

# PARAPLEGIE

SCHWERPUNKT

Beatmung –  
Luft zum Leben

8  
Nottwil: Einzigartige  
Beatmungskompetenz

22  
Markus Böni schaut nicht  
in den Rückspiegel

28  
Innovative Ausbildung  
auf der Station





Schweizer  
Paraplegiker  
Stiftung

# Einblicke in die Welt von vier Querschnittgelähmten im Besuchszentrum ParaForum

**Kommen Sie vorbei!**  
Mehr Informationen unter  
[paraforum.ch](http://paraforum.ch)



Liebe Leserin, lieber Leser

Leben heisst atmen. Für Menschen mit einer Querschnittslähmung, die im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) künstlich beatmet werden, bedeutet diese Redewendung: Die Beatmungsmedizin ist die Voraussetzung für alles Weitere. Über die Jahre hat sich dieser Fachbereich zu einer Schlüsselkompetenz des SPZ entwickelt. Dank des entsprechenden Know-hows auf allen Abteilungen können viele auch hochgelähmte Menschen wieder nach Hause entlassen werden.

Diese Erfolgsgeschichte kam zustande, weil sich in Nottwil mutige Fachleute aus Medizin, Therapie und Pflege intensiv mit der Entwöhnung von der Beatmungsmaschine befasst haben. In der Schweiz wurde das arbeitsaufwändige Thema bis zu diesem Zeitpunkt nur am Rande beachtet. Die Pionierinnen und Pioniere dagegen hatten den Mut, neue Formen der Behandlung zu entwickeln, die jetzt allen Menschen mit Querschnittslähmung zugutekommen.

Auch andere Kliniken profitieren in schwierigen Fällen vom Know-how des SPZ. Das war besonders während der Coronapandemie entscheidend: In Nottwil haben wir damals eine zusätzliche Station für beatmete Covid-19-Patientinnen und Patienten eingerichtet und konnten vielen Betroffenen helfen, Schritt für Schritt zurück ins Leben zu finden.

In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen die Beatmungsmedizin in Nottwil und die Menschen vor, die sich tagtäglich dafür engagieren, dass ihre Patientinnen und Patienten von der Beatmungsmaschine wegkommen. Ohne Ihre Unterstützung als Mitglied wäre es unmöglich, dieses schweizweit einzigartige Angebot aufrechtzuerhalten. Dafür danke ich Ihnen herzlich.



**Dr. iur. Joseph Hofstetter**  
 Direktor Schweizer  
 Paraplegiker-Stiftung



## SCHWERPUNKT

- 8 BEATMUNGSMEDIZIN  
Eine Schlüsselkompetenz in Nottwil
- 14 BETROFFENENSICHT  
Wie fühlt sich Beatmung an?
- 16 ERNÄHRUNGSTHERAPIE  
Die goldene Balance
- 18 MITARBEITENDE  
Tabea Holzgang betreut beatmete Patientinnen und Patienten
- 19 RATGEBER  
Besser atmen
- 20 HEIMBEATMUNG  
Unterwegs mit der «Flying Nurse»
- 22 BEGEGNUNG  
Markus Böni schaut nicht in den Rückspiegel
- 27 GÖNNERVEREINIGUNG  
Einladung zur Mitgliederversammlung
- 28 AUSBILDUNG  
Innovative Bildungszone umgesetzt
- 30 STIFTUNG  
Vom Wert einer Mitgliedschaft
- 31 BANDAGISTIN  
Kleine Hilfsmittel, grosse Wirkung

Titelbild: Sophie von Grünigen auf dem Balkon ihres Zimmers im Schweizer Paraplegiker-Zentrum. Die 16-Jährige aus Thun BE wurde nach einem Zeckenbiss zur inkompletten Tetraplegikerin (siehe Seite 15).

## SPG als Arbeitgeberin ausgezeichnet




Grosse Freude: Luca Jelmoni (Direktor SPZ), Heidi Hanselmann (Stiftungsratspräsidentin SPS), Marcel Unterasinger (HR-Leiter), Markus Béchir (Verwaltungsratspräsident SPZ) und Simone Leib (Projektleiterin)

88 Prozent aller Mitarbeitenden empfehlen die Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) als Arbeitgeberin weiter – das ist einer der Gründe, weshalb die SPG im Januar den **Swiss Arbeitgeberaward** für den dritten Rang der Top-Arbeitgebenden für Unternehmen mit über tausend Mitarbeitenden erhielt. Seit rund 20 Jahren zeichnet die unabhängige Beratungs- und Forschungsfirma icommit mit dem Schweizerischen Arbeitgeberverband und dem Schweizerischen Personalverband die besten Arbeitgebenden der Schweiz und Liechtensteins aus. Grundlage dafür sind Mitarbeitendenbefragungen. «Die guten Umfrageergebnisse sind eine Motivation, uns weiter dafür einzusetzen, zu den besten Arbeitgeberinnen der Schweiz zu gehören», sagt Marcel Unterasinger, der HR-Leiter der SPG.

## Wichtiges Forschungsergebnis

Die RESCOM-Studie der **Schweizer Paraplegiker-Forschung**, an der alle vier Querschnittszentren der Schweiz teilgenommen haben, präsentiert ein wichtiges Teilresultat: Der Median für die erste Lungenentzündung nach Eintritt einer Querschnittslähmung liegt bei 6 Tagen. «Dieser frühe Zeitpunkt hat alle Fachleute überrascht», sagt Studienleiterin Gabi Müller Verbiest. «Und er unterstreicht die Bedeutung der Prophylaxe in der Beatmungsmedizin.» Am meisten gefährdet sind komplette Tetraplegiker nach einem Trauma. Die Studie wurde von der Stiftung Wings for Life unterstützt.

 [paraplegie.ch/spf](https://paraplegie.ch/spf)

## Übers Ohr direkt ins Herz



Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung produziert seit Januar den **Podcast «Querschnitt»**, um ein zusätzliches Publikum für das Thema Querschnittslähmung und das Leistungsnetz der Gruppe zu sensibilisieren. Im Podcast erzählen Menschen mit Querschnittslähmung ihre Lebensgeschichten und geben Einblick in ihren Alltag und dessen Herausforderungen. Ehrliche und emotionale Schilderungen, die die Zuhörerinnen und Zuhörer berühren. Zugänglich über unsere Website und Spotify.

 [paraplegie.ch/podcast](https://paraplegie.ch/podcast)



## Ergreifende Blues-Töne

Zum Auftakt des 28. Lucerne Blues Festivals gab der legendäre Gitarrist **Dave Weld** aus Chicago mit seiner Band **The Imperial Flames** in der Aula des Schweizer Paraplegiker-Zentrums ein Gratiskonzert. Rund 350 Bluesfans begeisterte sein Auftritt – darunter Patientinnen und Patienten, Mitarbeitende und die Bevölkerung von Nottwil. Abgerundet wurde der Event mit einem Burger-Buffer.



15 196 Personen

wurden über digitale Kanäle Mitglied der Schweizer Paraplegiker-Stiftung. Gegenüber dem Vorjahr sind dies rund 18 Prozent mehr. Herzlich willkommen!



### Para-Sportler des Jahres 2023

Zum neunten Mal wurde **Marcel Hug** zum Para-Sportler des Jahres gewählt. Der 38-jährige Leichtathlet gewann die Marathons in New York, Tokio, Boston, London, Berlin und Chicago und bei den Weltmeisterschaften drei Goldmedaillen. In seiner Bilderbuchkarriere hat der Thurgauer inzwischen praktisch alles erreicht, was möglich ist. Ende August nimmt er in Paris zum sechsten Mal an den Paralympischen Spielen teil.

### Höherer Monatslohn für Studierende in der Pflege

Ende Jahr hat das Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) den Grundlohn für HF- und FH-Studierende in der Pflege erneut erhöht. Der Monatslohn kann nun während der gesamten Studiendauer **bis zu 4000 Franken** betragen. Darin enthalten sind Gehaltszulagen während der gesamten Ausbildungszeit, die gekoppelt sind an die Verpflichtung, für zwei beziehungsweise drei Jahre nach dem Abschluss weiter in Nottwil tätig zu sein. Damit ist das SPZ Vorreiterin in der Region und auch bezüglich Entlohnung eine attraktive Arbeitgeberin.



### Altgold spendet Hoffnung


Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung nimmt neu auch Altgoldspenden entgegen. Wir arbeiten mit einem zertifizierten Schweizer Edelmetallpartner zusammen, der das Altgold einschmilzt und nach modernsten ökologischen Verfahren recyclet. Der Erlös kommt der **Direkthilfe für Menschen mit Querschnittlähmung** zugute. Möchten auch Sie Hoffnung spenden? Dann besuchen Sie unsere Website:

### Richtig angezogen bei jedem Wetter

Kleine Details machen es aus, ob die Mode im Sitzen passt. Die neue Outdoor-Bekleidungsline im Sortiment von **Orthotec**, einer Tochterfirma der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, ist spezifisch auf die Bedürfnisse von Rollstuhlfahrenden zugeschnitten. Die Allwetterjacken und Regenbekleidung können im Showroom in Nottwil probiert werden.



 [paraplegie.ch/bekleidungszubehoer](https://paraplegie.ch/bekleidungszubehoer)

 [paraplegie.ch/altgold](https://paraplegie.ch/altgold)



# «Es droht der viel zu frühe Eintritt in ein Pflegeheim»

Das Zustandekommen der Inklusionsinitiative ist für die gesamte Gesellschaft wichtig. Olga Manfredi, Präsidentin der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung (SPV), erklärt die Hintergründe.

## **Olga Manfredi, weshalb ist die Inklusionsinitiative so bedeutend für die SPV?**

Mit der Inklusionsinitiative soll der Politik Druck gemacht werden, dass die Schweiz die Behindertenrechtskonvention der UNO umsetzt. Unser Land tut sich sehr schwer damit, obwohl es sich schon vor Jahren dazu verpflichtet hat. Es geht bei dieser Initiative darum, die Rechte von Menschen mit Behinderung in der Schweiz zu stärken. Das beinhaltet ganz viele Dinge: Alles, was im Hoch- und Tiefbau gebaut wird, Dienstleistungen, Einrichtungen, der öffentliche Verkehr, auch der Bildungsbereich.



Olga Manfredi ist Präsidentin der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung (SPV) und Mitglied im Vorstand von Inclusion Handicap.

## **Weshalb die Bildung?**

Den Betroffenen werden zwar Umschulungen ermöglicht, aber bei der Weiterbildung wird es schwierig. Es geht um die Frage: Wie schaffe ich es als Rollstuhlfahrerin, die schon für den Alltag viel mehr Zeit braucht als eine Fussgängerin, das Leben zu bestreiten, zu arbeiten und mich weiterzubilden? Die Invalidenversicherung sagt: Du hast ja bereits eine Ausbildung. Aber das ist kein zeitgemässer Standpunkt. Wenn ich mich nicht weiterbilden kann, bin ich schnell weg vom Arbeitsmarkt.

## **Wieso tut sich die Schweiz so schwer mit der Umsetzung der UNO-Behindertenrechtskonvention?**

Das frage ich mich schon lange – und habe bis jetzt keine Antwort gefunden. Ich stelle immer wieder fest, dass für einige Entscheidungsträger in Bundesämtern der Begriff Behindertenrechtskonvention gar nicht existiert. Dabei würde ihre Umsetzung uns allen helfen: Wenn für die Betroffenen die geeignete Infrastruktur vorhanden und eine echte Teilhabe am Leben der Gesellschaft gegeben ist, hat das entsprechend positive Auswirkungen.

## **Zum Beispiel?**

Menschen mit Behinderung sind so eher in der Lage, erwerbstätig zu sein und Steuern zu bezahlen. Unsere Gesellschaft ist weniger inklusiv, als wir gerne glauben. Wir verdrängen Unangenehmes wie die Versehrtheit. Viele denken: Wir haben dafür ja die Invalidenversicherung und Pro Infirmis. Aber man kann das Unangenehme nicht einfach wegdelegieren.

## **Die Initiative schlägt neue Assistenzsysteme vor. Was wird dadurch besser?**

Menschen mit unterschiedlichen Behinderungen profitieren davon. Es kommt noch auf die politische Umsetzung an: Hält man daran fest, dass eine Hilflosenentschädigung vorhanden sein muss, grenzt man hörbehinderte Menschen aus, die in der Regel keine solche Entschädigung erhalten. Auch Menschen mit Rückenmarkverletzungen, die eine Unfallversicherung haben, wären ausgeschlossen.

## **Zumindest die Altersdiskriminierung wird beseitigt: Die Initiative fordert, dass man auch im Pensionsalter eine Assistenz anmelden kann.**

Bei Rückenmarkverletzungen gibt es eine klare demografische Entwicklung: Über vierzig Prozent der frisch betroffenen Frauen befinden sich im Pensionsalter. Der Partner oder die Partnerin bringt vielleicht nicht mehr die Kraft für die Pflege auf, deshalb benötigen sie mehr Dritthilfe – bekommen sie aber nicht. Vielen Menschen droht dadurch ein viel zu früher Eintritt in eine Pflegeinstitution.

## **Es geht in der Initiative also um Selbstverständlichkeiten, nicht um Luxuslösungen.**

Genau. Ich sage immer: Gleichstellung bedeutet, dass man in seinem Alltag das tun und lassen kann, was für Menschen ohne Behinderung selbstverständlich ist. Nach meinem eigenen Unfall besuchte ich meine Schwester in Neuseeland, wo die Zugänglichkeit schon damals auf einem hohen

Niveau war – und fühlte mich zum ersten Mal wieder vollwertig. Ich musste mich nicht ständig fragen: Was kann ich noch? Sondern: Was will ich überhaupt? Das war ein prägendes Erlebnis.

### Wieso klappt es bei uns nicht – ist es eine Frage des Geldes oder des Willens?

Gleichstellung ist nicht gratis, solche Verbesserungen kosten etwas. Aber die Investitionen lohnen sich volkswirtschaftlich, es profitieren alle davon. Wir vergessen oft, dass keine Vollkostenrechnung gemacht wird, welche Auswirkungen unser bisheriges System auf die Gesundheitskosten hat – zum Beispiel, ob jemand zu Hause leben kann oder in ein Pflegeheim muss. Auch der öffentliche Verkehr mit Niederflrzugängen ist viel effizienter, das ist gut investiertes Geld.

