

Unheilbar krank –
und jetzt?





Wenn eine schwere Krankheit fortschreitet, treten schwierige Fragen in den Vordergrund:

- › Wie viel Zeit bleibt mir noch?
- › Wie verbringe ich die verbleibende Zeit? Soll ich einen lang gehegten Traum wahr werden lassen?
- › Soll ich auf ein Wunder hoffen? Soll ich resignieren?
- › Soll ich alle nur denkbaren Therapien und Behandlungen ausprobieren?
- › Wer steht mir bei?
- › Wer hilft mir, meine Angelegenheiten zu regeln?
- › Wer kümmert sich um meine Angehörigen, wenn ich nicht mehr da bin?
- › Werde ich leiden?
- › Was geschieht mit mir am Lebensende?

Andere Bedürfnisse werden bewusst:

- › Ich möchte selbst bestimmen.
- › Ich möchte meine Würde bis zum Schluss bewahren.
- › Ich möchte niemandem zur Last fallen.
- › Ich möchte auch auf meinem letzten Lebensabschnitt Freude empfinden.

Palliative Care unterstützt Sie dabei, Antworten auf diese Fragen zu finden. Palliative Care hilft Ihnen, diese Bedürfnisse umzusetzen – unabhängig von Alter und Krankheit.



Palliative Care: das Lebensende gestalten

Angst und Hilflosigkeit prägen häufig die Situation am Lebensende. Die Befürchtung ist gross, ausgeliefert im Spital und mit Schmerzen sterben zu müssen. Es gibt jedoch noch einen anderen Weg, wenn Heilung nicht mehr möglich ist. Palliative Care verbessert die Lebensqualität von Menschen mit unheilbaren, lebensbedrohlichen und/oder chronisch-fortschreitenden Krankheiten.

Im Vordergrund steht die Linderung der körperlichen Beschwerden, aber auch der Ängste und Unsicherheiten. Der Mensch wird begleitet und unterstützt von einem Netz aus Fachpersonen, nahestehenden Bezugspersonen und Freiwilligen.

Ziel der Palliative Care ist, frühzeitig mit Patientinnen oder Patienten und den nahestehenden Bezugspersonen über die letzte Lebenszeit zu sprechen. Vorausschauend und etappenweise bestimmt der schwer kranke Mensch mit, wie und wo er seine letzte Lebensphase verbringen möchte.

Palliative Care befähigt Menschen, den letzten Lebensabschnitt nach den eigenen Vorstellungen zu gestalten.



Palliative Care: besser leben – weniger leiden

Palliative Care ist Hilfe und Unterstützung für Menschen in der letzten Lebensphase. Sie kämpft nicht gegen die Krankheit. Stattdessen ermöglicht sie ein besseres Leben mit der Krankheit. Die Medizin hat in der Schmerz- und Symptomlinderung grosse Fortschritte erzielt. Palliative Care nutzt dieses Wissen und lindert belastende körperliche Beschwerden wie Schmerzen, Verdauungsprobleme, Übelkeit oder Atemnot.

Neben den körperlichen Leiden werden auch psychische und soziale Leiden gelindert, die durch Angst, Depression, Einsamkeit, familiäre Konflikte usw. entstehen können. Die spirituelle Begleitung ist ebenfalls ein Bestandteil der Palliative Care.

In der Palliative Care wird der Mensch ganzheitlich betreut und seine Selbstbestimmung gestärkt.



Bewohnerin Ae Graf und Pfleger Daniel Haug

Palliative Care: gemeinsam statt einsam

Nicht allein, sondern gemeinsam mit vertrauten und kompetenten Menschen die besten Lösungen suchen, ist ein zentrales Element der Palliative Care. Dazu ist ein gut eingespieltes Betreuungsteam notwendig. Palliative Care zeichnet sich aus durch die Zusammenarbeit von Fachleuten aus Medizin, Pflege, Haushaltshilfe, Physiotherapie, Ergotherapie, Sozialarbeit, Psychologie und Seelsorge. Freiwillige und nahestehende Bezugspersonen ergänzen den Helferkreis.

All diese Menschen bilden ein Netzwerk, welches den Betroffenen Sicherheit bietet. Es hilft dem schwer kranken Menschen, die Auswirkungen der Krankheit besser zu verstehen und anzunehmen. Das Netzwerk der Palliative Care entlastet die Familie und den Freundeskreis. Auch für sie ist das Betreuungsteam da. In Gesprächen können sie Hoffnung schöpfen, Kraft sammeln und medizinischen Rat einholen.



