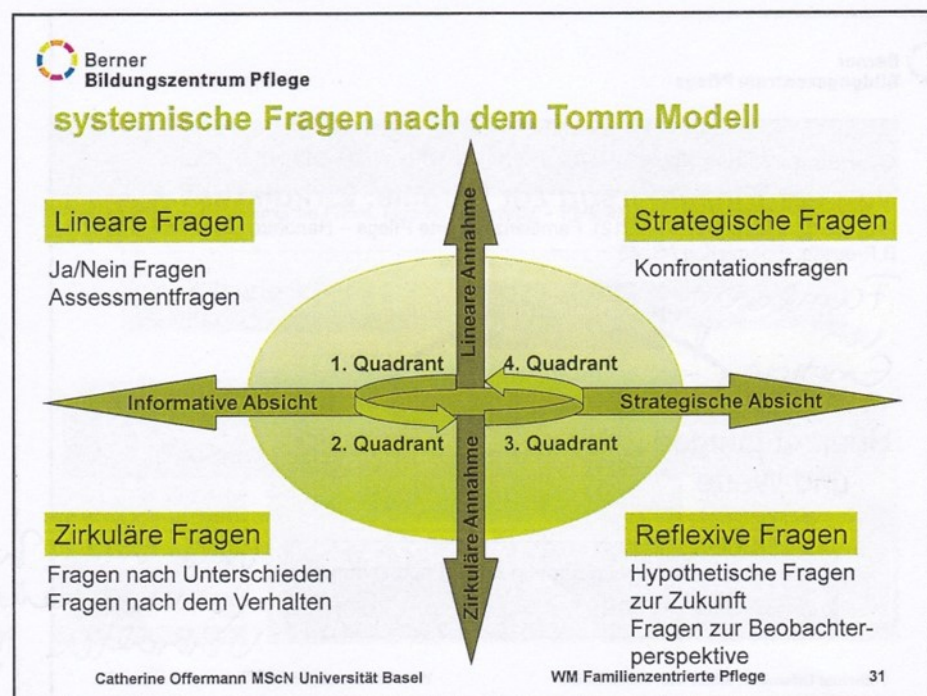
**Karl Tomm** ist Professor für Psychiatrie an der medizinischen Fakultät der Universität von Calgary, Canada und Direktor des Calgary Familientherapie Centers.



Allgemeines zum Hintergrund des Tomm Modell:

„Therapeutische Gespräche“ kommen aus dem Wunsch heraus, dass es zur Linderung und Heilung von psychischem Schmerz und Stress kommt. Oder auch zu konstruktiven Veränderung der problematischen Erfahrung und der Verhaltensweisen der Klienten. Jede Frage hat eine Absicht oder einen Zweck:

- Wir wollen „etwas“ herausfinden, z.B. über das Befinden des Klienten
- Durch gezielte Fragestellungen können wir – mit Vorsicht – in die persönliche Entwicklung unseres Klienten eingreifen und diese sogar fördern, z.B. bei Angst vor dem Sterben und Tod. Wir können eine Auseinandersetzung mit dem Thema mit unseren Fragestellungen fördern
- „Gute Momente“ (Türöffner) im Gespräch wahrnehmen und nutzen, um Wahrnehmung oder auch die Überzeugung des Klienten und deren Familie „heilend“ zu beeinflussen
- Jede Frage verkörpert eine Absicht und ergibt sich aus Annahmen, z.B. wir nehmen an, dass ein Klient Schmerzen hat und fragen gezielt danach
- Fragen orientieren sich an der Situation des Klienten und unseren persönlichen Erfahrungen
- Fragen, sollen oder dürfen provozieren, sie können Schwachstellen von Klient und Familie aufzeigen



## Die systemische Frageart nach dem Tomm Modell

### Ja/Nein Fragen Assessmentfragen

#### Lineare Fragen:

Die Linearen Fragen bestehen aus Ja/Nein sowie W-Fragen (wie, weshalb, wann, warum), welches die häufigsten Assessment Fragen sind. Diese Fragen dienen einer schnellen Informationssammlung. Die Fragende erhält einen Überblick und kann die Situation in einem ersten Schritt einschätzen und entsprechend handeln.