### Kommen wir auf die Initiative und die Unterschriftensammlung zurück. Ist sie auf Kurs?

Wir sind gut unterwegs, aber es braucht noch weitere Anstrengungen. Das Interesse ist sehr unterschiedlich. Daher müssen alle Schweizerinnen und Schweizer, die eine solidarische Gesellschaft wünschen, sich nochmals einen Ruck geben: Jede Unterschrift lohnt sich.

(kste/zvg) ■

## Inklusionsinitiative

Die Volksinitiative fordert selbstbestimmtes Wohnen, mehr Assistenz und gleichberechtigte Teilhabe für Menschen mit Behinderung. Mindestens 100 000 gültige Unterschriften sind nötig, damit sie zustande kommt. Über diesen QR-Code können Sie den Unterschriftenbogen einfach herunterladen, ausdrucken und unterschreiben. Oder schreiben Sie uns: [spv@spv.ch](mailto:spv@spv.ch)



[spv.ch/  
inklusions-initiative](https://spv.ch/inklusions-initiative)



# Training mit dem Lungensimulator

Das Schweizer Institut für Rettungsmedizin (SIRMED) setzt in der Aus- und Weiterbildung auf ein neues Gerät, das die Beatmung realitätsnah simulieren kann.

In der Notfallmedizin gehört die Beatmung zu den Kernmassnahmen. Ein Mensch, der in einer Notsituation nicht mehr atmen kann, ist darauf angewiesen, dass schnell und effizient gehandelt wird. Entsprechend wichtig ist die realitätsnahe Ausbildung der Mitarbeitenden.

Das Schweizer Institut für Rettungsmedizin (SIRMED) – eine gemeinsame Tochter der Schweizer Paraplegiker-Stiftung und der Rega – bietet rettungs- und notfallmedizinische Aus- und Weiterbildungen auf hohem Niveau. Seit Kurzem setzt es zur Schulung von Fachpersonen einen Lungensimulator ein, mit dem sich eine Vielzahl von Krankheitsbildern im Bereich Beatmung nachstellen lässt.

Ändert sich zum Beispiel bei einer Patientin oder einem Patienten plötzlich die Beatmungssituation durch einen akuten Asthmaanfall, lässt sich dies mit herkömmlichen Geräten nicht simulieren. Ganz anders mit dem neuen Lungensimulator, der an einer Hightech-Puppe ange-

schlossen ist und während eines Trainings vom Übungsleiter ferngesteuert wird. Dadurch werden die Kursteilnehmenden immer wieder vor neue, sehr realitätsnahe Herausforderungen gestellt, wenn sich der Beatmungszustand der Puppe wandelt – etwa wenn aus dem schweren ein leichter Asthmaanfall wird.

Kai Kranz, stellvertretender Geschäftsführer der SIRMED und erfahrener Ausbilder, verspricht sich dadurch höhere Lerneffekte. Von den Trainings mit dem Lungensimulator soll insbesondere das Personal von Intensivstationen, Anästhesie und Rettungsdiensten profitieren. «Die Trainings mit der Lunge sind zwar sehr anspruchsvoll und aufwändig», sagt Kai Kranz, «aber ich bin überzeugt, dass wir dank diesem Gerät Fortschritte in der Notfallmedizin machen.»

(pmb/kohs) ■



[sirmed.ch](https://sirmed.ch)

# Eine einzigartige Kompetenz für Beatmungsmedizin

Mit dem Fortschritt in der Medizin steigt die Komplexität der Behandlungen. Die Folge: In grossen Kliniken werden immer mehr Patientinnen und Patienten beatmet. Das Schweizer Paraplegiker-Zentrum betreut besonders schwierige Fälle – und hilft Betroffenen, von der Beatmungsmaschine wegzukommen.

Es ist eine Situation, die sich niemand wünscht: Ein Mensch wacht auf der Intensivpflegestation (IPS) neben piepsenden Geräten auf. Durch einen Schlauch im Hals strömt Luft in die Lunge. Ein zweiter Schlauch geht durch die Nase bis in den Magen, durch ihn fliesst die Nahrung. Der Mensch möchte fragen, was los ist, aber er bringt keinen Ton über die Lippen – die Stimme ist weg.

Für Renato Lenherr sind solche Szenen Alltag. «In der Spitzenmedizin bauen wir eine Brücke zum Überleben», sagt der Chefarzt Intensivmedizin am Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ). «Dazu braucht es oft die Hilfe von Maschinen.» Auf einer IPS gehört die vollständige Beatmung über ein geschlossenes System zu den Standardverfahren. Die sichere Luftzufuhr in die Lunge bedeutet für die Patientinnen und Patienten jedoch, dass sie keine Luft zum Sprechen

zur Verfügung haben – weil ein Ballon («Cuff») im Hals den Atemstrom über die Stimmbänder blockiert.

«Extrembeatmung» nennt Renato Lenherr diese akute Situation. Sobald die Betroffenen stabil genug sind, beginnen er und sein Team mit dem «Weaning», der schrittweisen Entwöhnung von der Beatmungsmaschine. In diesem aufwändigen und hochkomplexen Prozess zählt das SPZ über die Landesgrenzen hinaus zu den führenden Institutionen. Sind Betten frei, beanspruchen auch Universitätskliniken in schwierigen Fällen das Know-how in Nottwil.

## Das Sprechventil macht den Unterschied

Die Kompetenz kommt nicht von ungefähr. Eine Querschnittlähmung beeinträchtigt in vielen Fällen die Atemmuskulatur. Und je >



«In der Spitzenmedizin bauen wir eine Brücke zum Überleben.»

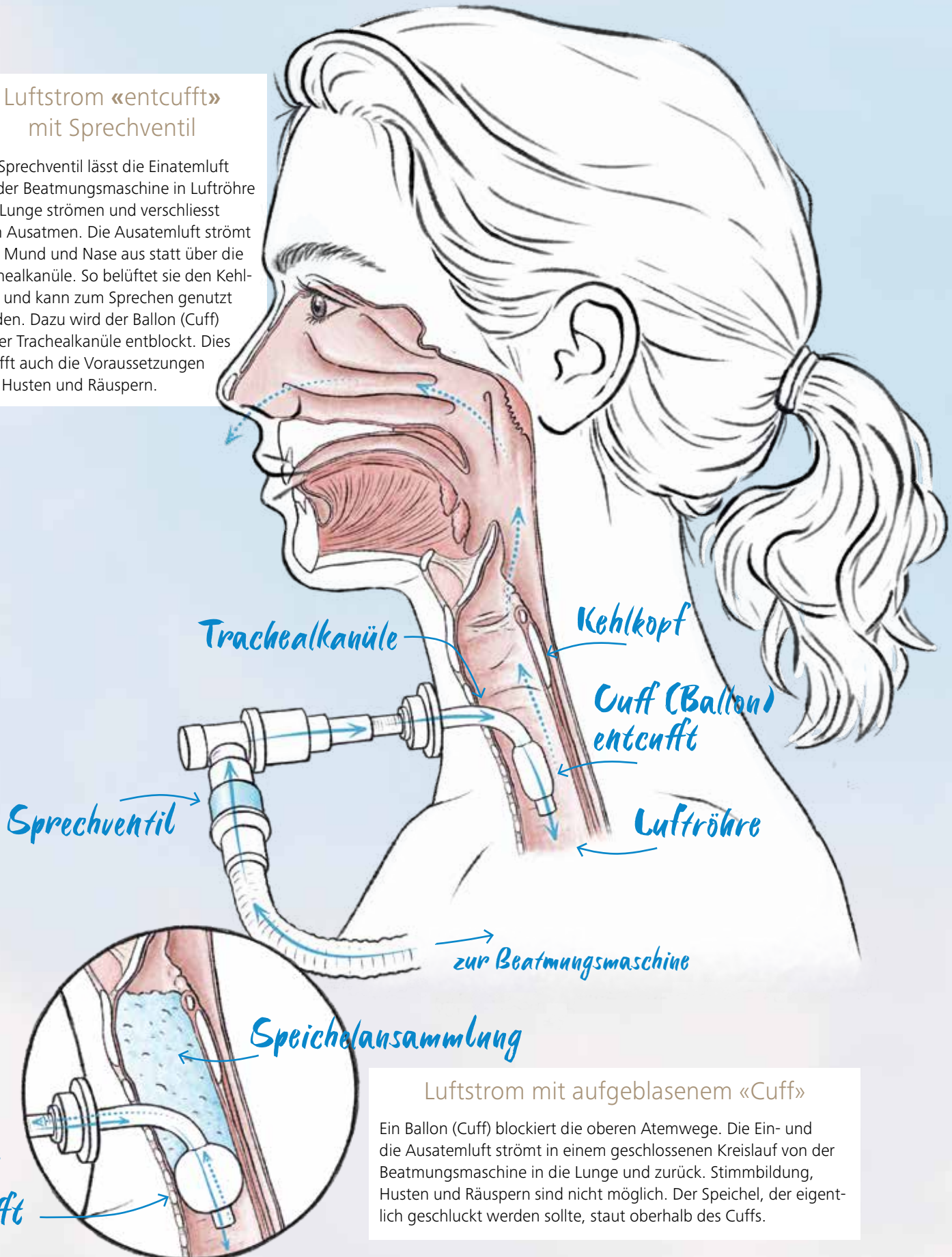
Renato Lenherr,  
Chefarzt Intensivmedizin



# Beatmung mit Trachealkanüle

## Luftstrom «entcufft» mit Sprechventil

Das Sprechventil lässt die Einatemluft aus der Beatmungsmaschine in Luftröhre und Lunge strömen und verschliesst beim Ausatmen. Die Ausatemluft strömt über Mund und Nase aus statt über die Trachealkanüle. So belüftet sie den Kehlkopf und kann zum Sprechen genutzt werden. Dazu wird der Ballon (Cuff) an der Trachealkanüle entblockt. Dies schafft auch die Voraussetzungen zum Husten und Räuspern.



## Luftstrom mit aufgeblasenem «Cuff»

Ein Ballon (Cuff) blockiert die oberen Atemwege. Die Ein- und die Ausatemluft strömt in einem geschlossenen Kreislauf von der Beatmungsmaschine in die Lunge und zurück. Stimmbildung, Husten und Räuspern sind nicht möglich. Der Speichel, der eigentlich geschluckt werden sollte, staut oberhalb des Cuffs.



**Sarah Stierli** mit Patienten auf der Intensivstation. Dank dem Sprechventil können sie kommunizieren.



**Denise Schicker** zeigt einer beatmeten Patientin auf der Station das Aufsetzen der Maske.



«Die Betroffenen sollen mitreden und ihre Bedürfnisse und Sorgen darlegen können.»

**Denise Schicker,**  
Leiterin RespiCare



«Dank der interprofessionellen Zusammenarbeit geht alles Hand in Hand.»

**Sabrina Alessandri,**  
Spezialistin Atemtherapie

höher in der Wirbelsäule das Rückenmark verletzt ist, desto stärker sind die Einschränkungen. Hochgelähmte Tetraplegikerinnen und Tetraplegiker können oft nur noch mit dem Atemhilfsmuskel atmen. Einige benötigen einen Zwerchfellstimulator, andere müssen rund um die Uhr beatmet werden. Auch kurze nächtliche Atemaussetzer sind bei den Betroffenen verbreitet.

«Wieder selbstständig atmen zu können beeinflusst die gesamte Rehabilitation», sagt Sarah Stierli. «Deshalb ist die Beatmungsmedizin in Nottwil ein Schlüsselfaktor.» Die 40-jährige Leiterin des Fachbereichs Logopädie erklärt, was in Nottwil gegenüber anderen Kliniken den Unterschied ausmacht: Die Patientinnen und Patienten bekommen früh ein Sprechventil in den Beatmungsschlauch eingesetzt. Es lässt die Luft beim Ausatmen normal durch den Kehlkopf strömen und die Betroffenen können damit unter Beatmung sprechen (siehe Seite 9). Auch Schlucken, Räuspern und Abhusten sind wieder möglich – und damit der Schutz der Lunge vor dem Eindringen von Sekreten.

Für das erfolgreiche Weaning bei einer Querschnittslähmung oder bei komplexen Krankheiten ist das Sprechventil entscheidend. Die Beatmung über ein geschlossenes System dagegen sei, als würde man mit auf den Rücken gebundenen Händen wandern, erklärt Sarah Stierli: «Es kann gut gehen, aber einen Sturz kann man nicht mehr auffangen.» Am SPZ nutzt man das

Sprechventil seit 1998. Für die Anwendung braucht es nicht nur viel Fachwissen, sondern auch engagierte Mitarbeitende.

#### «Der Himmel auf Erden»

Der 72-jährige Weaning-Patient auf der IPS ist in guter Stimmung, als die Logopädin ins Zimmer kommt. Die Worte sprudeln nur so hervor, er scherzt mit dem Behandlungsteam. Erst seit wenigen Tagen wird ihm stundenweise das Sprechventil eingesetzt. «Wie erleben Sie diese Phasen?», möchte Sarah Stierli wissen. «Es ist der Himmel auf Erden», sagt der Mann. Das Team jubelt spontan und motiviert den Patienten, auf seinem langen und herausfordernden Weg weiterzugehen.

Nachdem ihre Kollegin aus dem Fachbereich RespiCare seine Beatmungswerte gemessen und die Geräteeinstellungen nachjustiert hat, beginnt Sarah Stierli mit der Schluckdiagnostik. Dazu hat sie ein Sorbet dabei. Nach Wochen der künstlichen Ernährung freut sich der Patient über das kühle Himbeersorbet im Hals. Von aussen kann Sarah Stierli nur wenig über die Sicherheit der Schluckbewegungen aussagen, deshalb hat sie am nächsten Tag eine endoskopische Untersuchung angesetzt. Dabei wird mit einer Kamera durch die Nase die Qualität des Schluckvorgangs in allen Details geprüft.

«Eine schwere Schluckstörung ist der Hauptgrund, weshalb wir die Trachealkanüle nicht herausnehmen können und





Der **Respi-Rapport** garantiert die interprofessionelle Zusammenarbeit: Das Behandlungsteam bespricht die Röntgendiagnostik des Schluckens einer Pille.

jemand länger als nötig in der Klinik bleiben muss», sagt Sarah Stierli. Im Standardverfahren mit einem geschlossenen Beatmungssystem können sich rasch Schluckstörungen und andere Komplikationen ausbilden. Deshalb setzt man in Nottwil früh auf Prophylaxe und überwacht das Schlucken genauso wie das Atmen.

