

Unheilbar krank –
und jetzt?





Wenn eine schwere Krankheit fortschreitet und keine Hoffnung auf Heilung besteht, 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 Atmosphäre 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 schwer kranken Menschen.

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, Angehörigen und Freiwilligen. Er bestimmt so weit wie möglich selbst, wie und wo er seine letzte Lebensphase verbringen möchte.

Seine Bedürfnisse und Wünsche bestimmen das Vorgehen. Palliative Care befähigt Menschen, den letzten Lebensabschnitt nach den eigenen Vorstellungen zu gestalten.



Palliative Care: besser leben – weniger leiden

Palliative Care bietet praktische Lebenshilfe 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 Schmerzlinderung grosse Fortschritte erzielt. Palliative Care nutzt dieses Wissen und lindert belastende körperliche Beschwerden wie Schmerzen, Verdauungsprobleme, Übelkeit oder Atemnot.

Palliative Care hilft bei psychischen Leiden wie Angst oder Depression.

Und schliesslich bietet Palliative Care Unterstützung bei psychosozialen Leiden wie Einsamkeit oder familiären Konflikten sowie im Bereich der Spiritualität (Seelsorge). Ziel der Palliative Care ist, frühzeitig mit Patientinnen oder Patienten und den Angehörigen über die letzte Lebenszeit zu sprechen. Vorausschauend und etappenweise entscheidet der schwer kranke Mensch mit, wie er seinen letzten Lebensabschnitt gestaltet.

Dazu können auch die Erstellung und die regelmässige Aktualisierung einer Patientenverfügung gehören. Unabhängig von Alter und Diagnose – mit Palliative Care sind unheilbar kranke Menschen gut aufgehoben.



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 Angehörige 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 palliativen Grundversorgung behandelt werden. Diese erfolgt entweder im Spital, im Alters- und Pflegeheim oder zuhause. Sie wird von den medizinischen Fachpersonen, der Spitex und den Pflegenden im Heim sichergestellt.

Unterstützende Angebote

Mobile Palliativdienste stellen die lückenlose Betreuung zwischen zuhause, dem Pflegeheim und dem Spital sicher. Innerhalb von Spitälern und teilweise in Pflegeheimen gibt es so genannte Konsiliardienste. Sie beraten die Fachleute bei der bestmöglichen Betreuung der Patientinnen und Patienten. Ehrenamtliche und Freiwillige entlasten die Angehörigen.

Spezialisierte Angebote

Für Menschen mit komplexen Krankheiten und aufwendiger Betreuung braucht es spezialisierte Angebote. Dazu gehören Palliativstationen in Akutspitälern oder Hospize.



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.
 - › Halten Sie Ihre Bedürfnisse und Wünsche schriftlich fest, z.B. in einer Patientenverfügung.
 - › Passen Sie Ihre Patientenverfügung jeweils der aktuellen Lebenssituation an.
 - › Informieren Sie Ihre Familie und Ihre Nächsten über diese Patientenverfügung.

 - › Falls eine schwere Erkrankung Sie treffen sollte, 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.

 - › Wenden Sie sich an die Auskunftsstelle in Ihrer Nähe.
 - › Planen Sie selbst aktiv mit – überlassen Sie dies nicht allein den Fachleuten.
 - › Sprechen Sie mit Ihren Angehörigen und Freunden – bleiben Sie mit Ihren Sorgen nicht allein.
-



Angebote in Ihrer Nähe

Mehr Informationen zu Palliative Care finden Sie auf folgenden Websites:

www.palliative.ch

Die Schweizerische Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung, palliative ch, informiert über ihre Aktivitäten zur Förderung von Palliative Care in der Schweiz. Ausserdem finden Sie hier die Adressen aller regionalen Sektionen von palliative ch.

www.bag.admin.ch/palliativecare

Das Bundesamt für Gesundheit BAG zeigt auf seiner Website die Aktivitäten des Bundes im Bereich Palliative Care auf. Zudem gibt es hier Informationen über Palliative Care und deren Bedeutung, eine Übersicht über die im National- und im Ständerat eingegangenen Vorstösse und Beispiele zur Förderung von Palliative Care in anderen Ländern.

Palliative Care: ein Angebot, das immer wichtiger wird

Die letzte Lebensphase hat in den vergangenen Jahren an Bedeutung gewonnen: Mehr Menschen in der Schweiz sind von unheilbaren, fortschreitenden Krankheiten betroffen. Die Krankheitsverläufe sind länger und komplexer geworden. Es hat eine Verlängerung der letzten Lebensphase stattgefunden – und damit auch eine Verlangsamung des Sterbens. 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.

In den nächsten Jahrzehnten werden in der Schweiz demografisch bedingt jedes Jahr mehr Menschen sterben. Palliative Care wird damit in Zukunft noch wichtiger.



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



palliative.ch

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