



Die Mitarbeitenden der Spitex Kriens fungieren als Türöffner für ergotherapeutische Beratungen, da sie bei ihren Klientinnen und Klienten als Erste allfällige Einschränkungen im Alltag wahrnehmen. Foto: zvg

Eine Intervention für selbstständiges Wohnen im Alter

Viele ältere Menschen wünschen sich, möglichst lange autonom leben zu können. Anpassungen des Wohnraums, Hilfsmittel und Verhaltensänderungen tragen dazu bei, dass dieser Wunsch in Erfüllung gehen kann. Wie diese ergotherapeutischen Massnahmen aussehen können und wie Betroffene von ihnen erfahren, wird im Rahmen des Forschungsprojekts «Präventive Wohnraumanpassung» in Zusammenarbeit mit der Spitex Kriens LU untersucht.

Alles begann an einem Sommerfest in Luzern. Bei unbeschwerter Vor-Corona-Laune kamen zwei Nachbarn miteinander ins Gespräch. Bald drehte sich das Gespräch um das autonome Leben daheim. Den einen Nachbarn «fuchste» es, dass zunehmende körperliche Einschränkungen es älteren Menschen erschweren, zu Hause verbleiben zu können. Die andere Nachbarin meinte, dass ergotherapeutische Massnahmen die Handlungsfähigkeit dieser Menschen stärken und sie in ihrer Lebensgestaltung unterstützen könnten. Die beiden Nachbarn waren Hannes Koch, CEO der Spitex Kriens,

und Cornelia Struchen, Geschäftsleiterin des Zentrums für Ergotherapie Luzern. Sie erkannten, dass ihre Beobachtungen und Erfahrungen aus der Berufspraxis Potenzial hatten für ein Forschungsprojekt, das die Bedürfnisse der Betroffenen wissenschaftlich erheben und die Ergebnisse für die Praxis nutzbar machen würde. Mit dieser Idee gelangten sie an Brigitte Gantschnig. Sie ist Professorin am Institut für Ergotherapie des Departements Gesundheit bei der ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften und leitet die Forschungsstelle des Instituts.

Einbezug aller Stakeholder

Die Kontaktaufnahme war die Geburtsstunde des Projekts «Präventive Wohnraumanpassung». Es ist am 1. Januar 2020 gestartet und dürfte pandemiebedingt mit leichter Verspätung in diesem Sommer abgeschlossen werden können. Zum Projektteam unter der Leitung von Brigitte Gantschnig gehört Thomas Ballmer, wissenschaftlicher

Mitarbeiter am Institut für Ergotherapie. Projektpartner sind nebst Hannes Koch und Cornelia Struchen zwei weitere Mitarbeiterinnen des Zentrums für Ergotherapie Luzern, Christa Wenger und Rebekka Wechner. Finanziert wird das Projekt über Eigenleistungen der Spitex Kriens, des Zentrums für Ergotherapie Luzern und der ZHAW sowie über Zuwendungen durch die Beisheim Stiftung in Baar und die Stiftung für Ergotherapie Zürich in Wettswil am Albis.

Das Projekt verfolge zwei Ziele, sagt Brigitte Gantschnig: «Erstens wollen wir die Bedürfnisse und Erfahrungen von älteren Menschen erheben, die möglichst lange selbstständig daheim leben möchten. Zweitens werden wir daraus im interprofessionellen Verbund eine ergotherapeutische Intervention definieren und evaluieren, welche die älteren Menschen in ihrem Vorhaben unterstützt.» Die Intervention soll so ausgestaltet werden, dass SpiteX-Organisationen sie in ihren Regelbetrieb aufnehmen können.

Im Sommer 2020 haben Brigitte Gantschnig und Thomas Ballmer zwei Fokusgruppen ins Leben gerufen und deren Mitglieder befragt. Die eine Fokusgruppe setzte sich aus zehn Klientinnen und Klienten der SpiteX Kriens zusammen, die chronisch krank sind und autonom in ihrem Zuhause weiterleben möchten. In der zweiten Fokusgruppe waren acht Fachpersonen des Gesundheits- und Sozialwesens, der Bereiche hindernisfreies Bauen und Architektur sowie Lokalpolitikerinnen und Lokalpolitiker vertreten. Der Einbezug eines so grossen Kreises geschehe bewusst, sagt Brigitte Gantschnig: «Unsere Forschung ist immer praxisorientiert. Damit die Umsetzung der wissenschaftlichen Erkenntnisse in die Praxis gelingt, involvieren wir stets alle betroffenen Stakeholder. Wir betreiben Forschung mit, nicht über Menschen.»