Auch Rückschläge sind möglich. Auf einer Intensivstation befindet sich der Körper in einem fragilen Zustand und kann unerwartet reagieren. Wenn dabei gewisse Kriterien erreicht werden, muss das Betreuungsteam das Sprechventil entfernen, bis der Körper erneut stabil geworden ist. Das ist nicht immer einfach. «Manchmal haben die Betroffenen Tränen in den Augen, wenn wir ihnen die Stimme wieder wegnehmen», schildert die Leiterin Logopädie.

### Beatmung auf den Stationen

Auf einer normalen Station treffen wir Denise Schicker. Die Leiterin RespiCare zeigt einer Patientin einen Trick zum richtigen Aufsetzen der Beatmungsmaske, damit diese im Bett nicht mehr unangenehm drückt. «Ich bringe Ihnen später noch ein Anschlussstück vorbei, das die Luft besser ableitet», sagt die 36-Jährige. Dann führt sie die Patientin in den optimalen Atemrhythmus ein und passt die Einstellungen des Beatmungsgeräts an. «Jetzt bin ich beruhigter», sagt die Frau, die von der invasiven Beatmung via Trachealkanüle auf die Maskenbeatmung umgestellt wurde.

Das RespiCare-Team des SPZ besteht aus acht Pflegefachpersonen mit gezielten Weiterbildungen. Es betreut zentrale Aspekte der Beatmung – wie Messungen, klinische Beurteilungen, die Beratung von Betroffenen und Angehörigen oder die Einstellung der Geräte zur Verbesserung der Beatmungsparameter. Das Ziel sind kontinuierliche Optimierungen rund um die Uhr. «Mit einem Laufnachtwachen-Spezialteam setzen wir das Weaning in der Nacht fort», sagt Denise Schicker. «Die Patientinnen und Patienten wirken aktiv mit und wir erhalten dadurch eine sehr hohe Qualität der Messwerte.»

In Nottwil folgt man in der Entwöhnungsphase dem Ansatz von Entlasten und Belasten der Atemmuskulatur: Die Fachleute suchen die optimale Balance zwischen der Förderung der Spontanatmung und dem Vermeiden von Erschöpfungszuständen. Werden die Betroffenen überfordert, sind Rückschritte möglich. Haben sie nachts Probleme mit der Atmung, fehlt ihnen am nächsten Tag die Kraft für das Therapieprogramm. Das RespiCare-Team ist für das ganze Haus zuständig. Auch dies ist eine Besonderheit am SPZ: Vollbeatmete Patientinnen und Patienten werden nicht nur auf der IPS, sondern auch auf den acht normalen Stationen betreut.

### Nur interprofessionell möglich

Wie die Logopädinnen und Logopäden im Bereich Schlucken tragen die RespiCare- >

## Sprechventil

Kleines Teil, grosse Wirkung: Das Passy-Muir-Sprechventil hat eine Einwegmembran, die den Strom der Ausatemluft blockiert und über die oberen Atemwege leitet.



## Trachealkanülen

18 verschiedene Modelle in jeweils mehreren Grössen nutzt das SPZ. Eine grosse Auswahl ist entscheidend für die individuell optimale Betreuung.

## 1,5 Liter

So viel Speichel produziert ein Mensch pro Tag. Bei einer Schluckstörung kann er zusammen mit anderen Fremdkörpern in die Lunge gelangen und Entzündungen auslösen.





Der Einsatz eines Sprechventils erfordert einen höheren Betreuungsaufwand: Patient auf der Intensivstation mit den Logopädinnen Sarah Stierli (links) und Tabea Holzgang.



## Ihre Spende hilft

Das notwendige Angebot des SPZ in der Beatmungsmedizin kann nicht kostendeckend umgesetzt werden. Mit Ihrer Spende leisten Sie einen wertvollen Beitrag, dass Menschen mit Querschnittlähmung von der Beatmungsmaschine befreit werden können. Herzlichen Dank!

### Spendenkonto

IBAN: CH14 0900 0000 6014 7293 5  
Vermerk: Beatmungsmedizin

Fachpersonen eine hohe Verantwortung fürs Atmen – und damit fürs Leben. Denise Schicker empfindet das nicht als Druck, sie hat gelernt, mit schwierigen Situationen umzugehen: «Ruhe und einen kühlen Kopf zu bewahren, ist im Notfall wichtig. Denn unsere Ausstrahlung überträgt sich unmittelbar auf die Patientinnen und Patienten.» Hohes Fachwissen, ein gutes Team und der enge Austausch aller Fachbereiche am SPZ helfen ihr dabei.

Diese interprofessionelle Zusammenarbeit ist eine wichtige Voraussetzung: Ein Weaning-Erfolg stellt sich nur ein, wenn alle beteiligten Berufsgruppen koordiniert vorgehen und eine gemeinsame Vorstellung der nächsten Schritte haben. Deshalb finden schon auf der IPS zwischen Ärzteschaft, Logopädie, RespiCare, Physiotherapie, Ernährungstherapie und Pflege klar definierte Besprechungen statt.

Alle Physiotherapeutinnen und -therapeuten des SPZ sind spezifisch für die Atemtherapie ausgebildet. Sie überprüfen zum Beispiel die Belüftung der Lunge mit dem Stethoskop, wenn es darum geht, die richtige Technik auszuwählen, um das Sekret

zu mobilisieren. Oder sie unterstützen eine Person beim Abhusten. «Zusätzlich ist für jede Station eine Person zuständig, die dem Behandlungsteam bei komplexen Fragen beiseitesteht», sagt Sabrina Alessandri. Die 38-jährige Physiotherapeutin ist Spezialistin für Atemtherapie und kümmert sich um den regelmässigen Austausch und Schulungen innerhalb des SPZ. «Dank der interprofessionellen Zusammenarbeit geht bei uns alles Hand in Hand», sagt sie.

### «Megaschöne Momente»

Damit die Patientinnen und Patienten so rasch wie möglich von der künstlichen Beatmung loskommen, müssen sie aktiv in den Behandlungsprozess miteinbezogen werden. Dabei erleichtert das Sprechventil die Kommunikation: Entscheidungen können direkt mit ihnen besprochen werden und es gibt selten Missverständnisse. «Wir gehen immer individuell vor, deshalb ist es wichtig, dass die Betroffenen mitreden und ihre Bedürfnisse und Sorgen darlegen», sagt Denise Schicker. Nicht die Lehrbuchmeinung stehe im Fokus, sondern die Wahrnehmung der Betroffenen.

Der einzigartige Standard, das Know-how und die jahrzehntelange Erfahrung in der Beatmungsmedizin, die am SPZ auf allen Stationen vorhanden sind, ist für die Mitarbeitenden einer der Gründe, um nach Nottwil zu kommen. «Ich brenne für diese Aufgabe», sagt Denise Schicker stellvertretend für alle Befragten.

Der engagierte Einsatz aller Fachpersonen ist massgebend dafür, dass viele hochgelähmte Menschen wieder zu ihren Angehörigen nach Hause können. Dass sie keine Beatmung mehr benötigen oder nur noch eine Teilbeatmung in der Nacht. Und dass alle Beteiligten im häuslichen Umfeld mit dieser Situation gut und sicher umgehen können. Die Leiterin RespiCare drückt es so aus: «Wenn die interprofessionelle Zusammenarbeit so gut funktioniert hat, dass wir wirklich das Optimum erreichen konnten, dann sind das für uns megalische und motivierende Momente.»

(kste/baad) ■



[paraplegie.ch/  
weaning](https://www.paraplegie.ch/weaning)

## «Die Voraussetzung ist eine hohe Fachkompetenz»

Sarah Stierli ist Leiterin Logopädie am Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ).

### Sarah Stierli, wie ist das, wenn Sie einer Patientin oder einem Patienten unter invasiver Beatmung zum ersten Mal ein Sprechventil einsetzen?

Das ist ein unglaublich schöner Moment, im Beisein der Angehörigen fliessen nicht selten Tränen. Bei einigen kommt die Stimme spontan und sie können normal sprechen. Andere haben Probleme mit der Ansteuerung des Kehlkopfs. Sie daran heranzuführen, dass ihre Stimmlippen wieder einen Ton hervorbringen – dafür stehe ich jeden Tag gerne auf. Für die Betroffenen ist es der Startschuss zurück ins Leben.

### Weshalb wird dieses Verfahren in Schweizer Kliniken so selten genutzt?

Eigentlich könnten es alle konsequent einsetzen und damit Rehabilitationszeit und Kosten im Gesundheitssystem sparen. Die Verwendung ist jedoch primär eine Frage des interprofessionellen Know-hows. Am SPZ nutzen wir das Sprechventil seit über 25 Jahren, das hängt mit der Beatmungsexpertise in Nottwil zusammen. Beim Weaning, also der Entwöhnung vom Beatmungsgerät, und im Trachealkanülenmanagement sind wir führend.

### Welche Vorteile bringt Ihr Ansatz?

Strömt beim Atmen keine Luft über die oberen Atemwege, kann sich eine schwere Schluckstörung entwickeln, wodurch die Entfernung der Trachealkanüle verzögert wird. Deshalb wollen wir den «Cuff», den Ballon, der das verhindert (vgl. Seite 9), zum frühestmöglichen Zeitpunkt entleeren, zumindest zeitweise. Dieser wichtige Zeitpunkt sollte nicht wegen fehlendem Know-how verpasst werden. Denn da werden viele Weichen gestellt.

### Das tönt hochkomplex.

Ist es auch. Selbst eine erfahrene Fachperson benötigt rund ein Jahr Einarbeitungs-

zeit, um das Trachealkanülenmanagement unter invasiver Beatmung wirklich zu verstehen. Es ist ein hochspezifischer Bereich – gewissermassen die Königsdisziplin in der Logopädie.

### Logopädie und RespiCare arbeiten am SPZ jeweils eng zusammen.

Das ist für rasche Fortschritte zwingend. Wenn der Ballon leer, also «kentcuft» ist, muss die betroffene Person den Speichel zirka zwei Mal pro Minute schlucken können, sonst fliesst er in die Lunge. Andererseits müssen die Beatmungswerte stimmen,

wann eine Person stabil genug für die nächsten Schritte ist. Das Ziel ist eine erfolgreiche Entwöhnung vom Beatmungsgerät und die Entfernung der Trachealkanüle. Im SPZ bestehen flache Hierarchien und die Expertise einer Fachperson wird von allen angenommen.

### Und alle tragen Verantwortung?

Unsere Fachpersonen sind in ihrem Gebiet absolut sattelfest. Da muss nichts von oben nachjustiert werden, sondern die Verantwortung liegt da, wo die Kompetenz ist. Darauf sind wir stolz.

### Belastet das manchmal?

Jüngere Kolleginnen und Kollegen benötigen sicher mehr Erfahrung, bis sie die Verantwortung tragen können. Es sind aber immer mehrere Personen in einen Fall involviert. Man lernt voneinander und sieht das Gleiche mit mehreren Augen. Die Voraussetzung für die Tragweite der Entscheidungen, die wir jeden Tag fällen, ist eine hohe Fachkompetenz.

### Zu Ihrer Verantwortung als Leiterin Logopädie kommen noch Ihre zwölfjährigen Zwillinge zu Hause. Wie schaffen Sie das?

Ich arbeite aktuell in einem 80-Prozent-Pensum und kann am SPZ Beruf und Familie sehr gut unter einen Hut bringen – dank der Hilfe meines Mannes und der Schwiegereltern, aber auch dank dem Verständnis im Team. Die Klinik unterstützt uns mit zukunftsweisenden Arbeitszeitmodellen. Auch das macht mich stolz.

(kste/baad) ■



«Für die Betroffenen ist es der Startschuss zurück ins Leben – nicht selten fliessen Tränen.»

Sarah Stierli,  
Leiterin Logopädie

sonst überfordern wir die Person. Wird das Zusammenspiel von Atmen und Schlucken nicht exakt überwacht, werden die Betroffenen unnötigen Risiken ausgesetzt.

### Welche Rolle spielen die anderen Fachbereiche?

Alle sind gleich wichtig. Neben Logopädie und RespiCare müssen auch Ärzteschaft, Pflege und Physiotherapie eng zusammenarbeiten, ihre Befunde teilen und entschei-

# Beatmung aus Sicht der Betroffenen

Wie fühlt es sich an, wenn das eigene  
Leben von einer Maschine abhängt?  
Drei Patientinnen und Patienten erzählen.



«Das Sprechventil  
war enorm wichtig.»

Hans-Peter Urech (62), Reinach AG

**An Ostern 2021 war ich zum Skifahren in Arosa und bekam Corona.** Das Fieber stieg täglich, nach drei Tagen mit rund 41 Grad musste ich ins Spital Menziken. Als eine Assistenzärztin sah, dass meine Lunge am Kollabieren war, überwies sie mich mitten in der Nacht ans Kantonsspital Aarau. Ich konnte gerade noch meine Frau informieren. «Ich melde mich dann am Morgen», sagte ich ihr am Telefon. Tatsächlich konnte ich erst sieben Wochen später wieder mit ihr reden.

\*

Das Koma dauerte sechs Wochen. Dann kam ich zur Mobilisierung auf die Intensivstation in Nottwil, wo man mir ein Sprechventil einsetzte. Das war ein entscheidender Moment: Ab da ging es stetig aufwärts. Ich konnte mich im Bett nicht selbst drehen und musste immer klingeln, wenn ich nur die Lippen befeuchten wollte. Doch die Fachleute im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) motivierten mich jeden Tag zu Fortschritten – durch ihr Können und ihre Kommunikation. Dank des Sprechventils konnte ich mich direkt mit ihnen austauschen.

\*

Ich habe mich durch die verschiedenen Therapien durchgebissen, weil ich die Chance sah, mein normales Leben zurückzubekommen. Am 14. Juli wurde die Trachealkanüle gezogen. Als ich eine Woche später das SPZ verliess, konnte ich bereits drei, vier Schritte am Stück gehen. Die Rehabilitation erfolgte dann in der Klinik Barmelweid.

