



Anja Sievert schätzt die Unterstützung durch Spitex-Pflegefachfrau Aleksandra Siwon, die ihr den Alltag erleichtert und sie nicht nur bei der Pflege unterstützt. Zwischen den beiden Frauen besteht grosses Vertrauen.

Ganz nah am Menschen

Pflegefachfrau Aleksandra Siwon sorgt dafür, dass sich der Alltag zu Hause meistern lässt.

KLEINDÖTTINGEN (sf) – Seit einem schweren, unverschuldeten Motorradunfall vor rund eineinhalb Jahren ist Anja Sievert Paraplegikerin. Durch die Unterstützung der Spitex und ihres Umfeldes baut sie sich langsam wieder ein Alltagsleben auf und findet zurück in eine neue Normalität. «Die Botschaft» durfte Aleksandra Siwon von der Spitex RegioKirchspiel bei der Morgenpflege begleiten.

Neues, schwierigeres Leben

Erst im Juni zog Anja Sievert in die Wohnung in Kleindöttingen, zuvor war sie zehn Monate zur Reha in der Universitätsklinik Balgrist. Vor dem Unfall lebte sie lange Zeit in Full, doch sie musste sich eine rollstuhlgängige Wohnung suchen, von der aus sie Einkaufsmöglichkeiten und Physiotherapie gut erreichen kann. Die ehe-

malige Lokführerin arbeitet mittlerweile zweimal wöchentlich in einem Büro, die 51-Jährige hat mit ihrer Situation allerdings noch keinen Frieden gefunden. «Man wird quasi neugeboren, nur ist einfach alles viel schwieriger.» Viele Kleider und sämtliche Schuhe musste sie schweren Herzens weggeben, denn es dürfen keine Druckstellen an den Füssen entstehen – so trägt sie neu Grösse 40 statt 38.

Die Einschnitte ins Leben der immer sehr selbstständig gewesenen Frau sind massiv. Zusätzlich zur Durchtrennung des Rückenmarks sind beim Unfall ihr rechter Arm und die linke Schulter schwer verletzt worden, aufstützen kann sie sich daher kaum. «Jeder Transfer vom oder in den Rollstuhl kostet enorm viel Kraft.» Doch Anja Sievert hat bereits vieles gelernt und ist mittlerweile so weit, dass sie Hilfe annehmen kann.

Enger Bezug

Zweimal täglich wird sie von der Spitex unterstützt. Die Pflegenden haben einen strengen Tagesplan, doch die Fachkräfte sind sehr feinfühlig. «Wenn es nötig ist zu helfen, bleiben wir. Auch in Notfällen springen wir ein, Kleinigkeiten können wir gut abfedern.» An diesem Tag betreut Aleksandra Siwon innert sechs Stunden fünf Patienten. «Man entwickelt ein Gespür dafür, wie es den Menschen wirklich geht, gemeinsam sucht man kreative Lösungen im Alltag.» Bei Anja Sievert zum Beispiel liegt ein kleines Brett unter der Matratze am Bettende, sodass der Transfer in den Rollstuhl sicherer möglich ist.

«Wir sind immer bei den Klienten zu Gast, sie sollen sich zu Hause wohlfühlen. Wir respektieren, was sie nicht mögen und richten uns nach ihren Tagesrhythmen, Gewohnheiten und Bedürfnissen.» ▶

► Jeweils die gleichen sechs Personen betreuen Anja Sievert, so wird ein enger Bezug aufgebaut, man lernt sich gut kennen. «Sie mag es sehr, wenn ich das Bett schön herrichte», schmunzelt Siwon. Sagt es und verschwindet im Schlafzimmer, während Sievert selbstständig duscht. Zuvor half ihr die Pflegefachfrau dabei, vom Rollstuhl in den elektrischen Badewannenlift zu gelangen.

Professionelle Nähe

Kaum ist Sievert fertig, hilft ihr die Pflegefachfrau wieder in den Rollstuhl. Im Schlafzimmer cremt Siwon die Klientin, die jetzt auf dem Bett liegt, ein, und danach ziehen die beiden Frauen die Kompressionsstrümpfe, die bis zur Hüfte reichen, gemeinsam an. Immer wieder lachen sie, eine grosse Vertrautheit ist spürbar.

«In der ambulanten Pflege sind die Empfänger sehr dankbar», erläutert Siwon. Sie freut sich über die Fortschritte – mögen sie noch so klein sein. «Wir sind ausserdem immer präventiv tätig, scannen Räume zum Beispiel nach Stolperfallen – das ist bei mir schon völlig automatisiert.» Die Spitex macht auch an Wochenenden und Feiertagen keine Pause. Die Pflegefachfrau schätzt die professionelle Nähe zu den Menschen und die persönlichen Gespräche. «Wir sind ganz nah an den Menschen, wissen, was sie bewegt und erleben auch Geburtstage und Feiertage mit.» In der Pflege – wie in allen anderen Berufen – sei es extrem wichtig, dass man abschalten könne, ist Siwon überzeugt. «Das heisst aber nicht, dass ich nicht auch nachmittags an sie denke.»

