



# Gesundheit Antrittsvorlesung

## Mehr Pflegewissen braucht das Land

**Auch alte Menschen fühlen sich am wohlsten, wenn sie im Alltag selbständig sind und zu Hause wohnen. Da ihre Zahl stetig zunimmt, sind neue Modelle in der Gesundheitsversorgung gefragt. Eine Schlüsselrolle spielen dabei gut ausgebildete Pflegefachleute.**

Um an seine Medikamente zu denken, benutzt Herr Sutter seine beiden Hosensäcke: links am Mittag, rechts am Abend. Das ist einfach und klappt gut. Doch dann will ihm der Hausarzt ein weiteres Arzneimittel verordnen. «Das geht nicht, Herr Doktor», erwidert Herr Sutter. «Ich habe nur zwei Hosensäcke.»

Kreativ ist auch Frau Frey, um ihre Alltagsroutine zu bewerkstelligen. Sie hat im ganzen Haus Küchentimer verteilt, die sie auf jeweils zehn Minuten eingestellt hat. Sobald einer klingelt, weiss sie: Die nächste Verrichtung ist dran.

Frau Hediger benutzt einen weissen Stock, wenn sie im Supermarkt ihre Einkäufe erledigt. Ihre Augen sind zwar recht gesund, aber sie weiss genau: So werden die Leute eher Verständnis zeigen, wenn sie an der Kasse mit Bezahlen und Einpacken nicht nachkommt. Lieber ein körperliches Gebrechen vorschieben als sich dem Verdacht aussetzen, man leide an einer Alzheimer-Demenz.

### **Streben nach Autonomie und Selbständigkeit**

«Ich habe gestaunt, auf welche Ideen alte Menschen kommen, um Dinge nicht zu vergessen und ihren Alltag lebbar zu machen», sagt Professor Lorenz Imhof\*, der die drei Anekdoten in seiner Antrittsvorlesung am 8. Oktober 2012 am Institut für Pflege der ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften erzählte. Sutter, Frey und Hediger waren Teilnehmende einer Studie zum Thema Vergesslichkeit im Alter – in diesem Fall nicht zu verwechseln mit Demenz –, Imhofs «Pionierstück», mit welcher der Pflegeforscher 2003 an der University of California promoviert hat. Seine Schlüsse aus dieser Arbeit sowie aus den Studien, die er seither an der ZHAW geleitet hat, sind eindeutig: Auch im Alter und bei Krankheit streben Menschen nach Autonomie und Selbständigkeit, nach Integration in soziale Netzwerke. Denn «nur in dieser Gemeinschaft leben sie eben auch einen sinnvollen Alltag.» Damit dieser gelingt, müssen alte Menschen aber immer

wieder neues Wissen erwerben, neue Tätigkeiten einüben oder Veränderungen im sozialen Umfeld verhandeln. Für Pflegefachpersonen gelte es, dieses «Selfmanagement» alter Menschen im Alltag mitzutragen, betont Lorenz Imhof. «Die Pflege ist ein wichtiger Pfeiler in der integrierten Gesundheitsversorgung, heute schon und in Zukunft erst recht.»

### **Immer mehr alte Menschen**

Diese Zukunft hat bereits begonnen, wie etwa ein Blick in die Statistik der Spitex zeigt: In den vergangenen zehn Jahren hat sich das Volumen der Spitex-Pflegeleistungen nahezu verdoppelt, von 5,3 Millionen auf 10,3 Millionen Stunden pro Jahr; demgegenüber ist in diesem Zeitraum das Ausmass der Spitex-Haushalthilfe etwa gleich geblieben (5,4 Millionen Stunden 2011 gegenüber 5,3 Millionen Stunden 2001). Auch andere Zahlen lassen aufhorchen: Die Zahl der Menschen über 80 nimmt in der Schweiz wie auch im übrigen Europa stetig zu. 1950 betrug ihr Anteil an der Bevölkerung 1,1 Prozent, 2011 waren es bereits 4,7 Prozent (total 382'500). Bis 2060 wird sich der Anteil an über 80-Jährigen schweizweit auf 11,9 Prozent ausweiten. Heute ist jede zwanzigste Person 80 Jahre und älter, 2060 wird es jede neunte sein. «Das bedeutet unter anderem, dass die Zahl der pflegebedürftigen Menschen zunehmen wird», erklärt Lorenz Imhof. Die Daten zeigten, dass im Alter zwischen 80 und 84 Jahren jede sechste Person auf Pflege angewiesen sei, jenseits des 85. Altersjahrs bereits jede dritte.