\*

Es hätte auch anders kommen können. In Aarau musste ich nach einem Herz-Kreislaufstillstand wiederbelebt werden. Ich bin jetzt 62 Jahre alt und weiss: Alles, was noch kommt, ist Zugabe. Dass ich wieder meinen Beruf als Lehrer ausüben und Querflöte spielen kann, darauf bin ich stolz. Und ich empfinde eine grosse Dankbarkeit gegenüber all den wunderbaren Menschen, die mich unterstützt haben – sei es im medizinischen oder im familiären Bereich. Durch ihre Motivation wurde ich schneller gesund.

(kste/kohs) ■



**Ich weiss, was Atemnot bedeutet.** Und wie es sich anfühlt, wenn man panische Angst hat, ersticken zu müssen. Das wünscht man dem ärgsten Feind nicht. 2012 gab es für mich keinen anderen Ausweg als den Luftröhrenschnitt. Seither hänge ich rund um die Uhr an einem Beatmungsgerät.

\*

Mittlerweile habe ich mich an die Maschine gewöhnt, wir gehören irgendwie zusammen. Meine Krankheit, eine seltene Form von Muskeldystrophie, habe ich nie akzeptiert. Aber ich habe keine Wahl: Wenn ich weiterleben will, bin ich auf die Beatmung angewiesen.

\*

Ohne meine zwei Assistentinnen könnte ich nicht in meiner Wohnung leben, sondern müsste ins Pflegeheim. Anna ist schon seit 2013 bei mir. Sie ist mein grosser Schutzengel, ihr vertraue ich blind, sie kann ich auch nicht anschwindeln. Wenn sie mir in die Augen schaut, weiss sie sofort, was ich fühle oder wie ich denke.

\*

Etwa zehnmal täglich müssen die Atemwegssekrete aus der Kanüle abgesaugt werden. Sonst droht der Erstickungstod. Zudem darf der Schlauch nicht für mehrere Minuten herausgezogen werden.

\*

Ich habe keine Angst, weil ich weiss, dass ich gut betreut werde und nachts in einer Notsituation Alarm schlagen könnte. Zwei Finger funktionieren noch schwach, um einen Knopf zu drücken. Ich bin dankbar, dass ich noch leben darf und mir das Beatmungsgerät eine zweite Chance gibt. Menschen, die ein Schicksal tragen müssen, möchte ich ermutigen: Packt diese zweite Chance, wenn sie kommt!»



(pmb / baad) ■



**Ich bin sechzehn Jahre alt und wohne in Thun BE.**

Im Mai 2023 machte mich ein Zeckenbiss zur inkompletten Tetraplegikerin. Vermutlich geschah die Übertragung, als wir für die Konfirmationsvorbereitung im Wald übernachtet haben. Durch die Erreger der Zecke erkrankte nicht nur mein Gehirn, sondern auch Nerven im Rückenmark.

\*

Es begann mit einem epileptischen Anfall auf dem Heimweg vom Eiskunslauftraining, drei Tage später lag ich im Koma. Als ich dann im Schweizer Paraplegiker-Zentrum aufwachte, sah ich auf einmal meinen rasierten Kopf im Spiegel und war schockiert: Was ist bloss mit mir geschehen? Ich wurde beatmet und war vollständig gelähmt. Es war wie ein Albtraum. Erst mit der Zeit verstand ich, weshalb ich ein Loch im Hals habe.

\*

Das Sprechventil dufte ich am Anfang nur wenige Stunden pro Tag benutzen – und wenn es draussen ist, kommt kein Ton heraus. Einmal wollte ich meiner Mutter und meinem jüngeren Bruder sagen: «Bitte, bitte bleibt noch etwas bei mir! Nur eine Stunde.» Doch sie konnten meine Lippen nicht lesen und fuhren nach Hause. Das ist so traurig, wenn dich niemand verstehen kann.

\*

Am 19. Oktober wurde ich von der Beatmungsmaschine befreit. Das war wie mein zweiter Geburtstag: Endlich war das Ding aus meinem Hals heraus. Seither konzentriere ich mich voll auf die Reha. Der linke Arm und die Hand machen noch nicht, was ich will, und beim Transfer in den Rollstuhl muss mir die Pflege helfen. Aber ich kann schon einige Schritte im Wasser gehen.

\*

Voraussichtlich Ende März werde ich nach Hause entlassen. Im Sommer plane ich ein Aufbautraining bei ParaWork, später möchte ich eine Lehre als Hochbauzeichnerin absolvieren. Ich hoffe, dass irgendwann alles wieder gut kommt, denn ich möchte so gerne wieder einmal aufs Eis gehen – oder Snowboarden!

(kste / kohs) ■



Silvia Mattmann im Gespräch mit einem beatmeten Patienten, der via Magensonde künstlich ernährt wird. Rechte Seite: Die Ernährungstherapeutin unterwegs auf der Station.

# Ernährungstherapie für beatmete Menschen

Eine individualisierte Ernährung wirkt sich positiv auf die Entwöhnung von der Beatmungsmaschine aus.

Ein Rentner liegt nach seinem Velounfall auf der Intensivstation des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ) in Nottwil. Er hat erhebliche Rückenmarkverletzungen, eine Kieferfraktur, und seine Atmungs-, Schluck- und Verdauungsfunktionen sind beeinträchtigt. Der Mann muss beatmet werden, und auch eine künstliche Ernährung via Magensonde ist unumgänglich.

Hier kommt das Team von Silvia Mattmann ins Spiel. Die Ernährungstherapeutin kümmert sich seit Frühling 2023 insbesondere um Patientinnen und Patienten, die in einer Beatmungssituation auf künstliche Ernährung angewiesen sind.

## Die goldene Balance

In der Ernährungstherapie ist entscheidend: Jeder Mensch ist anders, jeder Körper hat

individuelle Bedürfnisse, und nach einem Unfall oder bei Krankheit verändern sich Stoffwechsel und Verdauung. Im Fokus der Therapie stehen deshalb zwei Fragen: Welche Nährstoff-Bedürfnisse hat die Person? Und wie können diese Bedürfnisse gedeckt werden – inklusive Vitaminen und Mineralstoffen?

«Man muss die goldene Balance finden, die sich in dieser extremen Stresssituation des Körpers immer wieder verändert», sagt Silvia Mattmann. Sowohl eine Mangelernährung als auch eine Überernährung gilt es zu verhindern.

Um den individuellen Bedarf berechnen zu können, nimmt die Ernährungsmedizin Gewicht, Grösse, Geschlecht, Alter und Krankheitsfaktor als Grundlage. Zusätzlich wird anhand des Sauerstoff-

verbrauchs der exakte Energiebedarf der Patientinnen und Patienten gemessen («indirekte Kalorimetrie»). Berücksichtigt werden zudem die aktuelle Beatmungssituation, medizinische Diagnosen sowie die Blutwerte. Eine verzögerte Verdauung und Ausscheidung, eine verschlechterte Nierenfunktion, Wundheilungsstörung oder ein hoher Blutzucker sind weitere Herausforderungen.

### Psychologisches Geschick ist gefragt

In der ersten Phase wird die Mehrheit der beatmeten Personen über eine Magensonde ernährt. Wenn ihre Entwöhnung von der Beatmung voranschreitet, wird schrittweise aufgebaut – von pürierter über weiche zu normaler Kost. «Dieser Übergang ist oft fließend, aber auch sehr heikel», erklärt Silvia Mattmann. Selbst mit einer wiedererlangten Schluckfähigkeit ist oft noch keine bedarfsdeckende Ernährung für den Rehabilitationsprozess gewährleistet. Das heisst, dass sich die Person noch nicht selbstständig und ausreichend ernähren kann.

Auch die psychische Belastung nach dem Schicksalsschlag kann auf den Appetit schlagen. Dieselbe Wirkung können Medikamente haben, eine gestörte Darmfunktion oder der Umstand, nicht mehr selbstständig essen zu können. Oft benötigen die Betroffenen in dieser Aufbauphase eine unterstützende Ernährung mittels Sonde oder medizinischer Trinknahrung.

Silvia Mattmann besucht die Patientinnen und Patienten auf der Intensivstation und leitet den Ernährungsaufbau ein. Gefragt sind nicht nur ihre Fachkompetenzen, sondern auch psychologisches Geschick und Einfühlungsvermögen. «Wenn man sich unter Druck fühlt, unbedingt essen zu müssen, geht unter Umständen gar nichts mehr», sagt die Ernährungstherapeutin. In solchen Fällen sind die Sensibilisierung und Aufklärung der Betroffenen und ihrer Angehörigen wichtig.

### Für eine bestmögliche Rehabilitation

Das Ziel der Ernährungstherapeutin ist es, den Ernährungszustand zu optimieren. Eine Fehl- oder Mangelernährung führt zu vermehrtem Abbau von Muskelmasse, was den Atmungsprozess negativ beeinflusst. Für eine bestmögliche Rehabilitation wird daher die Nährstoffzufuhr individuell auf die aktuelle Situation abgestimmt. «Ein Marathonläufer isst unmittelbar vor einem Wettkampf auch kein Cordon bleu mit



«Wenn man sich unter Druck fühlt, unbedingt essen zu müssen, geht unter Umständen gar nichts mehr.»

Silvia Mattmann,  
Ernährungstherapeutin

Pommes frites, weil er weiss, dass so seine Leistungsfähigkeit reduziert wird», sagt Silvia Mattmann. «Ähnlich ist es bei Menschen, die Atemunterstützung benötigen: Mangel- oder Überernährung können die Dauer der Entwöhnung verlängern und gravierende Konsequenzen haben.»

Die EFFORT-Studie in Schweizer Akutspitälern mit über zweitausend Teilnehmenden, an der Silvia Mattmann mitarbeitete, zeigt, dass die Ernährungstherapie bei Patientinnen und Patienten mit Fehl- oder Mangelernährung Komplikationen verringert, die Sterberate reduziert und die Lebensqualität fördert.

Ein anderes wichtiges Studienresultat stammt von Irene Flury, auch sie ist Ernährungstherapeutin am SPZ. Im Rahmen der SwiSCI-Langzeitstudie der Schweizer Paraplegiker-Forschung zeigte sie 2023, dass unter Beatmung das Risiko für eine Mangel-

ernährung drei Monate nach der diagnostizierten Querschnittslähmung zehnmal höher ist als bei Betroffenen ohne Atmungsunterstützung. Die Bedeutung von ernährungsmedizinischen Interventionen kann nicht stärker betont werden.

### «Ein wesentlicher Eckpfeiler»

Dank den ernährungstherapeutischen Möglichkeiten gehen die Fachpersonen am SPZ sehr individuell auf die Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten ein. Dabei ist die interprofessionelle Zusammenarbeit zwischen Ärzteschaft, Pflege und Therapie-Teams ein zentraler Erfolgsfaktor.

«Die Ernährung hat sich in den letzten Jahren als wesentlicher Eckpfeiler der Behandlung etabliert», bestätigt Renato Lenherr, Chefarzt Intensivmedizin in Nottwil. «Dabei geht es nicht nur um die Anzahl Kalorien, sondern auch um die situationsgerechte Zusammenstellung aller Zusatzkomponenten.» Die Expertise der Ernährungsberatung zählt heute zum Standard einer grösseren Intensivstation und ist relevant für das Behandlungsergebnis. Deshalb möchte Renato Lenherr diesen Bereich noch stärker in die Zusammenarbeit und Weiterbildung einbinden.

(pmb/kohs) ■



## «Ich schätze die enge Zusammenarbeit in Nottwil»

Tabea Holzgang (26) arbeitet als Logopädin am Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ).

### Tabea Holzgang, wie ist es, mit beatmeten Menschen zu arbeiten?

Es ist spannend, intensiv – und sehr schön. Ich muss vernetzt denken und mir ein Hintergrundwissen aneignen, das über meinen Fachbereich hinausreicht. Zum Beispiel helfen mir Kenntnisse über die verschiedenen Beatmungsformen dabei, kritische Situationen besser einzuschätzen. Hinzu kommt der interprofessionelle Austausch mit Medizin, Pflege und Therapie, und die ganze Technik auf der Intensivstation. Es ist herausfordernd, aber auch sehr bereichernd.

### Die Logopädie am SPZ ist etwas anderes als die Logopädie, die wir aus der Schule kennen.

Unsere Kerngebiete sind Schluckstörungen und das Trachealkanülenmanagement, also der Umgang bis zur Entfernung der Trachealkanüle. Dass es Schluckstörungen gibt und sie ein Teil unserer Arbeit sind, ist in der Öffentlichkeit kaum bekannt, im SPZ kann ich mich voll darin vertiefen.

### Sie betreuen Betroffene auf allen Stationen?

Ja, das finde ich das Faszinierende: Das Logopädie-Team arbeitet auf der Intensivstation, auf den Akutstationen und in der Rehabilitation, wo wir die Patientinnen und Patienten über viele Monate begleiten. Alle im Team sind für alle Aufgabenbereiche zuständig.

### Was macht diese Arbeit so spannend?

Dass wir zusammen mit den Patientinnen und Patienten auf ein Ziel hinarbeiten. Sprache, Kommunikation, Essen und Trinken sind zentrale Aspekte im Leben eines Menschen. Daran zu arbeiten und eine betroffene Person wieder ins soziale Leben zurückzuführen, das ist eine sehr befriedigende Aufgabe.

### Entstehen dabei auch Beziehungen?

Wir müssen die Betroffenen in der Therapie fordern, um ihnen helfen zu können. Grundsätzlich gilt: Eine intensive Therapie geht nicht ohne einen guten persönlichen Kontakt. So wissen wir auch, wie wir eine Person aufmuntern und motivieren können, damit sie ein Maximum an Lebensqualität zurückbekommt. Ein Patient mit einer schweren Schluckstörung sagte einmal: «Darüber kann sich auch nur die Logopädie freuen ...»



«Eine intensive Therapie geht nicht ohne guten persönlichen Kontakt.»

Tabea Holzgang,  
Logopädin

### Was meinte er?

Beim Versuch zu schlucken, zeigte sich keinerlei Bewegung des Kehlkopfs. Nach wochenlanger Therapie spürte ich plötzlich ein erstes Zucken und feierte diesen Fortschritt: «Wow! Super! Sehr gut!» Für den Patienten sah es nach nichts aus, weil er ja immer noch nicht schlucken konnte. Aber wir wussten: So fängt die Erholung an. Später sagte er, es sei toll gewesen, wie viel Leidenschaft wir jeden Tag reinbringen.