Palliative Care: am Ort der Wahl

Palliative Care ist nicht an einen bestimmten Ort gebunden. Die Angebote können zuhause, im Alters- oder Pflegeheim, im Spital oder im Hospiz beansprucht werden. Entscheidend ist, dass die Fachleute ortsübergreifend zusammenarbeiten.

Folgende Angebote stehen in der Schweiz zunehmend zur Verfügung:

Palliative Grundversorgung

Die meisten Menschen können innerhalb der Grundversorgung (Hausärztinnen und Hausärzte, Spitex, Alters- und Pflegeheime sowie Institutionen für Menschen mit Behinderungen, Akutspitäler) behandelt und betreut werden. Dies unter der Voraussetzung, dass genügend Fachpersonen mit den entsprechenden Kompetenzen zur Verfügung stehen.

Spezialisierte Palliative Care

Für Menschen mit komplexen Krankheiten, instabilen Situationen und aufwendiger Betreuung braucht es spezialisierte Angebote. Dazu gehören Palliativstationen in Akutspitälern oder Hospize. Zur Betreuungsunterstützung zuhause oder im Pflegeheim können mobile Palliative-Care-Teams eingesetzt werden, die mit spezifischem Fachwissen hauptsächlich die betreuenden Fachpersonen beraten, anleiten und unterstützen.

Auch Freiwillige können unter Berücksichtigung ihrer Kompetenzen und Aufgaben Teil der palliativen Versorgung sein.



Was können Sie tun?

- › Machen Sie sich Gedanken über Ihre Prioritäten im Leben jetzt und am Lebensende.
- › Teilen Sie Ihre Gedanken und Wünsche Ihren Nächsten mit.
- › Besprechen Sie Ihre Gedanken, Bedürfnisse und Wünsche mit Ihrer medizinischen Vertrauensperson, z.B. mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt. Sprechen Sie sie auf Palliative Care an.

Patientenverfügung

- › Halten Sie Ihre Bedürfnisse und Wünsche schriftlich fest, z.B. in einer Patientenverfügung.
 - › Eine Patientenverfügung ist gültig, wenn sie von einer urteilsfähigen Person freiwillig erstellt wurde und mit Datum und eigenhändiger Unterschrift versehen ist. Die Patientenverfügung kann zu jeder Zeit der aktuellen Lebenssituation angepasst und geändert werden.
 - › Informieren Sie Ihre Familie und Ihre Nächsten über diese Patientenverfügung.
 - › Planen Sie selbst aktiv mit – überlassen Sie dies nicht allein den Fachleuten.
-



Angebote in Ihrer Nähe

Mehr Informationen zu Palliative Care finden Sie auf folgenden Websites:

www.palliative.ch

Das nationale Informationsportal für Palliative Care der Schweizerischen Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung «palliative ch». Die Website informiert Betroffene und Angehörige, wie und wo Palliative Care sie unterstützt und entlastet.

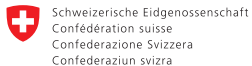
www.bag.admin.ch/palliativecare

Die Website des Bundesamts für Gesundheit (BAG) mit aktuellen Informationen zur «Nationalen Strategie Palliative Care 2010–2012» von Bund und Kantonen.

Palliative Care: ein Angebot, das immer wichtiger wird

In den kommenden Jahren benötigt eine grössere Anzahl Menschen in der letzten Lebensphase mehr Betreuung. Das liegt daran, dass die Menschen in der Schweiz immer älter werden und im Alter unheilbare und chronische Krankheiten häufiger und oft auch gleichzeitig auftreten. Deshalb wird die Behandlung und Betreuung von Menschen in der letzten Lebensphase komplexer. Zudem nimmt die Anzahl der jährlichen Todesfälle in der Schweiz aus demografischen Gründen zu. Die heutige Gesundheitsversorgung der Schweiz trägt dieser veränderten Situation noch zu wenig Rechnung. Menschen in der letzten Lebensphase leiden oft an Schmerzen und Ängsten, ihre Wünsche – zum Beispiel zuhause zu sterben – können nicht immer berücksichtigt werden. Aus diesem Grund braucht es Palliative Care.

«palliativ» stammt vom lateinischen Wort «palliare» (umhüllen) bzw. von «pallium» (Mantel) ab. Der Begriff «care» ist englisch und bedeutet Sorge, Achtsamkeit, Pflege. Unter dem Begriff «Palliative Care» wird die palliative Medizin, Pflege und Begleitung verstanden.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Gesundheit BAG



GDK Schweizerische Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren
CDS Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé
CDS Conferenza svizzera delle direttrici e dei direttori cantonali della sanità



Wir bedanken uns beim Hospiz Zürcher Lighthouse
für die Unterstützung bei den Bildern.