Fokusgruppengespräche ergaben auch Überraschendes

Eine der wichtigsten Feststellungen aus den Gesprächen mit den Mitgliedern der ersten Fokusgruppe ist laut Thomas Ballmer, dass die Betroffenen zwar möglichst lange autonom leben möchten, dies aber wider Erwarten nicht per se in ihren eigenen vier Wänden. «Die Autonomie hat Priorität. Um sie zu erhalten, nehmen ältere Menschen einen Umzug in eine barrierefreie Wohnung in Kauf.» Zudem stellte sich heraus, dass der Zugang zu Ressourcen – seien dies ein tragfähiges soziales Netzwerk, Informationen oder finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten – sehr ungleich verteilt ist. Eine weitere

Erkenntnis: «Die Betroffenen erarbeiten individuelle und kreative Strategien für den Umgang mit ihren Einschränkungen. Unsere Interventionen mussten dies berücksichtigen, damit sie akzeptiert wurden.» Als Beispiel nennt er einen Klienten,

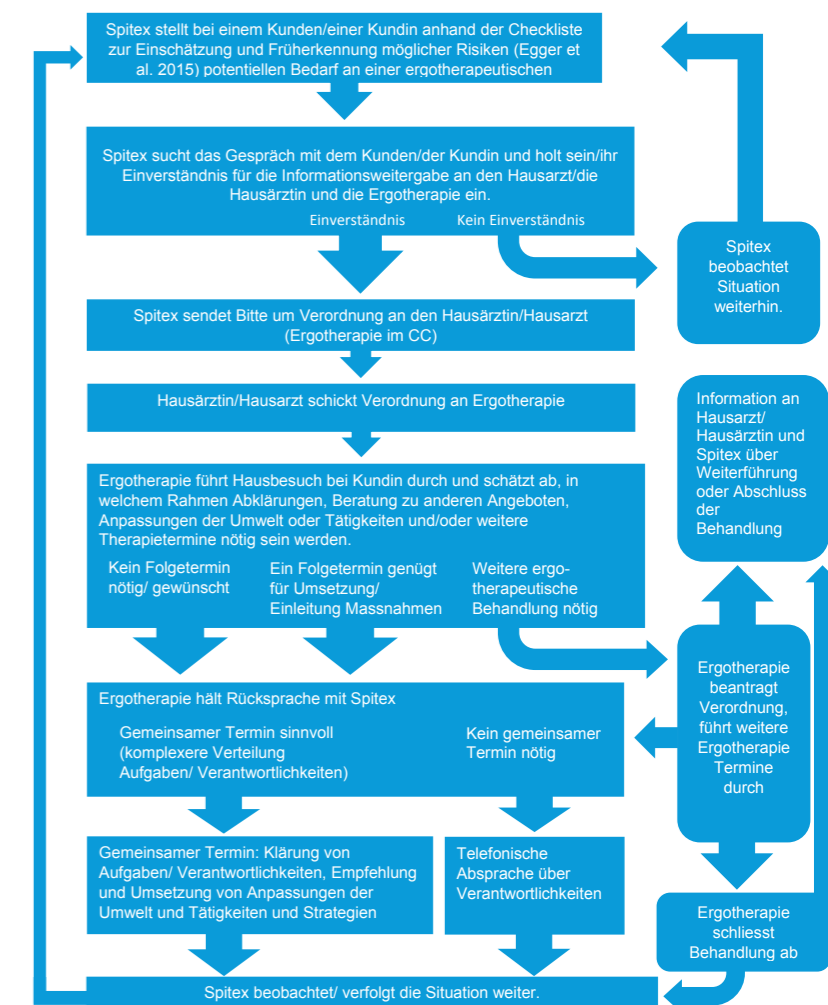
dem das Tragen eines Notfallknopfs empfohlen wurde. Der Betroffene lehnte diese Massnahme ab, weil sie nicht zu seiner Identität passe. Stattdessen platzierte

er in jedem Zimmer ein Funktelefon, damit er bei einem Sturz von überall her Hilfe anfordern könnte.

Die Gespräche mit den Teilnehmenden der Fokusgruppen brachten überdies zutage, dass die grössten Hürden für einen selbstständigen Verbleib in der Wohnung oder im Haus oft in der unmittelbaren Umgebung ausserhalb der eigenen vier Wände liegen. «Das Bewusstsein für eine hindernisfreie Gestaltung des öffentlichen Raums ist in unserer Gesellschaft noch zu wenig ausgeprägt. Baugeräte vor der Haustür oder ein erschwelter Zugang zum öffentlichen Verkehr können es

«Wir betreiben Forschung mit, nicht über Menschen.»

Brigitte Gantschnig, Projektleiterin



Welche Parteien bei präventiven Wohnraumanpassungen welche Aufgaben übernehmen, ist in diesem Prozessbeschrieb festgehalten. Abbildung: zvg

Menschen mit chronischen Erkrankungen verunmöglichen, weiterhin daheim zu wohnen», sagt Brigitte Gantschnig. Wenig unterstützend sei auch das föderalistische Gesundheits- und Sozialsystem der Schweiz, das zu Ungleichheiten führt: «Wer erst im Pensionsalter körperliche Einschränkungen erlebt, muss allfällige Massnahmen wie einen Elektrorollstuhl, eine Rampe oder einen verbesserten Türgriff selbst finanzieren. Bei Berufstätigen kommt hingegen die IV dafür auf.»