### Erleben Sie auch Druck?

Auf der Intensivstation muss man im Notfall rasch handeln und voll da sein. In solchen Situationen das nötige Selbstvertrauen zu haben und einen Entscheid nicht dreimal zu hinterfragen, das braucht Erfahrung und ist gerade beim Berufseinstieg belastend. Zudem gibt es immer wieder Fälle, die einem nahe gehen. Wir bekommen viel vom Leben der Betroffenen mit und müssen schauen, dass wir es nicht mit nach Hause nehmen.

### Wie machen Sie das?

Wir reden im Team über diese Fälle, die uns persönlich nahe gehen, und unterstützen uns gegenseitig. Distanz gewinnen kann ich auch auf meinem längeren Arbeitsweg oder beim Sport.

### Haben Sie noch Kraft fürs Privatleben?

Das Thema der Vereinbarkeit von Arbeit und Privatleben ist in den Gesundheitsberufen ein ständiger Diskussionspunkt. Ich arbeite in einem 80-Prozent-Pensum und mache berufsbegleitend noch ein Masterstudium. Sportliche Aktivitäten geben mir Energie, deshalb versuche ich sie nach der Arbeit oder am Weekend unterzubringen. Generell wird bei uns im Team Flexibilität sehr unterstützt. Wir haben flache Hierarchien und erhalten viel Vertrauen von oben, dies erleichtert vieles. Deshalb komme ich sehr gerne nach Nottwil und freue mich auf die enge Zusammenarbeit mit allen.

(kste/baad) ■

# Besser atmen

Wenn ein Zimmer nicht gelüftet wird, riecht es mit der Zeit unangenehm. Das ist bei der Lunge ähnlich: Ist sie schlecht belüftet, werden wir anfälliger für Infekte. Tipps aus Atemtherapie und Logopädie zeigen, wie Sie Ihrer Lunge Gutes tun.



## Nehmen Sie genügend Flüssigkeit zu sich

Ein guter Flüssigkeitshaushalt ist für den gesamten Organismus wichtig – gerade im Winter ist man sonst anfälliger für Krankheiten. Trinken Sie ausreichend und vermeiden Sie lange Aufenthalte in Räumen mit trockener Luft. Bei Bedarf kann die Lunge auch durch Inhalieren befeuchtet werden.



## Lüften Sie Ihre Lunge

Wer gemütlich atmet, füllt den Lungenballon nur zu einem kleinen Teil. Die Flexibilität des Lungengewebes kann abnehmen, was sich im Alter noch akzentuiert. Ein elastisches Gewebe ist jedoch sehr wichtig. Die Regel lautet: «Use it or lose it.» Atmen Sie frische Luft bewusst tief ein und nehmen Sie zum Beispiel öfter die Treppe statt den Lift. Eine besonders schöne Form der Atemtherapie ist das Singen.

## Atmen Sie bewusst lange aus

Langes Ausatmen führt zu tiefem Einatmen. Probieren Sie beim Warten auf den ÖV die «Lippenbremse» aus: Durch die Nase einatmen; die Luft einen Moment anhalten, bis sie sich überall verteilt hat; über ein kleines Loch zwischen den Lippen ausatmen, bis die Lunge leer ist. Eine Variante ist die 4-7-8-Atmung: 4 Sekunden über die Nase einatmen, 7 Sekunden die Luft anhalten, 8 Sekunden durch den Mund ausatmen.



## Legen Sie die Hände auf den Körper

Spüren Sie mit den Händen, wie Ihr Körper sich beim Atmen bewegt – auf der Brust, an den Flanken, auf dem Bauch. Die Hände helfen Ihnen, die Atemverteilung wahrzunehmen. Wer nur in der Brust atmet, hat eine höhere Anspannung im Organismus, atmet flach und rasch. Die tiefe Bauchatmung ist das Ziel. Sie unterstützt den Körper auch beim Entspannen nach einem stressigen Tag.



## Essen und sprechen Sie nicht gleichzeitig

Schlucken, einatmen und sprechen geschehen im Kehlkopf – als gegenläufige Bewegungen. Man lehrt Kindern aus gutem Grund, nicht mit vollem Mund zu sprechen. Denn es ist nicht nur unanständig, sondern erhöht auch die Gefahr, sich zu verschlucken. Um einfacher schlucken zu können, legen Sie beim Essen und Trinken das Kinn leicht auf die Brust.





## Unterwegs mit der «Flying Nurse»

Helene Lustenberger ist Fachspezialistin für Heimbeatmung und betreut seit vielen Jahren beatmete Menschen ausserhalb des SPZ – zu Hause und im Pflegeheim. Ihr Arbeitsalltag führt sie durch die ganze Schweiz.

Mit zwei schweren Taschen in der Hand betritt Helene Lustenberger das Alters- und Pflegeheim «dr Heimä» in Giswil OW. Die 57-jährige Atemtherapeutin betreut für ParaHelp – ein Tochterunternehmen der Schweizer Paraplegiker-Stiftung – beatmete Menschen direkt an ihrem Wohnort. Der Besuch in Giswil ist ihr zweiter Ortstermin an diesem Tag. Und sie hat für ihre Klientin ein besonderes Geschenk dabei.

Theres Abächerli musste 1994 im Alter von 34 Jahren wegen einer fortschreitenden Muskelerkrankung ins «dr Heimä», zuerst in eine Alterswohnung, dann ins Pflegeheim. Seit 2001 benötigt sie die Beatmung durch eine Maske. Auch mit körperlichen Einschränkungen ist sie unternehmungslustig geblieben und aktiv unterwegs – sei es zu geselligen Anlässen, zu Konzerten oder auf Reisen zum französischen Wallfahrtsort Lourdes.

### Ein besonderes Geschenk

Das Leben der heute 63-jährigen Frau hängt von zwei Beatmungsgeräten ab, eines ist tagsüber an ihrem Rollstuhl befestigt, das andere ist für die Nacht. Als ihre in die Jahre gekommenen Geräte ersetzt werden sollen, will niemand die Kosten tragen. «Es geht um rund 35 000 Franken», erklärt





Atemtherapeutin Helene Lustenberger besucht Janine Meier zu Hause in Wetzikon ZH.

Helene Lustenberger. Sie hat verschiedene Unterstützungsvarianten geprüft – und schliesslich eine ideale Lösung gefunden: Von den Angehörigen eines kürzlich verstorbenen Patienten bekam sie dessen noch hochwertigen Beatmungsgeräte zum Weiterverchenken. Strahlend öffnet sie ihre Taschen vor Theres Abächerli: «Eines ist praktisch ungebraucht!»

Routiniert erklärt Helene Lustenberger der Klientin die Bedienung und vermittelt ihr Sicherheit im Umgang mit den Geräten. «Vertrauen ist ein entscheidender Faktor», sagt sie. «Da Theres oft unterwegs ist, ist es wichtig, dass sie ihre Geräte gut kennt und im Notfall richtig reagiert.» Während der Instruktion misst sie gleichzeitig noch die Atemwerte der Frau und passt die Geräteeinstellungen an.

### Schulungen vor Ort

Anschliessend kommen sechs Personen des Pflegepersonals des Heims für eine Schulung in Abächerlis Zimmer. Helene Lustenberger erklärt auch ihnen die Handhabung und den Unterhalt der neuen Geräte. Ihr Wissen vermittelt sie zügig und souverän, dabei bindet sie die Klientin und das Pflegepersonal aktiv ein. Solche Schulungen sind für die ParaHelp-Mitarbeiterin eine wichtige Auf-

gabe. Wird eine beatmete Person von Nottwil in ein Pflegeheim verlegt, bereitet sie das Pflegepersonal sorgfältig auf die neuen Aufgaben vor. Dann begleitet sie die Person beim Eintritt und schult das Personal noch ein zweites Mal.

Helene Lustenberger arbeitet seit 2001 in Nottwil und hat in der Anfangszeit Todesfälle von hochgelähmten Patientinnen und Patienten in der Heimbeatmung mitbekommen. Mit ihren Vorgesetzten entwickelte sie daraufhin ein Angebot, um das Wissen aus Nottwil direkt vor Ort zu bringen. «So können wir es verantworten, beatmete Personen nach Hause oder in ein Pflegeheim zu verlegen», sagt sie. Sechzig vollbeatmete Personen betreut sie in der ganzen Schweiz, die Heimbeatmung ermöglicht ihnen die Rückkehr ins eigene Leben.

Nach einer anstrengenden Fahrt über die dichtbefahrene Autobahn macht sie in Wetzikon ZH einen Kontrollbesuch bei Janine Meier. Auch die 22-jährige ausgebildete Mediamatikerin leidet seit ihrer Geburt an einer Muskelerkrankung und wird in ihrer Wohnung rund um die Uhr von Assistenzpersonen betreut. Seit vier Jahren hat sie eine Trachealkanüle im Hals. Ihre Leidenschaft und ihr Beruf sind das Theater, sie ist Schauspielerin in mehreren Projekten und singt.

### Beatmet durch die Stadt

Helene Lustenberger stellt Janine Meier gezielte Fragen, als hätte sie eine Checkliste im Hintergrund. Aber es ist ihre Erfahrung, die die Themen vorgibt: Schulung der Assistentinnen, Beatmungsprofile, Zubehör, Medi-

kamente, Lungenbefeuchtung, Schlucken und vieles mehr. Auch die Sicherheit ist ein Thema.

Ist Janine Meier allein in der Stadt unterwegs, muss sie im Notfall jemanden anleiten können, wenn das Gerät piepst. Die junge Frau ist darauf vorbereitet. «Wenn etwas passiert, habe ich keine Zeit zu überlegen, was ich tun soll», sagt sie. «Deshalb plane ich es vorher: Plan A, Plan B, Plan C.» Einmal blieb der Schlauch ihres Beatmungsgeräts, das an der Rückenlehne des Rollstuhls befestigt ist, an einem Busch hängen. Zum Glück fand sie rasch einen Bauarbeiter, der ihn wieder anbringen konnte.

### «Auch das ist Lebensqualität»

«Menschen wie Janine führen ihr Leben selbstbestimmt, trotz Beatmung», sagt Helene Lustenberger. «Sie wagen sich allein aus der Wohnung und sind aktiv, ohne dass

ständig jemand daneben steht – auch das ist Lebensqualität.» Im Theater steht Janine Meier im Rampenlicht. Wegen ihren Einschränkungen ist sie nicht ausgegrenzt. In der Gesellschaft sieht sie bezüglich Integration noch Nachholbedarf: «Wir haben zwar Fortschritte gemacht»,

sagt sie. «Aber wir sind noch lange nicht dort, wo wir sein sollten.»

Für Helene Lustenberger steht die Rückfahrt durch den Abendverkehr nach Nottwil an. Der kurze Einblick in ihr Arbeitsgebiet zeigt: Die Heimbeatmung ist nur mit viel Hingabe, Fachwissen und Einfühlungsvermögen zu bewältigen. Die Betroffenen wissen, was sie ihr zu verdanken haben.

(kste/baad) ■

«Vertrauen ist ein entscheidender Faktor bei der Beatmung zu Hause oder in einem Pflegeheim.»

Helene Lustenberger

# Er schaut nicht in den Rückspiegel

Markus Böni kam mit Spina bifida zur Welt, einem «offenen Rücken». Heute ist er inkompletter Tetraplegiker. Die Lähmung schreitet voran, aber die Lust am Leben lässt sich der 55-Jährige nicht nehmen. Im Gegenteil.

Was ist nur los mit den Füßen? Plötzlich spürt er sie nicht mehr, hat die Kontrolle über sie verloren. Manchmal kehrt das Gefühl zurück, dann kann er zwischen kalt und warm unterscheiden. Aber dieser «Wackelkontakt», wie er es nennt, beunruhigt ihn.

Es ist ein trister Tag im Dezember 2003, als Markus Böni zu einem Gespräch mit der Neurologin im Kantonsspital Münsterlingen TG fährt. Ihm schiessen viele Gedanken durch den Kopf, auch die Befürchtung, dass etwas Unschönes zum Vorschein kommt.

Seine Frau Evelyn begleitet ihn, aber den Termin möchte Markus Böni allein wahrnehmen. Als er zurückkehrt ins Auto, schweigt er und schaut hinaus auf den Bodensee. Er braucht ein paar Minuten, bis er formulieren kann, was die Ärztin ihm mitgeteilt hat: «In zehn Jahren sitzen Sie im Rollstuhl.»

## «Hört das irgendwann auf?»

Zwanzig Jahre später steht Evelyn Böni in Romanshorn TG am Schiffsteg neben ihrem Mann. Er lebt heute mit inkompletter Tetraplegie und sagt: «Mir hat es damals den Boden unter den Füssen weggezogen.» Die medizinische Prognose ist eingetroffen. Markus Böni ist seit zehn Jahren auf den Rollstuhl angewiesen. Einzelne Finger sind taub, die Kraft in den Armen nimmt ab, die Lähmung steigt langsam den Körper hoch. Der 55-Jährige fragt sich manchmal: «Hört das irgendwann einmal auf?»

Lange mag er sich damit allerdings nie auseinandersetzen, er weiss, dass es keine Antwort gibt. «Ich will mir keine Sorgen auf Vorrat machen», sagt er. «Ich habe es akzeptiert, dass sich mein Körper seit 55 Jahren ständig verändert.» Er verschwendet seine nicht Zeit für Dinge, die er nicht beeinflussen kann.

Am 9. Februar 1969 kommt er mit Spina bifida zur Welt. Kurz nach der Geburt wird der offene Rücken in zwei Operationen verschlossen. Markus Böni kann laufen. «Zwar nicht besonders rund wegen meines Beckenschiefstands», sagt er, «doch es klappte gut. Ich empfand das nicht als grossen Nachteil gegenüber den anderen Kindern.»

## Ein Metallstab im Rücken

Allerdings verursacht eine Verkrümmung der Wirbelsäule gravierende Lungenprobleme. Im Alter von zehn Jahren wird ihm daher ein Metallstab implantiert, um den Rücken zu stabilisieren. Markus Böni, der in Eschenbach SG aufwächst, verbringt einige Monate im Spital und muss wieder lernen, aufrecht zu gehen.

Er absolviert eine Lehre als Vermessungszeichner, arbeitet im Bündnerland, bildet sich zum Geoinformatiker weiter und lernt Evelyn kennen. Er zieht zu ihr nach Romanshorn TG. Die beiden heiraten 1996 und werden zwei Jahre später Eltern von Flurin, das Glück ist perfekt. War da etwas mit dem Rücken? Er verdrängt es. Die Lust am Leben ist stärker als jeder Zweifel.





