

## Gemeinsam singen im Bluemehüsi

**Unterhaltung** Am Donnerstag, 24. August, werden im Gewächshaus der Stadtgärtnerei Rorschach, 19–21 Uhr, unter der Leitung von Niklaus Looser Volkslieder, Schlager und bekannte Titel von früher gesungen. Das Bluemehüsi-Team sorgt für das leibliche Wohl der Besucherinnen und Besucher. Der Erlös fliesst in die Ronald-McDonald-Kinderstiftung. (NL./pet)

## Senioren essen im «Stadthof»

**Region** Der Verband für Seniorenfragen Rorschach und Umgebung lädt am Freitag, 25. August, 11.30 Uhr, zum Seniorenmittagstisch ins Restaurant Stadthof ein. Neuanmeldungen und Abmeldungen sind bis zum Vortag an Gerhard Fischer unter der Telefonnummer 0718412284 erbeten. Der Jassnachmittag fällt in diesem Monat aus. (GF/pet)

## Agenda

### Heute Dienstag

#### Goldach

Chrabbelträff, 9.30–11.00, Familienzentrum, Seewiesstrasse 3

Multikulturelles Begegnungscafé, 13.45–15.45, Familienzentrum, Seewiesstrasse 3

Ludothek, 16.00–18.00, katholisches Pfarreiheim

Gemeindebibliothek, 16.00–18.00, Mühlegutstrasse 20

#### Rhelneck

Bibliothek und Ludothek, 15.30–18.30, Hauptstrasse 25

#### Rorschach

Turnen für Seniorinnen, 8.50, Turnhalle Schönbrunn

Bibliothek, 9.00–11.00, Kirchstrasse 3

Claro-Weltladen, 9.00–11.30 und 14.00–18.30, Hauptstrasse 45

Jassnachmittag, 14.00, evangelische Kirche

Tanz für Junggebliebene, Livemusik, 14.00–17.00, Restaurant Schwelzerhof

#### Steinach

Bibliothek, 18.00–20.00, Schulstr. 36

### Morgen Mittwoch

#### Horn

Spatzenhöck, 9.00–11.00, evangelisches Kirchgemeindehaus

#### Rorschach

# Auf Knopfdruck da

**Nachtarbeit** Ursula Fuchs arbeitet seit 20 Jahren nachts im Pflegeheim Pelago. Sie schüttelt Kissen der Bewohner aus, versorgt sie mit Medikamenten oder wechselt ihnen die Windeln. Der Tod ist ein stetiger Begleiter.

**Jolanda Riedener**  
jolanda.riedener@tagblatt.ch

Ursula Fuchs tritt nah ans Bett der Pflegeheimbewohnerin, knipst die Nachttischlampe an und beugt sich übers Bett: «Grüezi Frau M., bruched Sie öppis?», sagt sie mit sanfter, liebevoller Stimme. Es sei ihr etwas warm, sagt die Seniorin. Fuchs kippt das Fenster und dreht ihr die Bettdecke um: «So isches besser.» Dann hält sie die Hand der Bewohnerin und flüstert: «Schlofed Sie guet.»

Seit 26 Jahren ist Ursula Fuchs als Pflegefachfrau im regionalen Pflegeheim Pelago in Rorschacherberg tätig. Seit 20 Jahren arbeitet sie ausschliesslich nachts. Ihre Schicht dauert von 20.45 Uhr bis 7 Uhr morgens. Dann kümmert sie sich zusammen mit zwei weiteren Pflegehelferinnen um derzeit 90 Bewohnerinnen und Bewohner auf vier Etagen.

Es ist ein warmer Augustabend. Ursula Fuchs sitzt mit den

### Nachtschicht

Über Menschen, die in der Nacht arbeiten

beiden Pflegehelferinnen am Tisch und bespricht die bevorstehende Nacht. Die Angestellten der Tagschicht kommen für den Rapport dazu. «Es gab einen Streit zwischen zwei Bewohnerinnen. Es hilft, wenn wir das wissen, falls sie deswegen noch aufgebracht sind», sagt Fuchs. Dann geht es mit dem ersten Rundgang durch die Zimmer los. Ursula Fuchs geht mit zügigen Schritten durch den Gang. Die roten Wangen unterstreichen ihr freundliches Lachen, das sie während der ganzen Nacht beibehalten wird. Im Aufenthaltsbereich sitzen noch einige Betagte vor dem Fernseher: «Die Bewohner gehen dann ins Bett, wann sie möchten», sagt Fuchs. Sie betritt jedes Zimmer, horcht, ob die Bewohner schlafen, oder fragt, ob sie etwas brauchen.