Modische Perfektionistin

Anja Sieverts Wohnung ist hell, auf dem Sofa sind dekorativ angeordnete Kissen, überall stehen Pflanzen in weissen Töpfen, vor den Fenstern hängen schön drapierte Vorhänge, die Wände zieren Fotos von Familie und Freunden. Frische Schnittblumen und der Blick ins Grüne runden die wohnliche Atmosphäre ab. In jedem Detail erkennt man Sieverts Perfektionismus. So bereitet

Der Verein Spitex RegioKirchspiel

Die Spitex RegioKirchspiel ist am 1. Januar 2018 als neuer Verein gestartet. Entstanden ist er aus der Fusion der ehemaligen Spitex-Organisationen Kirchspiel und Umgebung und Leibstadt-Schwaderloch. Sie ist in den Gemeinden Böttstein, Full-Reuenthal, Leibstadt, Leuggern, Mandach und Schwaderloch unterwegs. Neben der Pflege zu Hause bietet die Spitex RegioKirchspiel auch Beratungen, hauswirtschaftliche Leistungen, Psychiatriepflege und Palliative Care Pflege an.

sie sich auch auf die Besuche der Spitex perfekt vor, legt bereits die Kleidung heraus, die immer zusammenpasst – sie hat ein Faible für Mode. Die gepflegte Frau schminkt und frisiert sich auch selbst.

Neu hat sie eine Maschine für das Beintraining, damit Knie und Füsse sich bewegen und elastisch bleiben. Von einem Schreiner hat sie sich eine rollende Ablage massanfertigen lassen, die über das Bett geschoben werden kann. «Ich bin froh, dass ich den Alltag bewältigen kann. Es gibt derzeit noch vieles, was ich tagsüber zu erledigen habe – langweilig wird es mir also nicht.» Um draussen unterwegs zu sein, kann sie an ihrem Rollstuhl einen Vorspann anschliessen, der sie elektrisch zieht. Wenn die Schmerzen in Armen oder Schultern zu gross werden, kann sie auf ihren Elektrorollstuhl ausweichen.

Vielfältige Pflege

Viele Menschen hätten zuerst Bedenken, ob ein selbstständiges Leben wieder möglich sein wird – mithilfe der Spitex funktioniere das gut, verdeutlicht Siwon. «Irgendwann erleben wir Erfolgserlebnisse.» So kann Anja Sievert zum Beispiel mittlerweile alleine duschen. «Wir nehmen Sorgen, Veränderungen und auch die Wohnung genau wahr und erfassen Kleinigkeiten.» Wichtig bei ihrer Arbeit seien Flexibilität, Individualität, Kreativität, Wohlwollen, Empathie, und auch Humor dürfe nicht fehlen. «Auch die Fähigkeit, sich auf Menschen einlassen zu können.» So brauche sie im Gespräch keine Floskeln, höre sich einfach die Sorgen der Menschen an. «Viele sind dankbar, wenn sie sich ihr Leid von der Seele reden können.»

Die Spitex bietet nicht nur Langzeitpflege an, sondern begleitet Menschen auch nach Operationen oder Unfällen zurück ins Leben. «Wir übernehmen alles – vom Verbandswechsel bis hin zu Infusionen, Injektionen und Behandlungspflege», erklärt Aleksandra Siwon, die auch Fachverantwortliche für die Palliative Care Pflege ist. Dabei wird schwerstkranken Menschen eine höchstmögliche Lebensqualität im letzten Lebensabschnitt zu Hause ermöglicht. «Wir entlasten und unterstützen die Familien, beziehen sie aber auch mit ein. Wir sind einfach da und suchen nach bestmöglichen Lösungen für Klienten, denn häufig verändern sich die Situationen schnell.»

Grosse Dankbarkeit

Die Dankbarkeit ist gross, auch bei Anja Sievert. Im Eingangsbereich steht eine Schale mit Süssigkeiten, aus der sich die Pflegefachkräfte bedienen können, dahinter steht ein Schild mit der Aufschrift «Vielen lieben Dank». Sieverts Wunsch für die Zukunft: Ein Auto mit Handbedienung statt Pedale und wieder einen geregelten Alltag. Ihr stehen noch einige Operationen bevor – was sicher ist: Aleksandra Siwon wird weiter an ihrer Seite bleiben und sie unterstützen.



Transfer vom Rollstuhl in den Badewannenlift mithilfe des Transferbrettes.



Anja Sievert schätzt ein schön hergerichtetes Bett – die Pflegefachfrau weiss das.



An der Haustüre steht immer ein kleiner, süsser Dank für Aleksandra Siwon bereit.