Ein eingespieltes Paar:  
Markus Böni geniesst mit seiner  
Frau Evelyn einen Moment am  
Schiffsteg in Romanshorn.



«Ich habe es akzeptiert,  
dass sich mein Körper  
seit 55 Jahren ständig  
verändert.»

Markus Böni

Markus Böni ist mit Tempo unterwegs. Er liebt seinen Beruf, seine Familie, das Fotografieren. Eishockey ist seine sportliche Leidenschaft, als Zuschauer in der Halle der Rapperswil-Jona Lakers oder als Beobachter der NHL, der nord-amerikanischen Hockey League. Es kommt vor, dass er mitten in der Nacht aufsteht, um Spiele am TV zu verfolgen.

#### Seltsames Erlebnis auf der Autobahn

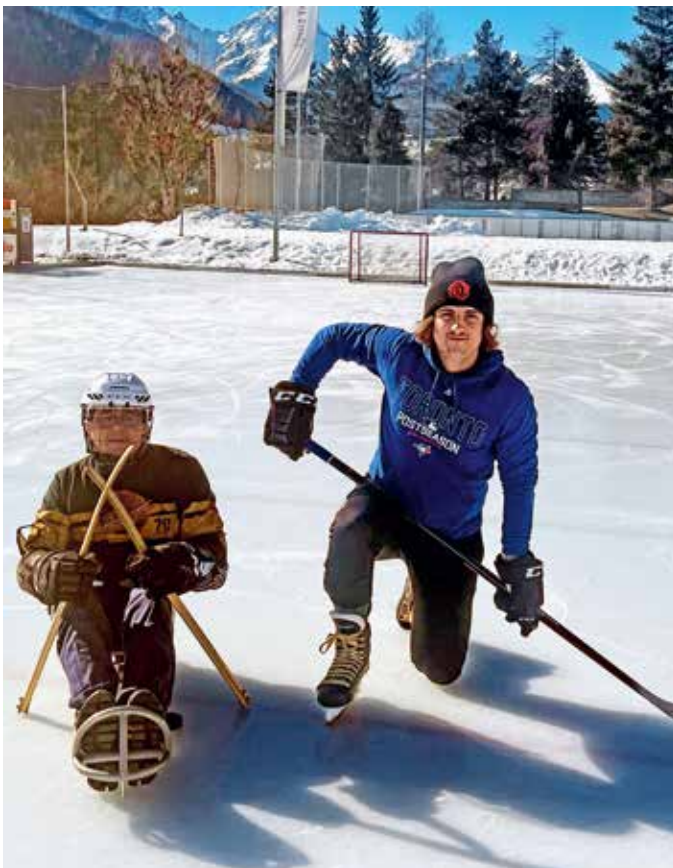
Auf einmal mischen sich seltsame Vorgänge in den unbeschwerten Alltag. Als Markus Böni einmal von der Arbeit nach Hause fährt, verpasst er auf der Autobahn eine Ausfahrt, die Befehle des Gehirns kommen einfach nicht in seinem rechten Bein an. Er muss mit der Hand nachhelfen, um den Fuss vom Gaspedal zu nehmen. Das löst Ängste aus: Was passiert da? Habe ich geschla-

fen? Er hat Glück und kann ein paar Minuten später sein Bein wieder bewegen.

Doch ihn belastet das Erlebte. Bald geschieht ein zweiter Vorfall. Er möchte parkieren, bringt erneut den Fuss nicht vom Pedal und fährt gegen einen Pfosten. Das ist für ihn ein Alarmzeichen: Er braucht eine medizinische Abklärung der Aussetzer. Nach mehreren Untersuchungen landet er im Kantonsspital St. Gallen, wo eine Myelographie durchgeführt wird, ein bildgebendes Verfahren an der Wirbelsäule.

Es ist an jenem trüben Dezembertag 2003, als er das Ergebnis von seiner Neurologin erfährt. Das Rückenmark wurde über die Jahre durch die hohe Belastung beschädigt. Ob sich das operativ korrigieren lasse? Keine Chance, heisst es. Damit gibt er sich aber nicht zufrieden. Eine Zweitmeinung aus dem Universitätsspital Zürich sagt, dass >





Reisen und Sport geben ihm viel:  
 Markus Böni im Nordwesten  
 Kanadas, wo er Polarlichter sieht,  
 beim Hockey-Spielen mit Sohn  
 Flurin und im Training mit dem  
 Rollstuhlclub Thurgau.

man vielleicht etwas machen könne, allerdings sei der Eingriff mit hohen Risiken behaftet und die Ausfallzeit dauere 18 Monate. Mindestens.

Markus Böni macht sich nichts vor. Er weiss, dass sich sein Zustand verschlechtern wird. Trotzdem verzichtet er auf eine Operation, nicht zuletzt aus Rücksicht auf seine Familie: «Ich wollte sie nicht im Stich lassen.»

### Das eingebrannte Bild

Das verletzte Rückenmark macht ihn zum inkompletten Paraplegiker. Aber er wehrt sich gegen den Rollstuhl. Er benutzt Krücken oder greift nach stabilen Möbeln, um sich durch die Wohnung zu hangeln. Doch die Kraft schwindet, bis er einsehen muss, dass er sich nicht länger gegen das Schicksal auflehnen kann. Markus Böni kommt in Zihlschlacht in eine Klinik für neurologische Rehabilitation, und bei seiner Frau Evelyn hat sich ein Bild eingebrannt: Beim ersten Besuch betritt sie das Zimmer und sieht ihren Mann am Fenster – im Rollstuhl.

«Uns allen war klar, dass es einmal so weit kommen würde», sagt sie. «Aber wenn der Moment da ist, wenn man ihn so sieht, löst das Emotionen aus. Es war sehr hart.» Was die Moral angeht, macht sie sich um ihren Mann keine Sorgen. Markus Böni schaut nicht in den Rückspiegel, sondern nimmt die Situation als sportlichen Wettkampf, den er gewinnen will. Er sagt: «Ich sah es als meine Aufgabe an, mich in der ungewohnten Situation zurechtzufinden und die Welt auf eine neue Art kennenzulernen.»

Nach einem mehrmonatigen Aufenthalt im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) in Nottwil findet er eine neue berufliche Herausforderung: Der frühere Geoinformatiker wird Leiter der Fachstelle Inklusion bei Pro Infirmis Ostschweiz. Bei der Dachorganisation für Menschen mit körper-

lichen, kognitiven und psychischen Beeinträchtigungen engagiert er sich in seinem Gebiet für Barrierefreiheit, Partizipation, berufliche Integration und Sport. Wo immer sich die Gelegenheit bietet, weist er auf die Bedürfnisse der betroffenen Menschen hin.

### Inklusion als Herzensangelegenheit

Kein Aufwand ist ihm zu gross, wenn es um die Sensibilisierung der Öffentlichkeit geht. Themen wie Partizipation und Inklusion sind für ihn Herzensangelegenheiten. Seine hohen Ansprüche fasst Markus Böni in einem Satz zusammen: «Ich möchte die Welt verändern.» Gelingen ist ihm einiges. Aber er betont: «Ich bin noch lange nicht am Ziel.»

Seit Anfang November 2023 bearbeitet er in einem 50-Prozent-Pensum als Geschäftsführer bei «Zugang für alle» ein neues Feld. Die Stiftung mit Sitz in Zürich gilt als Kompetenzzentrum und Schweizer Zertifizierungsstelle für digitale Barrierefreiheit. Es prüft etwa, ob Webauftritte und Handy-Apps den internationalen Standards entsprechen und tatsächlich allen Betroffenen Gruppen der Zugang zu den digitalen Informationen gewährt ist.

Unermüdlich geht Markus Böni voran, obwohl seine Feinmotorik stetig abnimmt und er mittlerweile als inkompletter Tetraplegiker gilt. Er beweist immer wieder, dass sich auch in dieser Verfassung Grenzen verschieben lassen.

2016 bietet sich die Möglichkeit, nochmals nach Kanada zu reisen, als Sohn Flurin in Montreal und Toronto einen Sprachaufenthalt absolviert. Er bricht allein auf, weil seine Frau nicht gerne fliegt. Die Ferien werden ein wunderbares Abenteuer. Vater und Sohn besuchen Eishockeyspiele der NHL und entdecken Sledge-Hockey, das Eishockey für körperlich Beeinträchtigte.

«Uns war klar, dass  
 es einmal so weit kommen  
 würde. Aber wenn  
 der Moment da ist, löst das  
 Emotionen aus.»

Evelyn Böni

>

Gute Laune gehört dazu:  
Markus Böni an seinem  
Arbeitsplatz bei der Stiftung  
«Zugang für alle» in Zürich.



## So hilft Ihr Mitgliederbeitrag

Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung unterstützte Markus Böni beim Kauf eines umgebauten Autos, eines Sportrollstuhls und eines Handbikes.

### Der Sehnsuchtsort in Kanada

2018 reist er mit einem Freund erneut fünf Wochen lang durch den Nordwesten Kanadas und Alaska und stösst auf die Stadt Whitehorse, die er als Sehnsuchtsort beschreibt: «Dort fühle ich mich enorm wohl», sagt er. «Als wäre es ein weiteres Zuhause.»

Im Winter spielen Markus und Flurin Böni Eishockey auf Natureis in Scuol. In die Engadiner Gemeinde zieht sich die Familie zurück, wenn sie Ruhe sucht und Energie tanken will. «Mein Vater ist der Inbegriff des Kämpfertyps», sagt Flurin. «Aufgeben kennt er nicht. Trotz seiner Beeinträchtigung steht die Familie stets an erster Stelle. Er hilft allen, wenn er kann, und ist einfach ein Vorbild.» Trotz seiner körperlichen Einschränkungen hat sich Markus Böni eines vorgenommen: «Ich will meiner Frau nie auf den Wecker gehen. Mit den Möglichkeiten, die mir bleiben, führe ich ein aktives Leben.»

Er fotografiert in seiner Freizeit, hält Fotovorträge, fährt mit seinem VW-Bus los und übernachtet auch mal darin. Oder er trifft sich zum Unihockey mit Freunden des Rollstuhlclubs Thurgau und besucht ein Heimspiel der Rapperswil-Jona Lakers. Zudem bringt er sich im Vorstand von Sailability ein, einem Verein, der Betroffenen das Segeln ermöglicht. Früher zog es ihn regelmässig aufs Wasser. «Wenn ich Boot sass, vergass ich meine Einschränkungen», sagt er.

Wo immer Markus Böni auftaucht, verbreitet sein ansteckendes Lachen gute Laune. Und jeden Fotovortrag beendet er mit seinem Lebensmotto: «Bleibt neugierig.»

### Sein Traum? Freude am Leben

«Ich würde ihn sofort wieder heiraten», sagt Evelyn Böni am Schiffsteg in Romanshorn und strahlt ihren Mann an. Der entgegnet: «Und du bist mein Anker.» Was die Zukunft für das Paar bereithält – Evelyn Böni weiss es nicht, und sie thematisiert es auch nicht, erst recht nicht unmittelbar vor ihrem Mann. Aber eines versichern beide: «Resignation ist in keiner Lebenslage eine Option für uns.»

Markus Böni hört aufmerksam zu, nickt zwischendurch und setzt sich dann mit der Frage auseinander, ob er Träume habe. «Mein Traum ist es, weiterhin Freude am Leben zu haben», sagt er. Und: «Ich möchte als kleines Zahnradli mithelfen, dass es möglichst vielen Menschen in meinem Umfeld gut geht.»

Mitleid braucht er keines. Sein Weg, davon ist er überzeugt, ist von irgendeiner Instanz so vorgezeichnet. Die Lähmung schreitet voran, das spürt er. Aber dem gibt er nicht zu viel Gewicht. Schliesslich hat er noch viel vor. Und eines will er sich nicht zum Vorwurf machen: dass er etwas Reizvolles im Leben ausgelassen hat.

(pmb/baad, zvg) ■



# Einladung zur Mitgliederversammlung GöV

**Montag, 29. April 2024, 18 Uhr**

Aula, Schweizer Paraplegiker-Zentrum, 6207 Nottwil



## Traktanden

1. Begrüssung Heinz Frei, Präsident Gönner-Vereinigung
2. Genehmigung Protokoll der Mitgliederversammlung vom 27. April 2023 <sup>1)</sup>
3. Jahresbericht des Präsidenten
4. Informationen der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS), Heidi Hanselmann, Präsidentin SPS
5. Abnahme der Jahresrechnung 2023 <sup>1)</sup>
6. Festlegung der Mitgliederbeiträge 2025
7. a) Anträge von Gönnermitgliedern <sup>2)</sup>  
b) Anträge des Vorstands
8. Statutenänderung
9. Wahl der Kontrollstelle
10. Informationen
11. Varia

<sup>1)</sup> Das Protokoll 2023 sowie die Jahresrechnung 2023 können ab 31. März 2024 auf [paraplegie.ch/Jahresbericht-GoeV](http://paraplegie.ch/Jahresbericht-GoeV) eingesehen oder schriftlich angefordert werden bei: Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, Guido A. Zäch Strasse 6, 6207 Nottwil.

<sup>2)</sup> Anträge an die Mitgliederversammlung sind bis 1. April 2024 einzusenden an: Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, Guido A. Zäch Strasse 6, 6207 Nottwil oder an [sps.sec@paraplegie.ch](mailto:sps.sec@paraplegie.ch). Als Datum gilt der Poststempel resp. der E-Mail-Versand mit Lesebestätigung. Die zur Abstimmung vorliegenden Anträge von Mitgliedern sind ab 9. April 2024 auf [paraplegie.ch](http://paraplegie.ch) aufgeschaltet.



## Anmeldung Mitgliederversammlung 2024

Ich nehme an der Mitgliederversammlung teil

Name

Vorname

Strasse

PLZ/Ort

Mitglieder-Nr.

Telefon



**Bitte senden Sie den Anmeldetalon an:**

Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, Guido A. Zäch Strasse 6, 6207 Nottwil



**Anmeldung online: [paraplegie.ch/mitgliederversammlung](http://paraplegie.ch/mitgliederversammlung)**

# Gemeinsam lernen auf der Station

Es ist ein Leuchtturmprojekt des Schweizer Paraplegiker-Zentrums: In der «interprofessionellen Bildungszone» werden Lernende und Studierende aus Medizin, Pflege und Therapie gemeinsam ausgebildet.

