

# 2/20 APPROPÓS

BEEKEEPER-  
GEWINNSPIEL

*Gewinnen Sie ein  
neues iPhone 11!*

CORONA SPECIAL

## MASKENPFLICHT, HOMEOFFICE UND CO.

Wie Mitarbeitende die Corona-  
Pandemie bisher erlebt haben.

Seite 5

CORONA SPECIAL

## WAS DIE HELDINNEN UND HELDEN WIRK- LICH BRAUCHEN

Mit Applaus ist es nicht getan.  
Wie bleibt der Pflegeberuf attraktiv?

Seite 8

CORONA SPECIAL

## SOCIAL MEDIA: KONTAKT TROTZ CORONA

Wie Social Media die Kommuni-  
kation verändert hat.

Seite 18

## LIEBE LESERINNEN UND LESER

Dies ist eine etwas besondere Ausgabe von APROPOS. Weil dieses Jahr bisher fast durchgehend unter dem Zeichen von Corona stand und jede und jeder von uns sowohl bei der Arbeit als auch privat in irgendeiner Form von der Pandemie betroffen ist, hat sich die Redaktion für eine Corona-Spezialausgabe entschieden. Dabei war uns wichtig, dass wir den Fokus darauf legen, was wir aus dieser Krise lernen können.

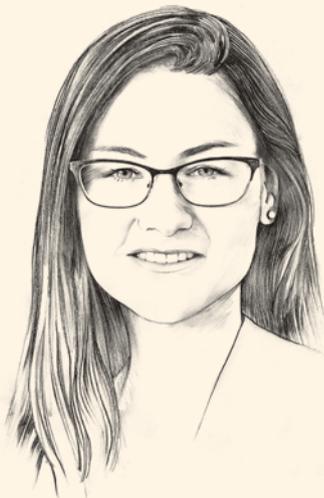
Am meisten hat uns natürlich interessiert, wie unsere Kolleginnen und Kollegen aus unterschiedlichen Bereichen diese herausfordernde Zeit erlebt haben und ob sie ihr etwas Positives abgewinnen können. Und tatsächlich: Trotz der Schwierigkeiten, die Corona mit sich bringt, hat es offenbar auch schöne Momente gegeben. Lesen Sie dazu die Kurzporträts ab Seite 5. Auf INSIDE finden Sie übrigens noch mehr von den individuellen Geschichten!

Da das «Corona-Jahr» gleichzeitig auch das Internationale Jahr der Pflegenden und der Hebammen ist, haben wir uns speziell diesen Berufsgruppen gewidmet und bei Yvonne Frick und Sebastian Drews, den Co-Leitenden Pflegemanagement, nachgefragt, was getan werden muss, damit der Pflegeberuf nicht an Attraktivität verliert. Mehr dazu ab Seite 8.

Ich wünsche Ihnen eine spannende Lektüre!



Andrea Klemenz  
Chefredaktorin



CORONA-SPECIAL	03	<b>Die Digitalisierung bekommt Flügel</b> Weshalb wir die digitalen Möglichkeiten besser nutzen müssen.
CORONA-SPECIAL	04	<b>Together we care – jetzt erst recht!</b> Die solidarischen Aktionen im Überblick.
CORONA-SPECIAL	05	<b>Maskenpflicht, Homeoffice und Co.</b> Wie Mitarbeitende die Corona-Pandemie erlebt haben.
CORONA-SPECIAL	08	<b>Was die Heldinnen und Helden wirklich brauchen</b> Mit Applaus ist es nicht getan. Wie der Pflegeberuf attraktiv bleiben kann.
CORONA-SPECIAL	12	<b>«Wir sind resilienter, als wir glauben»</b> Wieso resiliente Mitarbeitende für Unternehmen wichtig sind.
CORONA-SPECIAL	14	<b>Das Risk Management als Co-Pilot</b> Wie das Riskmanagement die Bewältigung der Krise begleitet hat.
CORONA-SPECIAL	16	<b>Verlässliche Unterstützung in der Krise</b> Spitalapothekerinnen und -apotheker als wichtige Partner in der Klinik.
CORONA-SPECIAL	18	<b>Social Media – Kontakt trotz Corona</b> Wie Social Media während der Pandemie die Kommunikation verändert hat.
ÜBER DEN TELLERRAND	21	<b>Faszination Darm</b> Mehr als ein Verdauungsorgan: Was unser Darm alles kann. Mit Quiz!
GESUNDHEIT	24	<b>Schmerz lass nach!</b> Adrian Gertsch ist dank «Schmerzschrittmacher» endlich schmerzfrei.
GUTE FRAGE!	26	<b>Was steckt hinter müden Beinen?</b>
DAS LETZTE WORT	27	<b>Wir sind auf Kurs</b>
GEWINNSPIEL	28	<b>Ihr bester Life Hack</b>

