

PACE: Palliative Care ergänzender Begleitsdienst

Matthias Staub & Elisabeth Jordi



„Von Atemzug zu Atemzug will ich dich in der Todesnacht ganz sacht begleiten. Ich lege deine Hand in meine, damit du spürst, dass du den letzten Schritt in deinem Leben zwar alleine, aber nicht verlassen gehen musst.“¹

In ihrem Bett, in einem Pflegezentrum der Stadt Zürich liegt Frau Baumann (Namen im Fallbeispiel geändert). Auf dem Nachttisch stehen Blumen. Ihr Besuch, der sie brachte, ist eben nach Hause gegangen. Es ist ganz still. Die Nachtwache schaut regelmässig vorbei, unterstützt Frau Baumann beim Trinken, überprüft, ob sie bequem liegt, hält einen Moment ihre Hand. Als Frau Baumann ihr dankbar zunickt, wünscht sie eine gute Nacht und geht weiter zur nächsten der 25 Bewohnerinnen und Bewohner, für die sie heute Nacht zuständig ist.

Frau Baumann ist 98 Jahre alt, hört trotz Hörgeräten kaum noch etwas und ihre Augen lassen sie immer mehr im Stich. Sie kann nicht mehr lesen und die klassische Musik, die ihr immer so viel bedeutete, hört sie längst nicht mehr. Sie mag kaum noch essen, das Atmen strengt

sie an. Sie ist unglaublich müde und spürt, dass sie nicht mehr lange leben wird. Sie wünscht sich bald und sanft erlöst zu werden.

Aber wie wird es sein? Die Vorstellung zu sterben bereitet ihr grosse Angst. Eine Angst, die sie manchmal ganz steif werden lässt. Loslassen gelingt ihr nicht gut. Sich zusammenreissen, das war ihr immer wichtig.

Sie ist sehr dankbar, dass ihre Familie sie oft besucht und dass die Pflegenden, die sie seit Jahren kennt, für sie da sind. Zur Heimärztin hat sie ein vertrauensvolles und gutes Verhältnis. Seit kurzem bekommt sie angstlösende Medikamente und auch etwas Stärkeres gegen ihre Schmerzen. Sie ist es gewohnt, allein zu sein. Oft geniesst sie die Ruhe und Zeit für sich. Wenn sie aber Angst und Atemnot hat, ist sie froh, dass jemand bei ihr ist.

Es ist 22.30 Uhr, das Klopfen hört Frau Baumann nicht. Doch sie sieht, dass sich die Türe öffnet. Herein kommt eine freundliche ältere Frau. Sie tritt näher, beugt sich zu ihrem Ohr und sagt: „Guten Abend Frau Baumann, ich bin Frau Dietiker. Heute Nacht bin ich bei Ihnen.“

Seit kurzem sitzt jede Nacht eine Begleitperson bei Frau Baumann am Bett. Es ist jemand vom PACE Begleitsdienst. Die Aufgabe der Begleitperson besteht darin, präsent zu sein im helfenden Gespräch, da, wo das möglich und sinnvoll ist, sowie im Beobachten des Zustands und im Weiterleiten dieser Beobachtungen an das Pflegepersonal.

Ein sehr geschätzter Dienst

Der Palliative Care ergänzende Begleitsdienst (PACE) ist ein Angebot der Pflegezentren der Stadt Zürich (PZZ) und des Vereins PACE Sterbebegleitung. Der Dienst versteht sich – wie der Name sagt – als Ergänzung bei der Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen. Neben den Sterbenden unterstützt er die Angehörigen, die diese Aufgabe oft nicht selbst wahrnehmen können, und den professionellen Nachtdienst, dem für eine 1:1-Begleitung die Kapazität fehlt.

Ziel ist, dass niemand nachts ohne seinen Wunsch beim Sterben oder in einer anderen Krisensituation allein gelassen wird. PACE will dazu beitragen, dass Sterbende in Frieden und Würde, mitmenschlich begleitet ihr Leben abschliessen können. Der Name PACE ist also auch Programm.

¹ Christa Spillig-Nöker (2002). Behutsam will ich dich begleiten: Gedanken für die Stunden des Abschiednehmens. Kiefel

Um den kontinuierlich wachsenden Bedarf an Krisen- und Sterbebegleitung bei gleichzeitiger Abnahme der Ressourcen von Angehörigen und freiwilligen Mitarbeitenden zu decken, wurde das Projekt ins Leben gerufen. Der Begleitsdienst, unterscheidet sich von der Tätigkeit freiwilliger Mitarbeitender insbesondere dadurch, dass die geplanten Einsätze wie bei einer Anstellung höchst verbindlich sind und eine kleine finanzielle Abgeltung ausbezahlt wird.