Wie lernt man am besten? Indem man über den eigenen Tellerrand hinausblickt, Zusammenhänge erkennt, Ziele gemeinsam verfolgt, vorausschauend handelt und Verantwortung übernimmt. Auf einer Station des Schweizer Paraplegiker-Zentrums (SPZ) profitieren junge Talente seit September 2023 von einer zukunftsweisenden Form einer solchen Ausbildung.

Ein Team mit Lernenden und Studierenden aus den Bereichen Medizin, Pflege und Therapie betreut gemeinsam sechs Patientinnen und Patienten in der «interprofessionellen Bildungszone» (IBZ). Die angehenden Berufsleute arbeiten selbstständig – jedoch eng begleitet von den Fachbereichen und Bildungsverantwortlichen. Ebenso eng ist der Austausch mit den Betroffenen und ihren Angehörigen.

## Alle profitieren von der Innovation

«Die Idee zur IBZ entstand während der Coronapandemie, als der Schulunterricht teilweise ausfiel», sagt Reto Berwert. Der Bildungsverantwortliche Pflege am SPZ hat mit seinem Team diesen zukunftsweisenden Ausbildungsort erschaffen, der vorerst auf der Station C angeboten und laufend evaluiert wird.

Der Nutzen des interprofessionellen Lernens und Arbeitens ist durch Studien belegt: Durch die Interprofessionalität werden die Versorgungsqualität gesteigert, Behandlungsfehler reduziert und Ressourcen effizienter genutzt. Man geht besser auf die Bedürfnisse der Patientinnen und

Patienten ein, was sich positiv auf ihre Behandlung und Zufriedenheit auswirkt. Gleichzeitig fördert das Modell die Motivation der Mitarbeitenden und das gegenseitige Verständnis. Und nicht zuletzt hilft es, unnötige Kosten zu vermeiden.

Um im klinischen Alltag kompetent handeln zu können, sind Weitsicht, Wissen und Erfahrung nötig. «Oft haben Lernende und Studierende viel mehr Fähigkeiten, doch sie können diese in einer Standardausbildung nicht nutzen und entwickeln»,

«Es bleibt mehr Gelerntes haften und das Selbstbewusstsein wird gestärkt.»

Reto Berwert,  
Bildungsverantwortlicher Pflege SPZ

sagt Reto Berwert. In der IBZ dagegen fördern flache Hierarchien ganzheitliches Denken, selbstständiges Handeln und lösungsorientiertes Arbeiten. So bleibt Gelerntes besser haften.

Die Lernenden und Studierenden sind von Montag bis Freitag für den Tagesablauf verantwortlich. Jeweils als Tandem koordinieren, planen und betreuen sie alle Aufgaben möglichst selbstständig. «Sie sollen sich entfalten und Verantwortung übernehmen», erklärt der Bildungsverantwortliche.

«Damit die Patientensicherheit jederzeit gewährleistet ist, stehen wir stets zur Seite, beantworten Fragen oder greifen ein.»

## Eintreten, staunen, lernen

Im IBZ-Raum vermittelt bereits die Tapete avantgardistisches Flair: Das Unikat wurde durch künstliche Intelligenz anhand von Begriffen wie Bildung, Nervensystem, Technik und Muskulatur erstellt. Und beim Mobiliar achtete man auf höchste Flexibilität: Es kann je nach Bildungssituation neu angeordnet werden.

Futuristisch wirken die technischen Hilfsmittel: Mit der Mixed-Reality-Brille «HoloLens» sehen die Nutzenden die Umgebung, während zusätzliche Informationen als interaktive 3D-Projektionen in einem Display erscheinen. So können standardisierte Handlungen wie beispielsweise das Katheterisieren «halbvirtuell» gelernt und geübt werden.

«Anfangs war ich skeptisch», gesteht Julia Gürber. Die Bedenken der angehenden Fachfrau Gesundheit sind jedoch rasch der Begeisterung gewichen. Im Gegensatz zu einer herkömmlichen Ausbildung übernehmen sie mehr Kompetenzen und wachsen über sich hinaus: «Ich sehe den Rehabilitationsprozess ganzheitlicher und denke über meine Disziplin und über die Aufenthaltsdauer der Patientinnen und Patienten hinaus.» Dies vertiefte ihre Beziehung zu den betroffenen Menschen.

Für Julia Gürber ist klar: Durch die Verknüpfung von Theorie und Praxis der unter-



Zusammenarbeit in einer interprofessionellen Lernumgebung – bereits die Tapete vermittelt avantgardistisches Flair. Links: Mixed-Reality-Brille HoloLens.

schiedlichen Berufe in der IBZ lernt man mit-, von- und übereinander. Die Basis dazu bilden Kommunikation, gegenseitiger Respekt, Vertrauen und Teamwork: «Wir wissen, wer was macht und ob jemand Hilfe benötigt.» Da Lernende und Studierende

«Der kreative Lernraum und das interprofessionelle System sind positiv für alle Beteiligten.»

Julia Gürber,  
Lernende Fachfrau Gesundheit

abwechselnd Führungsfunktionen übernehmen, wachse nicht nur ihr Fachwissen, sondern auch ihr Selbstbewusstsein.

«Ich hatte bereits einige Aha-Erlebnisse», schwärmt Julia Gürber. «Durch eine interdisziplinär erstellte Mindmap haben wir zum Beispiel herausgefunden, weshalb ein Patient eine bestimmte Nebendiagnose

hat.» Die interprofessionelle Herangehensweise offenbart Zusammenhänge und Ergebnisse, zu denen eine Berufsgruppe für sich allein kaum gekommen wäre.

**Im Zentrum: das Patientenwohl**

Für den begleitenden Arzt war dies ein besonders spannender Moment: «Die Ausbildung erfolgt heute immer noch im «Gärtchendenken», sagt Michael Harder, Leitender Arzt Paraplegiologie. «In der IBZ entwickeln die Berufsgruppen bereits in einem frühen Stadium gemeinsame Lösungen. Davon profitieren auch die betreuten Patientinnen und Patienten.»

Für das SPZ bleiben Sicherheit, individuelle Situation und die Rehabilitation der betreuten Patientinnen und Patienten zentral. Sie und ihre Angehörigen haben einen intensiveren Kontakt zu den Bildungspersonen und sind bei Instruktionen und während Besprechungen dabei. Dadurch können sie sich aktiv einbringen und lernen über ihren Gesundheitszustand mit. «Ich fühle mich sehr gut aufgehoben», bestätigt Daniel Schiess, ein Patient in der Erstrehabi-

litation. «Es ist spürbar, dass alle am selben Strick ziehen. Und auch ich kann Einfluss nehmen und mitwirken.»

Der positive Effekt der interprofessionellen Bildungszone zeigt sich im SPZ bereits nach wenigen Monaten und auf allen Ebenen. Wer weiss: Vielleicht ist die IBZ eine Antwort auf einige der aktuell drängenden Fragen im Gesundheitssystem?

(steiner/baad) ■

**Interessiert an einer Ausbildung?**

Die Ausbildung von Fachkräften ist in Nottwil ein grosses Anliegen. Hast du Lust auf eine innovative Form der Aus- oder Weiterbildung? Dann informiere dich hier:

 [karriere.paraplegie.ch](https://www.karriere.paraplegie.ch)





# «Mein Unfall zeigte mir den Wert einer Mitgliedschaft»

Nico Schmid's Schicksal hat Kollegen veranlasst, selbst Mitglied zu werden.

Es passiert im Sommer 2020 bei einem Kopfsprung in den Luzerner Rotsee. Nico Schmid aus Weggis LU zieht sich eine schwere Rückenmarkverletzung zu, die ihn zum Tetraplegiker macht. Der heute 26-Jährige verbringt elf Monate im Schweizer Paraplegiker-Zentrum in Nottwil und weiss, dass viele Herausforderungen auf ihn zukommen.

In dieser Phase voller Ungewissheiten gibt es einen Lichtblick, was das Finanzielle betrifft: Als Mitglied der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) erhält er 250 000 Franken. «Bis ich achtzehn war, haben meine Eltern den Beitrag übernommen, seither bezahle ich die 45 Franken pro Jahr selbst», sagt Nico Schmid. «Der grosse Wert der Mit-

gliedschaft wurde mir erst durch den Unfall bewusst. Ich bin der Stiftung extrem dankbar für die breite Unterstützung.»

Die Leistungen, von denen man im Notfall profitiert, waren ihm nicht bekannt. «Ich musste mich ja nie damit auseinandersetzen», sagt der angehende Bauingenieur. «Wenn ich heute Kollegen davon erzähle, machen sie grosse Augen.»

## Vorsicht statt Risiko

Nico Schmid's Unfall rüttelt sein Umfeld auf. Nicola Blatter ist einer aus dem Freundeskreis, der umgehend eine Mitgliedschaft abschloss. «Es hätte auch mich treffen können», sagt der 25-jährige Student. Weshalb war er nicht schon früher Mitglied? «Weil

ich überhaupt nicht sensibilisiert war. Nach dem Unfall bekam ich von Nico mit, wie sehr ihn die Paraplegiker-Stiftung unterstützt. Das löste in mir einiges aus.»

Nicola Blatter hat schon Kollegen in der Bar von der SPS erzählt und sie dazu animiert, Mitglied zu werden. Er sagt: «Und wenn sie die 45 Franken nicht selber bezahlen können, sollten die Eltern einspringen. Es lohnt sich auf alle Fälle.»

Auch Samuel Suter ist ein Freund, der nach Nico Schmid's Unfall Mitglied wurde – seine Mutter überwies den Jahresbeitrag für ihn und seinen Bruder. «Junge Menschen sehen selten Gefahren», sagt der 27-Jährige. Nicos Beispiel hält ihn dazu an, vermehrt Vorsicht walten zu lassen, gerade bei Sprüngen ins Wasser. Wenn er mit Wanderkollegen ein Bad in einem See geniessen will, warnt er sie vor zu viel Risiko: «Früher hätte ich mir darüber kaum Gedanken gemacht. Heute ist das anders.»

Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung trägt zur Aufklärung bei. Es ist ihr aber auch wichtig, die Bevölkerung mit ihren Kampagnen nicht zu verunsichern. «Wir wollen sensibilisieren, aber keine Angst schüren», sagt Stephan Michel, Leiter Marketing und Kommunikation der Stiftung. «Denn meistens kommt es gut. Und falls es einmal nicht gut kommt, steht unsere Stiftung den querschnittgelähmten Menschen zur Seite – ein Leben lang.»

(pmb / kohn) ■

(v.l.): Nico Schmid mit seinen Freunden Nicola Blatter und Samuel Suter.



Hat es mich heute gebraucht?

# Kreativ mit Stoff und Leder

Monika Emmenegger ist Bandagistin bei der Orthotec in Nottwil. Mit kleinen Hilfsmitteln erreicht sie eine grosse Wirkung.

Die Nähmaschine rattert, und im Nu ist ein Textilstück für den nächsten Arbeitsschritt bereit. Monika Emmenegger fertigt gerade den Bezug für eine Rollstuhlbettung an. Dann bereitet sie Tetra-Handschuhe vor. Mit dem Skalpell schneidet sie Leder zurecht und bringt die Teile in die passende Form, bevor die Kundin zur Anprobe vorbeikommt.

Abläufe wie diese prägen ihren Alltag: Die 45-Jährige ist Bandagistin bei der Orthotec, einer Tochtergesellschaft der Schweizer Paraplegiker-Stiftung. Ein Beruf, in dem Kreativität gefragt ist. Wie kommt man darauf, ihn zu erlernen?

Wie so oft im Leben, spielt der Zufall mit. Als junge Frau stösst sie in einem Berufswahlkatalog darauf. Der noch unbekannte Begriff weckt ihr Interesse, mehr darüber zu erfahren. Als sie genügend Informationen hat, entschliesst sie sich, eine Lehre zu absolvieren.

## Seit zwanzig Jahren in Nottwil

Bald findet sie einen Arbeitgeber, dem sie seit zwanzig Jahren die Treue hält. Bei der Orthotec in Nottwil bringt sie ihre handwerklichen Fähigkeiten ein – und erfährt im Alltag eine grosse Dankbarkeit der betroffenen Menschen. «Wir Bandagistinnen leis-

ten einen Beitrag zur Bewegungsfreiheit», sagt sie. «Und immer wieder gelingt es uns, mit kleinen Dingen eine grosse Wirkung zu erzielen.»

Solche «kleinen Dinge» sind zum Beispiel eine Bandage, die das Essbesteck oder eine Zahnbürste an der Hand fixiert. Oder Klettverschlüsse für Orthesen oder das

«Wir leisten einen Beitrag zur Bewegungsfreiheit.»

Anbringen einer Handyhülle an der Hose. Andere Beispiele sind individuelle Universal-schlaufen, in die sich etwa ein Stift stecken lässt, mit dem man auf die Computertastatur tippt. Oder auch ein spezieller Halter für die Duschbrause in der Hand.

Zu den besonders gefragten Produkten gehören Handorthesen für den Rollstuhlantrieb sowie Korsetts, die Rückenbeschwerden lindern. Für die Kundschaft sind auch Kompressionsstrümpfe wichtig, die im Bandagisten-Atelier ausgemessen werden. Und manchmal schauen Betroffene spontan im Atelier vorbei, wenn sie eine konfektionierte Bandage benötigen.

«Wir gehen auf individuelle Wünsche ein und setzen um, was möglich ist», sagt Monika Emmenegger. Anpacken, das kann sie. Zu Hause ist die zweifache Mutter diejenige Person, die bei Bedarf mit der Bohrmaschine hantiert.

## Der süsse Dank eines Kunden

In Nottwil arbeitet sie eng mit der Orthopädie- und Rollstuhltechnik zusammen und tauscht sich mit der Ergotherapie und dem Ärzteteam aus. Das oberste Ziel ist die optimale Lösung für die betroffenen Menschen, mit denen Monika Emmenegger manchmal bereits auf der Intensivstation Kontakt hat. Sie erlebt sie dort «am Tiefpunkt», wie sie sagt. «... Und ein paar Monate später ist derselbe Mensch in einer völlig anderen Verfassung.»