APROPOS-Ausgabe 2/2020, Oktober 2020 | APROPOS erscheint zweimal jährlich auf Deutsch und Französisch und wird an die Mitarbeitenden der Privatklinikgruppe Hirslanden verschickt.  
Auflage: 13 500 | Herausgeber/Redaktion: Hirslanden AG, Corporate and Marketing Communications, Boulevard Lillienthal 2, 8152 Glattpark; 044 388 75 85; apropos@hirslanden.ch | Grafik/Layout: NeidhartSchön AG | Druck: Kromer AG | Autoren: Christine De Kegel, Claudia Morach, Andrea Klemenz | Übersetzungen: Acolad | Titelbild: Anna-Tina Weber-Tramer und Norania Leuenberger, Klinik Im Park



# DIE DIGITALISIERUNG BEKOMMT FLÜGEL

**Hirslanden hat die Corona-bedingten Herausforderungen bisher hervorragend gemeistert – dies vor allem dank dem guten Zusammenspiel zwischen Ärzteschaft, Mitarbeitenden und Management. Gleichzeitig haben die vergangenen Monate gezeigt, dass bei den digitalen Möglichkeiten noch viel Potenzial besteht. CEO Daniel Liedtke hat klare Vorstellungen.**

**T**ogether We Care – dieses Motto steht über der Hirslanden-Strategie und symbolisiert, dass wir es nur gemeinsam schaffen werden, die Zukunft des Gesundheitswesens in die Hand zu nehmen und wirklich etwas zu bewegen. Und dass dies keine leeren Worte sind, hat das Unternehmen in den vergangenen Monaten tatkräftig unter Beweis gestellt: Während der Corona-Pandemie haben wir unsere öffentliche Verantwortung in der Bewältigung der Krise wahrgenommen. Sei es, indem wir im Auftrag der Kantone eine COVID-19-Behandlungsstation betrieben oder indem wir die regulären Patientinnen und Patienten von öffentlichen Spitälern übernahmen, damit sich diese auf die Betreuung von COVID-19-Erkrankten konzentrieren konnten.

In den sozialen Medien und auf unserer Website haben wir Beiträge zur Aufklärung und Sensibilisierung der Bevölkerung publiziert und unsere Solidarität beispielsweise mit den Spendenaktionen «One Million Run» oder «Zäme für alli» bekundet. «Ich bin stolz darauf, dass wir diese herausfordernde Zeit gut gemeistert und uns gleichzeitig solidarisch gezeigt haben», sagte CEO Daniel Liedtke am letzten Mitarbeitendenforum. Schliesslich haben wir trotz Corona konsequent unsere Strategie weiterverfolgt und im vergangenen Geschäftsjahr wichtige Meilensteine erreicht: den Ausbau der ambulanten tageschirurgischen Kliniken, die Zusammenarbeit mit Hausärzten und Medbase sowie die Erweiterung unseres Netzwerkes, unter anderem mit dem



Kantonsspital Schaffhausen und dem Spital Lachen. Auch den Dialog mit unseren wichtigsten Partnern, der Hirslanden-Ärztenschaft, pflegen wir mittlerweile deutlich aktiver.

## WUNDER PUNKT DIGITALISIERUNG

Corona hat aber auch gezeigt, wo unsere Schwachstellen liegen: «Wir haben es lange versäumt, die digitalen Möglichkeiten aktiv zu nutzen», räumt Daniel Liedtke ein. Die digitale Transformation ist deshalb auch eine der sieben Stossrichtungen unserer Strategie. Neben einer gruppenweit einheitlichen Informatikplattform umfasst sie auch neue digitale Möglichkeiten, mit denen das medizinische Angebot erweitert und die Menschen direkt angesprochen werden sollen. «Die Nutzung von digitalen Werkzeugen motiviert die Menschen, ihre Gesundheit vermehrt selber in die Hand zu nehmen und zu steuern. Uns als Gesundheitsdienstleister ermöglichen sie, mit Kundinnen und Kunden in Kontakt zu bleiben – sowohl vor einem stationären oder ambulanten Aufenthalt als auch darüber hinaus», erklärt Daniel Liedtke. Er spricht bewusst auch von «Kunden», da im Rahmen des «Continuum of Care» nicht nur kranke, sondern alle Menschen mit Gesundheitsfragen entlang ihres gesamten Lebensweges von Hirslanden-Spezialisten beraten werden können.

