

Der Bund
3001 Bern
031/ 385 11 11
www.derbund.ch

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 44'411
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 313.011
Abo-Nr.: 1094547
Seite: 18
Fläche: 119'180 mm²

Nachts wird die Beziehung eine Spur enger

Die Nacht macht alles anders: Während der Nachtwache im Altersheim wird das Gespräch zwischen Pflegenden und Gepflegten persönlicher und die Beziehung enger. Das erfährt der «Bund» in jener Nacht, als er sich der Pflegenden Margrith Ischi und der Gepflegten Ruth Schlapbach an die Fersen heftet.

Naomi Jones und Meret Hasler

Im Erdgeschoss des Alterszentrums Baumgarten sitzen zwei betagte Frauen im Aufenthaltsraum und folgen einer Nachrichtensendung. Im kleinen Stationsbüro sitzen ebenfalls zwei Frauen. Sie tragen aber hellblaue Arbeitskleider: Doris Kaspar und Margrith Ischi. Kaspar rapportiert, wie der Tag auf der Pflegestation war. Damit beginnt für Ischi die Arbeit, die Nachtwache.

Margrith Ischi ist diplomierte Pflegefachfrau. Sie wurde vor dreissig Jahren als Krankenschwester diplomiert. Ischi steht auf und beginnt ihre erste Runde. Sie begrüsst Frau E., rückt im nächsten Zimmer das Kissen von Frau W. zurecht. Sie sieht, dass Herr K. schläft. Schon klopft sie leise an die nächste Tür. Die sogenannte Runde wird sie bis um sieben Uhr am nächsten Morgen noch vier Mal machen.

Konzentration lässt nach

Nun beginnt die Nachtpflegerin die Medikamente für den nächsten Tag bereitzumachen. Das müsse sie vor Mitternacht tun, sagt sie. Denn danach sinke die Konzentration, und zwischen zwei und drei

Nachts in Bern. 21.00–22.00



www.nachtsinbern.derbund.ch

Uhr früh komme die grosse Müdigkeit. Dann sei es wirklich still im Haus. Danach rege sich bereits der Tag wieder.

Wenn die alten Leute nicht schlafen können, klingeln sie. Margrith Ischi lagert sie anders, bringt ihnen etwas zu trinken, hilft ihnen auf die Toilette. Dann spricht sie noch eine Weile mit ihnen. «In der Nacht kann ich mir mehr Zeit für die Bewohner und Bewohnerinnen nehmen als am Tag», sagt sie. Dadurch würden die Gespräche persönlicher und die Beziehung zu den Gepfleg-

ten enger. Vor allem deshalb liebe sie es, drei bis vier Nächte pro Monat zu wachen. «Man lernt die Menschen von einer andern Seite kennen.» Sie schätze die Ruhe in der Nacht als Gegenpol zur Hektik des Tages.

Bescheidene Generation

Margrith Ischi trat ihre Stelle im Baumgarten vor zwanzig Jahren an. Die lebhaftere Mittfünfzigerin lacht viel, und ihre hellblauen Augen blicken wach aus dem gesund gebräunten Gesicht. Sie liebe ihre Arbeit in der Langzeitpflege, sagt sie - und man glaubt es ihr.

Ischi blickt auf die blaue Uhr an ihrer linken Brusttasche. «Zeit, um die Sauerstoffmaske von Frau Schlapbach auszuwechseln.» Ruth Schlapbach strahlt die eintretende Pflegefachfrau an. Beinahe zärtlich entfernt Ischi ihr den blauen Schlauch, den sie im Gesicht trägt, und legt den neuen an. Das Ganze dauert wenige Minuten, und Ischi verabschiedet sich schon wieder. «Klingeln Sie, wenn Sie etwas brauchen.» Viele der Betagten seien sehr bescheiden und warteten oft, bis jemand vorbeikomme, statt zu rufen. So auch Frau Schlapbach. «Aber wir sind doch dazu da, diesen Menschen den letzten Lebensabschnitt so angenehm wie möglich zu gestalten», sagt Ischi.

Tabuthema Tod

Das Sterben gehört zum Leben im Altersheim. Eben erst ist Herr W. gestorben. Im Domicil Baumgarten spricht man von der Heimreise. Obwohl klar sei, dass sie hier sterben würden, sprächen die alten Mitmenschen nicht gerne darüber, sagt Ischi.

Was macht die Nachtwache, wenn jemand in der Nacht stirbt? «Das ist intensiv», sagt die Pflegefachfrau. Sie schau alle zehn Minuten nach der sterbenden Person, befeuchte ihr den Mund, reibe die Haut mit einer Creme ein. «Wir haben hier alle medizinischen Hilfen», sagt sie. Die Sterbenden sollen nicht leiden. «Weil ich die Person gut kenne und eine

Beziehung zu ihr aufgebaut habe, sehe ich rasch, wie es ihr geht.» Wenn keine Angehörigen da seien, bleibe sie im Zimmer und begleite die Sterbenden, sagt Margrith Ischi. «Manchmal brauchen sie jemanden, der ihnen sagt, dass sie gehen dürfen.»

Margrith Ischis Arbeitsnacht endet um sieben Uhr mit einem Rapport über die Geschehnisse in der Nacht. Am Morgen nach der durchwachten Nacht ist sie müde und hungrig. Doch die Müdigkeit sei eine andere als am Abend eines Arbeitstages, sagt Margrith Ischi: «Der Kopf ist müde.» Das Hirn sei sich nicht gewohnt, in der Nacht zu denken. Denn die körperliche Arbeit, die sie in der Nacht erledige, sei weniger streng als am Tag. Trotzdem oder vielleicht deswegen brauche sie nach einer Nachtwache mehr Schlaf als nach einem strengen Arbeitstag.