### **Neue Versorgungsmodelle sind gefragt**

Die demographische Entwicklung stellt die medizinische Grundversorgung auch hierzulande vor Probleme. Es seien «neue Versorgungsmodelle» gefragt, befand im April 2012 eine Arbeitsgruppe der Gesundheitsdirektorenkonferenz und des Bundesamtes für Gesundheit. Die Lösung lautet «integrierte Versorgung»: Medizinisch und pflegerisch notwendige Leistungen sollen, so der Bericht, «im richtigen Setting vom geeignetsten Leistungserbringer erbracht werden und optimal auf den Bedarf des Patienten respektive der Patientin zugeschnitten sein». Etwas weniger sperrig: Für die integrierte Gesundheitsversorgung ist es am besten, wenn sich Hausärzte und Pflegefachpersonen ergänzen. Damit alte Menschen möglichst lange und bei guter Lebensqualität zu Hause wohnen können.

### **Pflegefachpersonen beeinflussen Krankheitsverlauf**

Dabei hat die Pflege gegenüber früher eine komplexere Funktion übernommen, wie Lorenz Imhof darlegt: «Heute haben Pflegefachpersonen einen direkten Bezug zu medizinischen Handlungen, indem sie zum Beispiel eigene klinische Untersuchungen vornehmen oder therapeutische Massnahmen begleiten. Das heisst, wir reagieren nicht nur auf Krankheit, sondern beeinflussen auch deren Verlauf.» Darüber hinaus habe die Pflege in der integrierten Versorgung eine zweite wichtige Aufgabe: die negativen Auswirkungen, welche das Kranksein bei alten Menschen auf einen «gelingenden Alltag» zu Hause habe, zu verringern.

### **Studie zur Generation 80Plus**

Wie das konkret funktioniert, hat Imhofs Projekt «SpitexPlus» gezeigt, welches das Institut für Pflege zwischen 2008 und 2011 im Auftrag der Stadt Winterthur durchgeführt hat. Mit 461 Teilnehmenden, die meisten von ihnen Frauen, erfasste diese Studie erstmals in der Schweiz die Wohn- und Lebenssituation sowie die Gesundheit und sozialen Netzwerke der Generation 80Plus. Und sie untersuchte, wie sich Hausbesuche von spezialisierten Pflegefachpersonen, sogenannten Pflegeexpertinnen-APN (Advanced Practice Nurses), auf die Befindlichkeit der Teilnehmenden auswirkt. Diese individuelle Beratung erstreckte sich über neun Monate und umfasste vier Hausbesuche sowie drei Telefongespräche. In den Begegnungen gingen die Fachfrauen mit viel Einfühlungsvermögen und Know-how die Themen an, die bei über 80-Jährigen häufig sind. Sie sprachen über gesundheitliche Probleme (Schmerzen, Sturzgefahr) ebenso wie über Familienangelegenheiten, Ernährungsfragen oder – auch hier – die Vergesslichkeit. Die Resultate zeigen: Die Generation 80Plus profitiert vom Einsatz der Pflegeexpertinnen. Die Teilnehmenden der Studie litten gegenüber der Kontrollgruppe weniger häufig unter akuten gesundheitlichen Problemen und sie fühlten sich zu Hause sicherer und selbständiger. Die Anzahl Stürze sowie auch die Einlieferungen in ein Spital reduzierten sich.

### **Fachleute in der Pflege sind gefragt**

«Solche Pflege-Interventionen sind hochkomplex», betonte Professor Imhof anlässlich seiner Antrittsvorlesung. «Um Lösungen für zum Teil sehr schwierige Probleme zu finden, braucht es das Wissen und die entsprechende Ausbildung; denn es versteht sich nicht von selbst, wie alte Menschen mit bestimmten Krankheiten zu Hause leben und wie ihre Leiden sich entwickeln.» In anderen Worten: Die Schweiz benötigt mehr gut ausgebildete Fachleute in der Pflege, und sie benötigt auf diesem Feld auch mehr Wissen. Das Tor für die Pflegeforschung ist nicht nur an der ZHAW weit offen.

Zur Person:

\*Lorenz Imhof ist Dr. der Pflegewissenschaft und seit 2006 Forschungsleiter im Institut für Pflege am Departement Gesundheit der ZHAW. 2011 hat ihn der Fachhochschulrat der ZFH zum Professor ZFH (Zürcher Fachhochschulen) ernannt. Seine Forschungsschwerpunkte liegen unter anderem in der gemeindenahen integrierten Versorgung und in der gerontologischen Pflege.

Irène Dietschi, Oktober 2012