Gerade in herausfordernden Zeiten ist es essenziell, mit den Menschen in Verbindung zu bleiben – und wenn der physische Kontakt plötzlich eingeschränkt wird, dann sind digitale Medien umso wichtiger. Viele haben während der Pandemie von einer medizinischen Behandlung abgesehen – aus Angst, sich mit dem Virus anzustecken oder das Gesundheitssystem zu belasten. Als Sofortmassnahme hat Hirslanden die bestehende Healthline für die Öffentlichkeit zugänglich gemacht. «Damit wollten wir sicherstellen, dass Menschen, die eine Beratung oder Behandlung benötigen, diese auch bekommen», sagt Daniel Liedtke. «Rückblickend war das ein grosser Erfolg!»

## HIRSLANDEN-APP GEPLANT

Corona hat das Bedürfnis nach digitalen Lösungen verstärkt und der Digitalisierung insgesamt Auftrieb gegeben. Noch in diesem Geschäftsjahr wird Hirslanden eine App im Bereich Digital Health lancieren. Mit dieser App werden Nutzerinnen und Nutzer unabhängig von Zeit und Ort zum Beispiel Symptome selber überprüfen, im Bedarfsfall digitale medizinische Beratung in Anspruch nehmen sowie einen Arzttermin anfragen können. «Mit dieser App wollen wir die Menschen dort erreichen, wo sie sich gerade befinden: zu Hause, beim Sport, in der Freizeit oder im Büro», erklärt Daniel Liedtke. «Damit bieten wir raschen Zugang für alle Gesundheitsfragen und unterstützen dabei unsere Ärzteschaft in ihrer Tätigkeit.» ■

Andrea Klemenz

## TOGETHER WE CARE - JETZT ERST RECHT!

Die Coronavirus-Pandemie und insbesondere die Zeit des Lockdowns haben von uns allen einiges abverlangt hat. Für einige Personen war sie aber aus gesundheitlichen, wirtschaftlichen oder anderen Gründen besonders hart. Umso schöner waren die zahlreichen Solidaritätsbekundungen aus der Bevölkerung und von Unternehmen. Auch die Hirslanden-Mitarbeitenden haben sich sehr solidarisch gezeigt, wie einige Aktionen beispielhaft zeigen.



### ONE MILLION RUN - AUS DEM LOCKDOWN LAUFEN

Am Wochenende vom 30./31. März 2020 fand in der ganzen Schweiz der One Million Run statt. Auch Hirslanden hat sich beteiligt und die zurückgelegten Kilometer des Hirslanden-Teams in Franken gespendet. In der ganzen Schweiz haben 97699 Personen mitgemacht und während 48 Stunden 1124737 km mit Laufen, Spazieren oder Wandern zurückgelegt! Das Hirslanden-Team hat mit 191 Teilnehmenden 2261 Kilometer geschafft.



### FREIWILLIGES HILFSPERSONAL

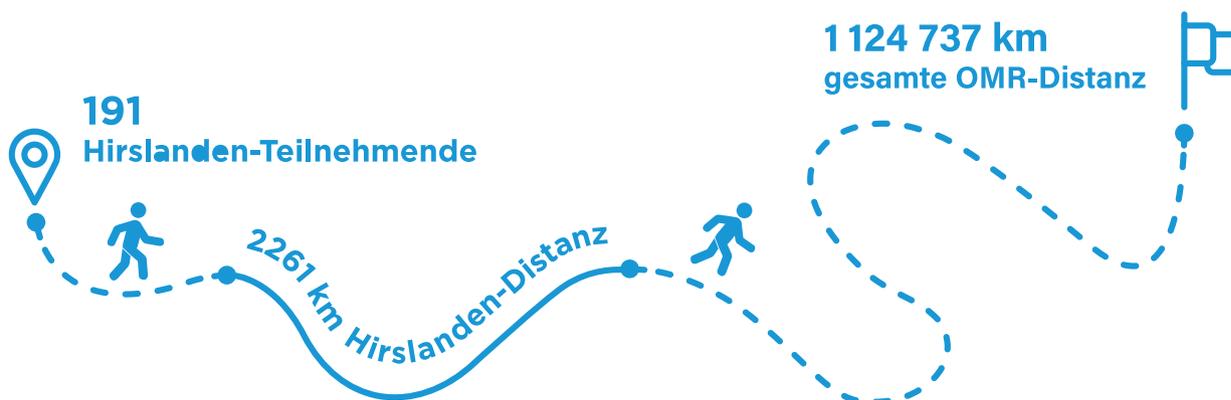
Da zu Beginn der Pandemie noch unklar war, wie hoch die Auslastung in den Kliniken sein wird, wurden zur Unterstützung des Klinikpersonals Mitarbeitende mit und ohne medizinischen Hintergrund gesucht, die aushelfen könnten, falls sich die Lage zuspitzen und es zu personellen Engpässen kommen würde. Auf den Aufruf haben sich 1241 Personen gemeldet.