Auf- und Ausbau

Das Angebot PACE startete im April 2014 als Pilotprojekt in den stadtzürcherischen Pflegezentren Witikon und Riesbach. Lanciert wurde es von Elisabeth Jordi (langjährige reformierte Seelsorgerin, seit 2016 pensioniert) und Matthias Staub (Betriebsleiter Pflegewohngruppen der

Das sagen PACE Begleitpersonen

Als ich vom PACE-Modell hörte, war ich sofort begeistert, kenne ich doch als langjährige, ehemalige Pflegefachfrau die Nöte aller Beteiligten in dieser Lebensphase. Durch diesen Dienst werden die Bewohnenden, die Angehörigen und auch das Pflegepersonal konstruktiv entlastet. Auch erlebe ich die Begleitung der PACE-Mitglieder als sehr professionell. Den Initianten sei von Herzen gedankt!

Vera Brunner, pensionierte Pflegefachfrau, Hombrechtikon

„Jetzt bin ich richtig glücklich“, sagte mir eine Frau, die einige Stunden nach meiner Begleitung verstarb. Für mich ein bewegendes Beispiel, wie wichtig die Begleitung von sterbenden, oft einsamen Menschen in einer Krise ist. Die Einsätze werden auch von den Pflegepersonen sehr geschätzt, weil es ihnen oft nicht möglich ist, im Alltagsdruck Menschen so beizustehen, wie sie es gerne möchten. Das Engagement bei PACE ist auch ein Gewinn dank der professionellen Organisation und den ausgezeichneten, informativen Veranstaltungen.

Dr.med. Caspar Bruppacher, ehem. stv. Chef-Stadtarzt in Zürich und leitender Arzt bei den Pflegezentren der Stadt Zürich, Zürich

Ich engagiere mich für PACE, weil mich das Vereinsziel zutiefst überzeugt: „PACE hat zum Ziel, dass niemand nachts ohne seinen Wunsch beim Sterben oder in einer anderen Krisensituation allein gelassen wird.“ Ich versuche, während meinen Einsätzen eine ruhige, angstfreie Atmosphäre zu schaffen und den sterbenden Menschen ein Gefühl der Geborgenheit zu geben.

Lisbeth Siegfried, pensionierte Primarlehrerin, Zürich

Pflegezentren der Stadt Zürich). Schnell wurde klar, dass der Dienst einem Bedürfnis entspricht, und es wurden geeignete Begleitpersonen für diese anspruchsvolle Aufgabe gefunden.

Ende 2015 wurde das Pilotprojekt zu einem definitiven Angebot und ab Januar 2016 mittels einer zweiten Standortgruppe auf die Pflegezentren Bombach und Bachwiesen sowie die Pflegewohngruppen ausgeweitet. Im November 2017 startete eine dritte Standortgruppe, die für den Begleitsdienst im Pflegezentrum Mattenhof und seit März 2019 für das Zentrum Palliative Care am Stadtsptial Waid zuständig ist.

Wer sind die Begleitpersonen?

Aktuell sind auf die drei Standortgruppen verteilt 65 Personen für den Dienst verbindlich verpflichtet. Sowohl bezüglich Alter als auch beruflicher Ausrichtung sind die Gruppen sehr heterogen. Viele Begleitpersonen sind im Pensionsalter und haben einen sozialen oder medizinischen Hintergrund. Aber auch jüngere Menschen oder Personen aus der IT- oder Finanzverwaltungsbranche oder mit handwerklichem oder künstlerischem Hintergrund sind mit dabei. Was sie alle verbindet, ist die Freude an einem verbindlichen Engagement und das Bedürfnis, Menschen im Sterben und in Krisensituationen zu begleiten.

Die PACE-Begleitpersonen werden sorgfältig rekrutiert und in die Aufgabe eingeführt. Regelmässige Erfahrungsaustausch-Abende haben supervisorischen und weiterbildenden Charakter und bieten die Möglichkeit, sich als Gruppe wahrzunehmen und gegenseitig voneinander zu lernen.

Organisation der Einsätze

Der PACE-Begleitsdienst ist schlank und ressourcenschonend organisiert. Mittels Doodle-Umfrage stellen sich die Begleitpersonen jeweils zwei Monate im Voraus für ein bis drei Nachteinsätze pro Monat zu Verfügung. Daraus erstellen die Standortverantwortlichen einen Monatsplan, sodass für jede Nacht pro Standortgruppe eine Begleitperson zu Verfügung steht.

Im Bedarfsfall werden neben den Bewohnerinnen und Bewohnern immer auch die Angehörigen über das Angebot von PACE informiert und ihr Einverständnis dafür eingeholt. PACE wird nicht nur angeboten, wenn Bewohnerinnen und Bewohner oder ihre Angehörigen den Wunsch nach Unterstützung äussern. Der Begleitsdienst kommt auch dann zum Einsatz, wenn Angehörige oder Pflegenden aufgrund nonverbaler Signale davon ausgehen, dass jemand Angst hat und/oder nicht allein sein möchte, oder wenn in einer Pflegedokumentation festgehalten wurde, dass jemand früher den Wunsch äusserte, nicht allein sterben zu wollen. Manchmal haben die Pflegenden auch den Eindruck, dass eine Bewohnerin bzw. ein Bewoh-

ner im Beisein einer Person ruhiger und entspannter ist. Auch dies ist Anlass, einen PACE-Einsatz zu organisieren.

