

# «Jedem ein gutes Leben bis zum Schluss ermöglichen»

Von Stefanie Rohner

Am 17. März wird im Pflegeheim Pelago in Rorschacherberg das allererste regionale Gesamtkonzept zu Palliative Care vorgestellt. Dieses wurde von allen Alters- und Pflegeheimen der Region gemeinsam erarbeitet. Die «Bodensee Nachrichten» haben mit Ingrid Markart, Heimleiterin Pelago, gesprochen.



Bild: sr Ingrid Markart, Heimleiterin des Pflegeheimes Pelago, Rorschacherberg.

**Rorschacherberg** Man wird geboren und man stirbt. Der Kreislauf ist simpel. Doch bis dahin ist der Weg lang und gerade in den letzten Kapiteln des Lebens müssen viele Kompromisse eingegangen werden. Kommen Menschen in ein Alters- und Pflegeheim, müssen sie ihr bis dahin geliebtes Zuhause aufgeben und sich allenfalls intensiv pflegen lassen. Damit auch dieser Lebensabschnitt so positiv wie möglich bleibt, sorgen viele Menschen, die in diesem Heimen arbeiten, dafür, dass es immer zuerst um den Klienten geht und dass Angehörige in alle Entscheidungen eingebunden werden. «Das wichtigste ist der Mensch und dessen Bedürfnisse. Diese stehen im Vordergrund», betont Ingrid Markart.

## Erstes Gesamtkonzept

Nun ist das erste Gesamtkonzept fertig ausgearbeitet und wird die Zusammenarbeit der Heime erleichtern und bereichern. «Soweit ich weiss, ist dieses Gesamtkonzept mit allen Heimen unserer Region in der Schweiz das erste regionale überhaupt», sagt Markart. Das Konzept wird am 17. März vorgestellt. «Wir haben beinahe 200 Anmeldungen erhalten, womit wir überhaupt nicht gerechnet haben. Aber es ist schön, dass das Interesse so gross ist», sagt Markart. Sie betont, dass jedes der Heime in der Region seine Spezialisierungen hat und der Austausch und die Vernetzung schon bisher sehr gross waren.

## Einbindung aller Beteiligten

«Mit den Gesamtkonzept haben wir aber festgelegt in welche Richtung

Palliative Care für alle Heime gehen soll», so die Heimleiterin. Die wichtigsten Eckpunkte im Konzept sind; die Gewährleistung von Lebensqualität, Linderung von körperlichen und seelischen Schmerzen, Ethik, Aufklärung und Selbstbestimmung, die Betreuung, Einbindung der Hospizkultur, die Einbeziehung der Angehörigen und die organisierte Freiwilligenarbeit mit Hospiz, Landeskirchen und Sozialhunde und das Behandlungsteam.

## Selbstbestimmung des Einzelnen

«Gerade die Selbstbestimmung ist ein zentraler und sehr wichtiger Punkt, wofür ich mich einsetze. Wir haben daher auch die Sterbehilfeorganisation 'Exit' im Konzept behandelt. Auch wenn es mich traurig stimmt, wenn Menschen sich für diesen Weg entscheiden, ist es legitim, wenn sie es tun», so Markart. In den vier Jahren, die sie nun im Pflegeheim Pelago arbeitet, hat sie noch nie erlebt, dass jemand sich für die Sterbehilfe entschieden hat. «Wir haben festgelegt, dass es gilt, eine solche Entscheidung anzunehmen, wenn eine Bewohnerin oder ein Bewohner das möchte – schliesslich geht es gerade in diesem Punkt ebenfalls um die Selbstbestimmung eines Einzelnen. Jedoch muss der Klient den Wunsch über einen längeren Zeitraum geäussert haben», so Markart.

## «Sie sollen sich wohlfühlen»

«Für uns ist Cicely Saunders Zitat 'Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben' ein wichtiger Leitsatz.

Ich bin der Meinung, dass wir jedem hier ein gutes und schmerzfreies Leben bis zum Schluss ermöglichen – wir möchten, dass die BewohnerInnen sich wohlfühlen und Lebensfreude haben», sagt Markart. Sie sagt, niemand wolle sein Zuhause verlassen, daher sei es schön, wenn es Menschen gibt, die im Pflegeheim dennoch aufblühen. «Man kann das Haus, den Garten und den Partner nicht ersetzen. Aber durch die Beteiligung aller, kann man die Bedürfnisse besser erfüllen», sagt sie. Das Pflegepersonal hat im Beruf mit vielen Emotionen zu tun – auch mit den weniger schönen. «Es ist teils schwer, es gibt aber auch vieles, was Kraft gibt. Man hat mit allen menschlichen Gefühlen zu tun. Deshalb profitieren wir mit dem Konzept und der damit verbundenen engen Vernetzung enorm vom Wissensaustausch», so Markart.

## Die mitwirkenden Institutionen:

Alters- und Pflegeheime der Stadt Rorschach, Haus zum Seeblick, La Vita Goldach, Helios Goldach und die Ärzteschaft, beide Landeskirchen, Hospizgruppen Goldach sowie Rorschach-Rorschacherberg, Spitex sowie die Kinder- und Erwachsenenschutzbehörde.

## Was ist Palliative Care?

Palliative Care kommt zum Einsatz, wenn chronisch fortschreitende Erkrankungen vorliegen, setzt aber bereits vor den eigentlichen Sterbeprozess an. Zudem unterstützt Palliative Care die Angehörigen in Zeiten des Abschiednehmens und der Trauer.