Ursula Fuchs ist als Pflegefachfrau für die Medikamentenabgabe verantwortlich.

Bild: Jolanda Riedener

Sie sei schon immer ein Nachtmensch gewesen, sagt Ursula Fuchs. Die 60-jährige wohnt auf einem Bauernhof in Rorschacherberg und ist in einem 70-Prozent-Pensum tätig: «Der Beruf war immer gut mit meiner Familie vereinbar, da mein Mann zu Hause arbeitet.»

### Arbeit erleichtern mit Smartphone und Computer

Alle Bewohner tragen einen Notfallknopf am Handgelenk oder auf dem Nachttisch. Wenn sie ihn betätigen, erscheint die Meldung auf dem Smartphone der Pflegeheimangestellten und eine Computerstimme gibt Zimmernummer und Namen an. Macht sich

«Wenn jemand für immer einschläft, löst sich die ganze Spannung. Das Gesicht wird glatt und sieht zufrieden aus.»

**Ursula Fuchs**  
Pflegefachfrau Pelago

die Pflegefachfrau auf den Weg zum Patientenzimmer, kann sie das ihren Kolleginnen per Knopfdruck mitteilen. Das spart Arbeitswege. Ursula Fuchs geht in einer Nacht ohnehin viele Kilometer: Kontrollgänge, Nachttöpfe waschen, Medikamente bereitstellen – manche Bewohner brauchen etwas zum Einschlafen, andere etwas gegen die Schmerzen. Jedes verabreichte Mittel wird in den Computer eingetippt. «Man muss den Kopf beieinander haben», sagt Fuchs.

Auch körperlich anstrengend ist es, Bewohnern vom Bett in den Rollstuhl oder zur Toilette zu helfen. Weiter gibt es Senioren, die sie nachts mehrmals umlagern

muss, um Wundliegen zu vermeiden. «Wir können einmal im Monat während der Arbeitszeit eine kostenlose Physiotherapiestunde im Pelago besuchen», sagt Fuchs.

Auf dem Smartphone erscheint ein Rufmatten-Alarm. Er wird ausgelöst, wenn Bewohner auf eine Fussmatte, meistens neben dem Bett, treten. Im vierten Stock befindet sich die geschützte Demenzabteilung. Deshalb sind dort diese Fussmatten vor allem angebracht.

### Sie weiss, wo der Schuh drückt

Plötzlich klingelt es überall auf einmal. Das eingespielte Team versorgt die Bewohner rasch, dennoch beklagt ein Senior, er habe zu lange warten müssen. Ursula Fuchs besänftigt ihn schliesslich und entschuldigt sich bei ihm. «Es ist mir wichtig, dass die Bewohner wieder zufrieden sind und beruhigt weiterschlafen können», sagt sie. Für ein Spässchen ist sie immer zu haben, dennoch nehme sie ihre Bewohner stets ernst.

Kurz vor ihrem Schichtbeginn ist ein Bewohner verstorben – der Tod ist in ihrem Beruf allgegenwärtig. Sie habe deshalb vermutlich eine etwas andere Beziehung zur Endlichkeit. «Mir ist wichtig, dass meine Familie weiss, was mein Wille ist», sagt Fuchs. Sie erlebe oft Angehörige, denen es schwerfällt, für andere zu entscheiden. Meistens empfinde sie den Tod eines Bewohners als Erleichterung: Viele würden den Wunsch äussern, endlich gehen zu können. Das gehe ihr schon nahe. «Wenn jemand für immer einschläft, löst sich die ganze Spannung. Das Gesicht wird glatt und sieht zufriedener aus», sagt Fuchs. Sie möchte die Menschen auf ihrem letzten Weg begleiten und ihnen diese Zeit so schön wie möglich gestalten.

Nach Feierabend fährt sie mit dem Velo heim: «Das tut mir gut, um den Kopf etwas durchzulüften», sagt sie. Dann sagt sie ihrem Mann im Stall Hallo und legt sich ins Bett. «Bis zwei Uhr schlafe ich meistens gut durch.»