Jährlich rund 300 Einsätze

Benötigt eine Bewohnerin oder ein Bewohner eine PACE-Begleitung, meldet die Abteilung dies der PACE-Hotline im Betrieb bis 14.30 Uhr. Bis 15 Uhr wird dann die für die kommende Nacht eine Begleitperson aufgeboten. Ihr Einsatz dauert von 22.30 bis 6 Uhr. Die Begleitperson erhält zu Beginn ihres Einsatzes einen bequemen Lehnstuhl, ein internes Telefon, eine Leselampe sowie eine kleine Mahlzeit. Die Nachtwache führt sie ins Zimmer, und stellt die zu begleitende Person vor. Sie überreicht der Begleitperson ein Informationsblatt mit den wichtigsten Angaben zur Person und ein Formular für den Einsatzbericht, das die Begleitperson als Leistungsnachweis, für die Abrechnung und offene Fragen ausfüllt. Die Nachtwache ist permanent erreichbar und schaut von sich aus regelmässig vorbei.

PACE hat sich zu einem kaum mehr wegzudenkenden Angebot in den Pflegezentren der Stadt Zürich entwickelt. Die Nachfrage ist gross. In den vergangenen vier Jahren wurden jährlich durchschnittlich 300 Nachteinsätze geleistet.

Am Morgen

Es ist 6 Uhr morgens. Frau Baumann schläft und Frau Dietiker zieht den Mantel an, verweilt noch einem Moment am Bett und macht sich dann auf den Heimweg. Es war ein wertvoller und wichtiger Einsatz. Oft hat Frau Baumann geschlafen, einige Male ist sie aufgewacht und brauchte Unterstützung vom Nachtdienst. Einmal aber wurde sie ganz wach und erzählte Frau Dietiker aus ihrem Leben. Sie vertraute ihr ganz persönliche Erlebnisse und Gedanken an. Dinge, die sie freuten, und solche, die ihr auch nach Jahren noch zusetzen. Sie erzählte von Erfolgen und Niederlagen und von wichtigen Begebenheiten, die sie in ihrem langen Leben prägten.

Es ist wieder Abend

Frau Baumanns Tochter ist eben nach Hause gegangen. Die Nachtwache hält für einen Moment Frau Baumanns Hand und wünscht ihr eine gute Nacht. Frau Baumann lehnt sich zurück. Es ist ganz still. Die Türe geht auf, eine PACE-Begleitperson kommt zu ihr, stellt sich vor, setzt sich hin und ist einfach da, damit sie Ruhe und Schlaf finden kann.

Am Vormittag des 21. Dezembers 2019 stirbt Frau Baumann. Während Wochen war jede Nacht eine PACE-Begleitperson bei ihr. Für Frau Baumann, ihre Familie und das Team im Pflegezentrum war PACE in diesen letzten Wochen ein ganz besonderes Geschenk.

PACE wirkt auf mehreren Ebenen

PACE hilft Bewohnerinnen und Bewohnern ganz direkt mit der individuellen nächtlichen 1:1-Betreuung. Gleichzeitig ist PACE eine unmittelbare Entlastung für den Nachtdienst. PACE schafft Gewissheit, dass Bewohnerinnen und Bewohner während des Sterbeprozesses behütet sind, sodass Angehörige selber zur Ruhe kommen und neue Kräfte tanken können. Darüber hinaus bietet PACE interessierten Menschen eine vielseitige, anspruchsvolle wie auch nährnde und überaus sinnstiftende Aufgabe.

Für die Bewohnerinnen und Bewohner sowie ihre Angehörigen ist der Dienst kostenlos. An die Begleitpersonen wird eine kleine finanzielle Entschädigung ausgerichtet. Für die Aufrechterhaltung des Angebots PACE benötigt der Verein jährlich rund 60'000 Schweizer Franken. Diese Gelder kommen durch Spenden, Jahresbeiträge der Vereinsmitglieder sowie Zuwendungen von Stiftungen zusammen. Finanzieller Grundstock für den Start war ein privates Legat.



Mehr Infos unter pace-sterbebegleitung.ch



Elisabeth Jordi ist pensionierte reformierte Seelsorgerin.

ejordipfrn@bluewin.ch



Matthias Staub ist Leiter der Pflegewohngruppen der Pflegezentren der Stadt Zürich.

matthias.staub@zuerich.ch
www.stadt-zuerich.ch/pflegewohngruppen