- Beispiele: *Wo haben Sie Schmerzen? Seit wann haben Sie Fieber? Wen sollen wir benachrichtigen?*

### Fragen nach Unterschieden

#### Zirkuläre Fragen:

Mit diesen Fragearten kann die Anamnese differenziert werden. Um eine Antwort geben zu können, müssen der Klient und seine Angehörigen oft einen kleinen Moment überlegen. Diese Fragen erlauben der Pflegenden komplexere Zusammenhänge zu erfassen. Somit überprüft sie ihre Annahmen direkt mit den Betroffenen und beugt so Missverständnissen und Vorverurteilungen vor. Der Klient und seine Angehörigen können von ihren Erfahrungen berichten oder werden veranlasst, selber noch nicht erkannte Zusammenhänge zu entdecken. Diese können bereits auf mögliche Lösungswege deuten. In Bezug auf das Verhalten erhalten der Klient und seine Angehörigen die Möglichkeit zu erklären, welche Gefühle, Reaktionen und Handlungen ein Verhalten bei ihnen auslöst.

- Fragen nach Unterschieden: *Wo sind die Schmerzen stärker: oberhalb oder unterhalb des Knies? Wann ist das Fieber höher: morgens oder abends? Wo geht es ihrem Asthma besser: in der Stadt oder in den Bergen?*

### Fragen nach dem Verhalten

- Fragen nach Verhalten: *Wie erklären Sie sich, dass Ihre Mutter kaum mehr die Wohnung verlässt? Wie zeigt Ihre Mutter, dass Sie Angst vor dem Sterben hat?*

### Hypothetische Fragen zur Zukunft

#### Reflexive Fragen:

Diese Fragen zu stellen und zu beantworten löst ein vertieftes Nachdenken aus, eine Reflexion. Manchmal braucht es Zeit, bis eine Antwort kommt. Die Antwort kann sehr ausführlich sein. Daher ist es sinnvoll, nur ein bis zwei reflexive Fragen pro Gespräch zu stellen.

### Fragen zur Beobach- terperspektive

- Fragen zur Zukunft: *Wie denken Sie wird der Alltag zu Hause sein, wenn Sie in einer Woche austreten? Auf was freuen Sie sich nach der Rehabilitation?*

- Fragen zur Beobachtungsperspektive: *Aus welchen Gründen weiss Ihr Vater, dass Ihre Schwester Unterstützung braucht? Was tut Ihr Vater, um Ihre Mutter zu beruhigen, damit Sie sich nicht Sorgen macht um seine Erkrankung?*

### Konfrontations- fragen

#### Strategische Fragen:

Mit diesen Fragen verfolgt der Fragende eine zielgerichtete Strategie und konfrontiert damit die gegenüberstehende Person. Bei diesen Fragen ist es entscheidend mit welcher Grundhaltung und in welchem Kontext sie gestellt werden. Je nachdem haben sie eine verletzende oder eine konstruktive Wirkung. Fühlt sich die befragte Person verletzt, reagiert sie mit lauter oder stiller Opposition. Unterschwellig geht es bei destruktiven strategischen Fragen um Machtansprüche oder Schuldzuweisungen. Eine konstruktive Wirkung wird sichtbar, wenn die befragte Person zwar aufgerüttelt wird, aber entsprechende positive Entwicklungsschritte unternehmen kann. Diese konstruktiven strategischen Fragen schneiden ein schwieriges, aber dringendes Thema an, aber mit der klaren Zielsetzung, dass der Befragte sich trotzdem unterstützt fühlt.

- Negatives Beispiel: *Warum glauben Sie noch an Wunder, wenn Sie hier doch die vielen Metastasen auf dem Röntgenbild sehen? Was werden Sie tun, wenn wir Ihnen beim Aufstehen nicht mehr helfen, weil wir schon alle Rückenschmerzen haben?*

- Positives Beispiel: *Das Aufstehen gestaltet sich im Moment schwierig. Was können wir, was können Sie beitragen, dass es leichter wird?*



Erstellt durch Ruth Schwitter, Pflegefachfrau, Team Frutigen, 15.09.2020



Aus dem Buch **Checklisten Krankheiten im Alter** von Stefanie Gurk, Fachärztin für Allgemeinmedizin und Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Geriatrie.