Als sie sich wieder an die Nähmaschine setzt, klopft ein Kunde an die Tür und bringt eine süsse Überraschung vorbei. Eine Rumpforthese von Monika Emmenegger hat ihm ein Stück Lebensqualität zurückgegeben. «Danke Monika, danke dem ganzen Team», ruft er. In solchen Momenten erhält die Bandagistin die Bestätigung: Sie hat einen coolen Job.

(pmb/baad) ■

## Die besondere Spende



### Der Flohmarkterlös

Die Geschwister Jessy (10), Mats (7) und Enya Dürst (13) aus Netstal GL haben an einem Flohmarkt in Glarus mehrere Spielsachen verkauft und dabei 245 Franken eingenommen. Sie schreiben an die Schweizer Paraplegiker-Stiftung: «Das Geld würden wir gerne Euch spenden. Unser Vater hatte im Dezember 2021 leider einen schweren Arbeitsunfall und ist jetzt im Rollstuhl. Trotz diesem Schicksal haben wir dank Euch auch schöne Erinnerungen und Erfahrungen sammeln dürfen.»



paraplegie.ch/  
besondere-spenden



## Briefe an die Stiftung

Für eine Studie der Schweizer Paraplegiker-Forschung konnte ich ein Trike testen. Es hat mich rundum begeistert, da es mir als Paraplegikerin mit erhaltener Beinfunktion ideale Trainingsbedingungen in der Natur verschafft. Danke für Ihren Beitrag an dieses Sportgerät, das ich unabhängig der Studie erworben habe.

**Corina Hinnen, Hüttwilen TG**

Herzlich Dank für die Finanzierung einer neuen Matratze, die meinen Rücken besser stützt und einen besseren Schlaf ermöglicht. Sie wurde zu meiner vollsten Zufriedenheit installiert.

**Plinio Crivelli, Belmont-sur-Lausanne VD**

Ihre Unterstützung hat mir einen barrierefreien Zugang zur Waschküche und zum Technikraum ermöglicht. Ich kann nun selbstständig mit meinem Rollstuhl dorthin fahren. Ein riesiges Dankeschön für alles, was Sie für die Para- und Tetraplegiker in der Schweiz tun!

**Silvia Della Pietra, Bidogno TI**

Aus tiefstem Herzen danke ich Ihnen für die Beteiligung an mein neues Fahrzeug. Damit kann ich nun meine Mobilität und mein Leben in der Gesellschaft aufrechterhalten. Die Stiftung ermöglicht Menschen in meiner Situation ein fast normales Leben.

**Marius Pittet, Gorgier NE**

Ich bedanke mich für die Übernahme der Kosten der Feldenkrais- und Kunsttherapie. Damit nehmen Sie mir eine grosse finanzielle Last und ermöglichen ein Fortführen der für mich wichtigen Therapien.

**Monique Schacher, Kriens LU**



Für Ihren grosszügigen Beitrag an meinen JST Multidrive Rollstuhl möchte ich mich von Herzen bedanken. Durch den Rollstuhl hat meine Lebensqualität enorm zugenommen und ich kann mich viel unabhängiger fortbewegen. Danke für die neu gewonnenen Freiheiten.

**Markus Lempen, Lenk BE**



## Community



**Clem Entine** Mein Mann ist seit drei Jahren querschnittgelähmt. Ohne die Schweizer Paraplegiker-Vereinigung (SPV) hätte ich es nicht geschafft, diese Prüfung zu bestehen: die Unterstützung bei der Rückkehr nach Hause und den Papieren. Die Hilfe der Anwälte. Das Wiedererlangen seiner Würde, Unabhängigkeit und Zuversicht. Ich finde keine Worte, die stark genug sind, um Ihnen zu danken.

*Post zur Romandie-Kampagne Sebastian Tobler*



**Martina Weingartner** Der neue SPS-Podcast: toll umgesetzt, lehrreich und unterhaltsam – auch bewegend! Ich mag, dass die Moderatorinnen Zusatzinfos und Kontext geben.

**Martina Uhl** Berührend und inspirierend. Die Geschichten zeigen einmal mehr, was wirklich wichtig ist im Leben.  
*Posts zum SPS-Podcast Querschnitt*

**Florian Lapiz** Grossartige Arbeit des SPZ-Teams! Die Bedeutung von Freiwilligen kann nicht hoch genug eingeschätzt werden.  
*Post zum Internationalen Tag der Freiwilligen*

**Daniela Müller** Die Antwort auf eine Frage, welche sich wenige zu stellen trauen. Merci, Schweizer Paraplegiker-Stiftung.  
*Post zum Thema Querschnittlähmung und Sexualität*



**Sonja Sönneli** Danke für die tolle Aufklärung! Das ist ein Thema, worüber sich wohl fast jeder schon Gedanken gemacht hat.

*Post zum Thema Querschnittlähmung und Sexualität*



**Andreas Bienz** Als langjähriges Gönnermitglied wurde ich wegen eines Skiunfalls im SPZ höchst kompetent behandelt. Enormes Fachwissen gepaart mit Verständnis und Freundlichkeit haben dazu geführt, dass ich das neue Leben zu Hause meistern kann. Die sechs Monate im SPZ empfand ich nicht als Spitalaufenthalt. Vielmehr fühlte ich mich eingebettet in eine fast familiäre Umgebung. Ich bin zutiefst dankbar, dass es diese einzigartige Institution gibt.

**Monika und Willy** Ich habe meinen Mann lange nicht mehr so fröhlich und gut gelaunt erlebt. Die Rehabilitation in Nottwil hat sehr viel dazu beigetragen, er durfte bei Ihnen die beste Behandlung erfahren. Wir können uns wieder zusammen freuen und lachen, er ist positiv und hat Energie. An einem Anlass haben wir sogar mit Rollstuhl getanzt. Einfach unglaublich schön: Die grauen Tage sind vorbei und für uns ist es das grösste Geschenk, dass wir Ihre Unterstützung erhalten haben.

*Die Redaktion behält sich vor, Zuschriften gekürzt wiederzugeben.*

### AUS SICHT DER PRÄSIDENTIN



Heidi Hanselmann,  
Präsidentin Schweizer  
Paraplegiker-Stiftung

#### Glücksmomente

Unsere Patientinnen und Patienten erzählen mir immer wieder von besonderen Momenten, die sie bei uns in Nottwil erleben: Nach der Tetrahandchirurgie die Finger etwas bewegen zu können. Sprechen auf der IPS trotz Beatmungsschlauch im Hals. Nach wochenlanger Bettruhe die ersten Schritte im Exoskelett gehen. Nach einem harten Schicksalsschlag sind das einzigartige Glücksmomente. Sie sind von unschätzbarem Wert.

#### Glückstage

Zu den vielen Höhepunkten des vergangenen Jahres zählen für mich auch die neugierigen Blicke und staunenden Augen der Kinder und Eltern, die zum ersten Mal das neu gebaute «Paradiesli» betreten durften. Mit der KITA deckt die Schweizer Paraplegiker-Stiftung die wachsende Nachfrage der Mitarbeitenden der gesamten Gruppe und sorgt für eine bessere Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Dank professioneller Betreuung erleben unsere Kleinsten viele «paradiesische» Glückstage.

#### Glücksgefühle

Sie kamen bei uns auf, als das Bundesparlament in der Herbstsession 2023 die Motion für eine «smarte» Auswahl an Hilfsmitteln überwiesen hat. Nun ist zu hoffen, dass dieser parlamentarische Auftrag dazu führt, dass Menschen mit Behinderung nach dem Erreichen des AHV-Alters bei der Finanzierung von Hilfsmitteln nicht mehr benachteiligt werden. Für weitere Glücksgefühle wird die Inklusionsinitiative sorgen, deren Unterschriftensammlung in die Schlussphase geht. Für die Schweizer Paraplegiker-Stiftung und mich ist sie eine Herzensangelegenheit.

#### Folgen Sie uns:



[facebook.com/paraplegie](https://facebook.com/paraplegie)



[instagram.com/paraplegie](https://instagram.com/paraplegie)



[twitter.com/paraplegiker](https://twitter.com/paraplegiker)



[youtube.com/ParaplegikerStiftung](https://youtube.com/ParaplegikerStiftung)



[linkedin.com/company/paraplegie](https://linkedin.com/company/paraplegie)

## «Sofort Beine hoch!»



Am Hotelpool in Florida sagt meine Frau Alex: «Die Liegestühle hier sind hoch genug, wenn du möchtest, transferiere ich dich aus dem Rollstuhl.» Gesagt, getan. Ich geniesse die Sonne, nur mein Kopf bleibt im Schatten. Doch nach einer halben Stunde reagiert mein Körper mit einer Spastik. Irgendetwas stimmt nicht – denn als Tetraplegiker kann ich keinen Wärmeausgleich machen. Alex hilft mir zurück in den Rollstuhl.

Plötzlich höre ich ihre Stimme von ganz weit weg und sehe die Umgebung immer weisser.

«Sofort Beine hoch!», kann ich gerade noch rufen. Dann bespritzt mich Alex schon mit kaltem Wasser. Das Blut fliesst langsam zurück in den Kopf. Jetzt brauche ich Zucker. Die Cola schmeckt toll. Glück gehabt.

Erlebt und illustriert von Roland Burkart. Haben Sie auch ein Rollstuhlerlebnis? Schreiben Sie uns:



[redaktion@paraplegie.ch](mailto:redaktion@paraplegie.ch)

### Impressum

#### Paraplegie (48. Jahrgang)

Magazin der Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung

#### Ausgabe

März 2024/Nr. 189

#### Erscheinungsweise

vierteljährlich in Deutsch, Französisch und Italienisch

#### Gesamtauflage

1038323 Exemplare (beglaubigt)

#### Auflage Deutsch

927680 Exemplare (beglaubigt)

#### Herausgeberin

Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, 6207 Nottwil.  
© Abdruck nur mit Genehmigung.

#### Redaktion

Stefan Kaiser (*kste*, *Chefredaktor*)  
Peter Birrer (*pmb*), Simon Rohrer (*rohs*)  
Andrea Zimmermann (*anzi*)  
Anita Steiner (*28*)  
[redaktion@paraplegie.ch](mailto:redaktion@paraplegie.ch)

#### Fotos

Walter Eggenberger (*we*, *Leitung*)  
Adrian Baer (*baad*), Sabrina Kohler (*kohs*)  
Keystone Philipp Schmidli (*5*)

#### Illustration

Nadja Baltensweiler (*9*, *19*)  
Kornel Stadler (*33*), Roland Burkart (*34*)

#### Layout und Gestaltung

Andrea Federer (*feda*, *Leitung*)  
Daniela Erni (*ernd*)

#### Vorstufe / Druck

Vogt-Schild Druck AG  
4552 Derendingen

#### Adressänderungen

Service Center  
Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, 6207 Nottwil  
T 041 939 62 62, [sps@paraplegie.ch](mailto:sps@paraplegie.ch)

[paraplegie.ch/service-center](http://paraplegie.ch/service-center)

#### Ökologische Verpackung

Das Gönner-Magazin wird in einer umweltfreundlichen Papierhülle aus 70 % Recyclingmaterial verschickt.

gedruckt in der  
**schweiz**

«Paraplegie» ist im Mitgliedsbeitrag inbegriffen. Einzelmitglieder und Alleinerziehende samt Kindern:

45 Franken. Ehepaare und Familien: 90 Franken. Dauermitgliedschaft: 1000 Franken.

Mitglieder erhalten 250 000 Franken bei unfallbedingter Querschnittlähmung mit ständiger Rollstuhlabhängigkeit.  
[paraplegie.ch/mitglied-werden](http://paraplegie.ch/mitglied-werden)

## Agenda

22.–23. März, Nottwil

### Offene Türen für Lehrberufe

Das SPZ lädt alle Interessierten ein.

[paraplegie.ch/gesundheitsberufe](http://paraplegie.ch/gesundheitsberufe)

5. Mai, Zug

### Wings for Life World Run

Laufen für die Rückenmarkforschung.

[wingsforlifeworldrun.com](http://wingsforlifeworldrun.com)

6.–9. Juni, Nottwil

### ParAthletics 2024 Nottwil

Die Weltelite der Para-Leichtathletik.

[parathletics.ch](http://parathletics.ch)

12. Juni, Nottwil

### 1. Weaning-Symposium

Das SPZ stellt sein interprofessionelles Weaning-Konzept vor.

[paraplegie.ch/weaning](http://paraplegie.ch/weaning)

Vorschau Paraplegie 2/2024

### Schwerpunkt: Rehabilitation

Wie geht eine Rehabilitation bei Menschen mit Querschnittlähmung vor sich? Was erleben die Patientinnen und Patienten während ihres monatelangen Aufenthalts im Schweizer Paraplegiker-Zentrum in Nottwil? Worauf wird geachtet und was gibt es Neues? Die nächste Ausgabe von «Paraplegie» gibt Einblicke in den hohen Aufwand, den die interprofessionellen Teams, die betroffenen Menschen und ihre Angehörigen für eine erfolgreiche Erstrehabilitation leisten müssen. Die Beiträge zeichnen das Abbild einer sowohl intensiven wie auch sinnstiftenden Zusammenarbeit – über alle Ebenen hinweg.





# SEMPACHERSEE

## HOTEL

# Gastgeber aus Leidenschaft.

Eines der führenden Conference Hotels der Schweiz.

150 komfortable Hotelzimmer, davon 74 barrierefrei  
40 Veranstaltungsräume mit bis zu 600m<sup>2</sup> und 600 Gästen

2 Restaurants, 1 Bar und 1 Kaffee-Bar

Vielfältige In- und Outdoor-Sportmöglichkeiten

Nur 15 Minuten von Luzern



## SEMINARE EVENTS GENUSS

Hotel Sempachersee Guido A. Zäch Strasse 2 6207 Nottwil

T +41 41 939 23 23 info@hotelsempachersee.ch www.hotelsempachersee.ch

Ein Unternehmen der Schweizer Paraplegiker-Stiftung





Schweizer  
Paraplegiker  
Stiftung

**SPORTLERIN  
AUS LEIDENSCHAFT.  
DANK IHRES LEGATS.**

Ihr Legat bei der Schweizer Paraplegiker-Stiftung ermöglicht Menschen mit Querschnittlähmung ein Leben als Sportler\*in. Danke für Ihre Solidarität. [paraplegie.ch/erbrechner](https://paraplegie.ch/erbrechner)