Drei Ebenen ergotherapeutischer Massnahmen

In enger Zusammenarbeit mit den am Projekt beteiligten Ergotherapeutinnen, Hannes Koch, der Pflegeexpertin Kathrin Gisler von der Spitex Kriens und weiteren Mitarbeitenden hat das Projektteam nach den Gesprächen in den Fokusgruppen eine ergotherapeutische Intervention konzipiert. Sie wurde an fünf Klientinnen und Klienten der Spitex Kriens getestet und daraufhin evaluiert. Die Intervention kann zu unterschiedlichen Empfehlungen führen. Möglich sind erstens Massnahmen auf der persönlichen Ebene. Dazu zählen etwa Trainings für ein verbessertes Gleichgewicht. Zweitens können Massnahmen auf der Tätigkeitsebene avisiert werden. Diese beinhalten eine Verhaltensänderung wie zum Beispiel einen einfacheren Weg zu einer Busstation oder das Deponieren des Abfallsacks in einem anderen Mülleimer, bei dem der Sack nicht so hoch angehoben werden muss. Die dritte Ebene betrifft die Anpassung der Umwelt. Hierunter fallen Massnahmen wie die Montage eines Haltegriffes im Bad oder der Einbau eines Treppenlifts. Mit dieser grossen Bandbreite an Gestaltungsmöglichkeiten geht das Projekt «Präventive Wohnraumanpassung» deutlich weiter als das grossangelegte Projekt «StoppSturz», das sich auf einen einzigen, allerdings wichtigen Aspekt fokussiert.

Zusammenarbeit mit Ergotherapie steht

Von den Projektbeteiligten gelobt wird die interprofessionelle Zusammenarbeit samt Einbezug der Klientinnen und Klienten: «Auf diese Weise lassen sich innovative Lösungen entwickeln, die einfacher in die Praxis übertragen werden können», ist Brigitte Gantschnig überzeugt. Für die Umsetzung in Kriens ist bereits gesorgt: In Zukunft soll die Intervention so durchgeführt werden, dass die Mitarbeitenden Betreuung und hauswirtschaftliche Unterstützung der Spitex Kriens als eine Art «Gatekeeper» beziehungsweise Türöffner fungieren. «Sie sind oftmals die einzigen Personen, welche zu älteren Menschen mit chronischen Krankheiten in deren Wohnumgebung Kontakt haben», sagt Hannes Koch. Ein Beispiel ist die ältere Frau, die sich bei einem Sturz den Oberschenkelhalsknochen gebrochen hat, deren Wunde verheilt ist und die deshalb keine Pflege mehr benötigt, nun aber Mühe beim Erledigen von alltäglichen Arbeiten wie Einkaufen oder Kochen hat. Beobachten die Mitarbeitenden Betreuung und hauswirtschaftliche Unterstützung bei einer gebrechlichen Person wie ihr Einschränkungen im Alltag, beurteilen sie deren Situation mit einer Checkliste. Je nach



«Unser Leitgedanke ist es, Menschen in ihrem autonomen Leben zu Hause zu fördern. Die Intervention kann hier viel leisten.»

Hannes Koch, CEO Spitex Kriens

Resultat sucht eine Pflegefachperson der Spitex Kriens die Klientin oder den Klienten auf und bespricht mit der Person mögliche Massnahmen. «Infrage kommen zum Beispiel eine ergotherapeutische Beratung, pflegerische Massnahmen oder eine Sozialberatung», sagt Hannes Koch. Fällt die Wahl auf eine ergotherapeutische Beratung, übermittelt die Spitex Kriens dem Hausarzt der Person eine teilausgefüllte Verordnung zur Vervollständigung. Mit dieser kann die Klientin oder der Klient sich an das Zentrum für Ergotherapie oder eine Ergotherapie ihrer Wahl wenden. Der gesamte Prozess ist in einem Prozessbeschreibung aufgezeichnet (vgl. Abbildung).

Ein neues Geschäftsfeld hat sich die Spitex Kriens mit der Beteiligung an der Intervention nicht erschlossen: Die ergotherapeutische Beratung im Rahmen der Intervention wird von Ergotherapeutinnen und Ergotherapeuten und nicht von Mitarbeitenden der Spitex durchgeführt. Da die Beratung auf ärztliche Verordnung hin erfolgt, übernehmen die Krankenkassen die Kosten dafür. Der Fokus auf den rein finanziellen Aspekt greife jedoch zu kurz, sagt Hannes Koch: «Unser Leitgedanke ist es, Menschen in ihrem autonomen Leben zu Hause zu fördern. Die Intervention kann hier viel leisten.»

Karin Meier

Spitex-Organisationen können den Prozessbeschreibung auch kostenlos bei Hannes Koch beziehen: hannes.koch@spitex-kriens.ch. Das «Spitex Magazin» wird in Ausgabe 6/2022 mit dem Fokusthema «Spitex und Prävention» genauer über Präventionsprojekte mit Beteiligung der Spitex berichten.