## Arthrose

*Degenerative Erkrankung eines Gelenks oder mehrerer Gelenke, z. B. Kniegelenks- (Gon-) Arthrose, Hüftgelenks- (Cox-) Arthrose*



### Ursachen

- Natürlicher Alterungsprozess
- Fehl- u. Überbelastung durch:
  - Knochenfehlstellungen
  - Sport, berufliche Tätigkeit
  - Übergewicht
  - Folgen eines Traumas

### Symptome

- Anfangs:
  - Spannungsgefühl u. Steifigkeit im betroffenen Gelenk
  - Wenige Minuten Anlaufschmerz nach Ruhephase, belastungsabhängige Schmerzen
- Fortgeschrittenes Stadium:
  - Nächtliche Schmerzen
  - Ruheschmerz
- Später:
  - Funktionseinbußen
  - Fehlbildungen
  - Instabilität
- Arthritis, wenn zusätzlich eine Entzündung hinzukommt

### Therapie

- Symptomatisch
  - Schmerzlinderung, z. B. nichtsteroidale Antiphlogistika
  - Erhalt der Gelenkfunktion, Gelenkentlastung, z. B. Übergewicht abbauen, gelenkschonende Sportarten
  - Physiotherapie, z. B. Gehschule, Wärmeanwendung (bei akuten Entzündungen jedoch Kälteanwendungen)
  - Orthopädietechnik, z. B. Schuheinlagen, Handstock, Schienen, Bandagen
  - Operative: Gelenkersatz



### Hinweise zur Pflege

- Über gelenkschonendes Verhalten beraten
  - Kälteanwendung bei akut entzündeten Gelenken
  - Wärmeanwendung zwischen den entzündlichen Schüben
- Bei der Körperpflege unterstützen (je nach Schwere und Grad der Gelenkverformung und Bewegungseinschränkung)
- -> Sturzprophylaxe

### Besondere Informationen

- Verlauf: Zunächst Abnutzung der Gelenkknorpeloberfläche, auf Dauer Zerstörung der gesamten Knorpelschicht und des angrenzenden Knochengewebes
- Im Gegensatz zur Arthritis sind die Gelenke nicht entzündet, sondern durch Abnutzung oder Trauma zerstört



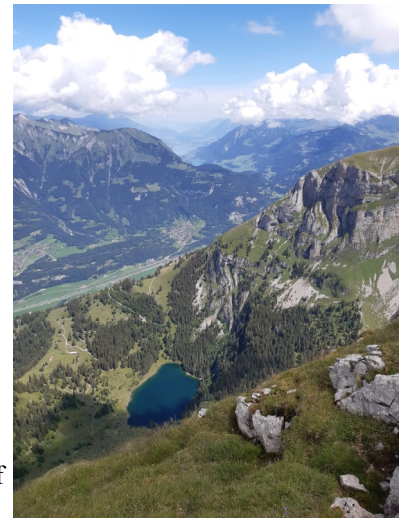
## Wanderung rund um und auf das Axalphore 2321m

**gemeinsam  
unterwegs...**

Ein paar  
Impressionen zur  
Tour von Samstag,  
25. Juli 2020



Nach einer Stunde erreichen wir das zauberhafte Hinterburgseeli. Die Möglichkeit zu baden wird ganz unterschiedlich genutzt :-)



Blick vom Gipfel auf das Hinterburgseeli.



Drahtseile helfen im Aufstieg die etwas anspruchsvolleren Stellen sicher zu meistern.

Am Gipfelgrat...



Es bestand auch die Möglichkeit „nur“ den einfachen Wander-West-Gipfel zu besteigen, aber alle wollten auf den Hauptgipfel. Da hiess es kurz zupacken. ;-)

Wer sich gerne in der Natur bewegt, ist herzlich zu den Touren eingeladen.  
**Nächster Event:** Schneeschuhtour im Februar 2021. Einladung folgt.  
*Susanna Zurbrügg*

### Impressum

Spitex Niesen  
Adelbodenstrasse 27  
3714 Frutigen  
Tel. 033 672 22 37  
info@spitexniesen.ch  
www.spitexniesen.ch

Redaktion: Susanna Zurbrügg  
Auflage: 130 Ex.  
Erscheint: vierteljährlich  
Nächste Ausgabe: Januar 2021