Ruth Schlapbach bleibt wach

Nun kehren wir zurück an den Anfang der Begegnung, folgen diesmal aber nicht der Pflegefachfrau Margrith Ischi, sondern der 81-jährigen Ruth Schlapbach. Von draussen dringen die Glockenschläge der nahen Kirche herein. Für etliche Seniorinnen heisst dies: Zeit fürs Bett. Nicht so für Ruth Schlapbach: «Ich bin ein Nachtfalter. Vor 23 Uhr gehe ich selten schlafen.» Müde wirkt die 81-Jährige, die im Rollstuhl sitzt, tatsächlich nicht. Sie freut sich sichtlich über den Besuch. In Bümliz aufgewachsen, kennt sie die Gegend rund um das Altersheim in- und auswendig. Nun lebt sie in einer Einzimmerwohnung im Domicil. Als sie diese vor drei Jahren bezog, konnte sie einen Teil ihrer Möbel mitbringen. Ein Sammelsurium an Familienfotos, Tierbildern, Engelsfigürchen und Glücksbringern geben dem Raum eine persönliche Note.

In einer Schublade liegt ein Stück Berner Geschichte: drei Fotoalben, in die ihr Vater fein säuberlich Aufnahmen



Der Bund
3001 Bern
031/ 385 11 11
www.derbund.ch

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 44'411
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 313.011
Abo-Nr.: 1094547
Seite: 18
Fläche: 119'180 mm²

der Familie eingeklebt hatte. Auf einem der schwarzweissen Bilder ist ein winziger, zerbrechlicher Säugling zu sehen, eingewickelt in Watte: «Ich war ein Frühchen und kam bereits im fünften Schwangerschaftsmonat zur Welt, wog nur 910 Gramm. Mein Kopf war so klein, er hätte in ein Weinglas gepasst», sagt Ruth Schlapbach. 1933 sei das eine grosse Herausforderung für die Ärzte gewesen - statt mit modernster Technik behelf man sich bei Klein «Rüthli» deshalb mit wärmender Watte. Sie sei damals in vielen Zeitungen erwähnt worden, erzählt sie nicht ohne Stolz.

Zu Beginn ihres Lebens musste sie betreut werden. Heute, im Altersheim, schliesst sich der Kreis, da sich wieder Pflegefachpersonen um sie kümmern. Um ihren Hals trägt Ruth Schlapbach einen Bändel, an dem eine Knopfvorrichtung baumelt. «Wenn ich ein Problem habe, kann ich diesen Knopf drücken - selbst mitten in der Nacht.» Dann komme sofort jemand, der ihr helfe. Meistens sei das aber nicht nötig,

denn sie schlafe sehr tief und gut.

Ihre Abende verbringe sie gerne mit einer Freundin aus dem Altersheim. Zusammen sässen sie oft bis tief in die Nacht vor dem Fernseher. Am liebsten schaue sie Western und Krimis, «ich mag es, wenn es rassig zu und her geht». Danach sei sie müde, und eine Pflegeperson helfe ihr beim Umziehen für die Nacht.

«Grosi, wie gehts dir?»

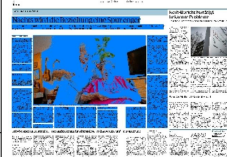
Pflegefachfrau Margrith Ischi betritt den Raum. Mit routinierten Handgriffen wechselt sie Frau Schlapbachs Sauerstoffschlauch aus. Die beiden Frauen wirken vertraut; Frau Schlapbach scherzt mit ihr und lacht vergnügt. Frau Ischi sei eine gute Pflegerin, sagt sie, als diese das Zimmer wieder verlassen hat: «Alle schauen zu mir. Ich bin hier wunschlos glücklich.» Ein grosses Glück liegt für sie auch in der Familie. Ihre vier Kinder kämen sie regelmässig besuchen, und wie es der Zufall wolle, mache ihre Enkelin sogar die Pflegeausbildung im Domicil. «Wenn sie Zeit hat,

kommt sie vorbei und fragt: Grosi, wie gehts dir?» Sie habe selten Krach mit anderen, es gebe ja «schon so genug Krieg auf dieser Welt». Aber es gibt manches, was Frau Schlapbach nachdenklich stimmt. Etwa, wenn man schlecht über andere rede. Auch sei sie jetzt doch schon 81-jährig und merke, dass sie nicht mehr alles so gut machen könne wie früher. Zudem habe sie früher Krankenschwester werden wollen, «das war mein Traumberuf». Dieser Wunsch wurde nicht erfüllt, sie arbeitete nach der Hochzeit als Hausfrau.

Ihr Mann starb bereits vor 18 Jahren. Trotz dieses Verlusts geht viel Fröhlichkeit und Dankbarkeit von Ruth Schlapbach aus: «Meine Eltern haben mir mit auf den Weg gegeben, dankbar zu sein.» Das scheint ihr zu gelingen. Immer wieder betont sie, dass sie es schön finde im Domicil. Ihr gefalle hier alles - «vom Keller bis in den Estrich»: das Essen, die Betten, die Mitbewohner und Mitbewohnerinnen. Und Ruth Schlapbach fügt hinzu: «Ich habe es mit allen gut.»

Datum: 21.07.2015

Der Bund



Der Bund
3001 Bern
031/ 385 11 11
www.derbund.ch

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 44'411
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 313.011
Abo-Nr.: 1094547
Seite: 18
Fläche: 119'180 mm²



Pflegefachfrau Margrith Ischi wechselt den Sauerstoffschlauch von Ruth Schlapbach, einer Bewohnerin im Domicil Baumgarten in Bümpliz. Foto: Adrian Moser