### ZÄME FÜR ALLE» - UNKOMPLIZIERTE SOFORTHILFE FÜR BETROFFENE

Im Rahmen der Aktion «Zäme für alle» haben die Mitarbeitenden von Hirslanden, die Konzernleitung sowie die Hirslanden-Partnerärztinnen und -ärzte insgesamt 250 000 Franken an die Stiftung «I care for you» gespendet. Das Geld kommt Menschen zugute, die wegen der Corona-Krise in ihrer wirtschaftlichen Existenz bedroht sind. ■

Andrea Klemenz



# MASKENPFLICHT, HOME-OFFICE UND CO.

**Wir alle waren in der einen oder anderen Form von der Corona-Pandemie und deren Auswirkungen betroffen. Unter anderem musste sich auch die Arbeitswelt den Massnahmen zur Bewältigung der Pandemie beugen, was einige Veränderungen mit sich brachte. Wir haben bei unseren Mitarbeitenden nachgefragt, welche Veränderungen wegen Corona sie in ihrem Arbeitsalltag erlebten und wie es ihnen dabei ergangen ist.**



**Franziska Hodel**

Pflegefachfrau HF, LinkNurse Infektionsprävention,  
AndreasKlinik Cham Zug



**Céline Jaissle**

Leiterin Anästhesiepflege, Klinik Hirslanden

Bereits Ende Februar haben wir uns im LinkNurse-Hygiene-team Gedanken gemacht, wie wir uns am besten auf das noch unbekanntere, aber sehr beängstigende Coronavirus vorbereiten sollten. Mein Team und ich haben uns dafür starkgemacht, dass wir Patienten bereits am Eingang triagieren. Bilder und Berichte aus China und Italien hatten uns sehr besorgt. Der Kanton Zug entschied bereits Anfang März, dass das Kantonsspital zum Coronaspital wird und die Andreas-Klinik die Grundversorgung im Kanton sicherstellen soll. Wir im Notfallteam haben Szenarien ausgearbeitet, wie wir den Betrieb im Notfall aufrechterhalten können. Doch dann kam alles anders: Elektive Operationen wurden verboten, wir mussten in Kurzarbeit. Viele Notfälle blieben aus, da die Menschen die Spitäler mieden wegen falscher Vorstellungen von überfüllten Notfallstationen und der Angst vor einer Ansteckung. Die Klinikleitung führte Mitte März eine Zutrittsbeschränkung ein. Patienten kamen von da an ohne Begleitperson auf den Notfall. Einerseits finde ich diese Regelung im Alltag erleichternd, da ich mich auf den Patienten konzentrieren kann und nicht noch Angehörige beruhigen muss. Andererseits können so wichtige Details zur Krankengeschichte verloren gehen. Ich bin froh, dass wir seit Anfang Juli in der AndreasKlinik ein Testcenter für Covid-Abstriche haben. Das hat den Betrieb auf der Notfallstation etwas entlastet und das Ansteckungsrisiko für Mitpatienten und Pflegende wurde reduziert. Die Aufnahme in den Notfall wurde auch vereinfacht, da ein Verdachtsfall nicht mehr im Stress isoliert werden muss. Die ganze Krise hat mir gezeigt, wie sehr die Medizin im Wandel der Zeit steht und dass der Pflegeberuf im Gesundheitssystem gestärkt werden muss.

Corona ist für mich vergleichbar mit einem Tsunami. Man sieht, wie sich das Wasser langsam zurückzieht, und weiss nicht, ob, wann und wie die Welle kommen wird. Praktisch von heute auf morgen haben sich sämtliche Prioritäten komplett verschoben. Was selbstverständlich war und reibungslos funktioniert hat, stellte plötzlich eine grosse Herausforderung dar, beispielsweise das Thema Material-sicherheit. Wir haben alles versucht, um uns, so gut es ging, auf das Schlimmste vorzubereiten, und gleichzeitig waren wir bemüht, ein bisschen «Normalität» aufrechtzuerhalten. Unser OP-Betrieb wurde auf acht Säle reduziert, da nur noch dringende Operationen durchgeführt werden durften. Das hatte grosse Auswirkungen auf unsere Personalplanung. Gleichzeitig haben wir in sehr enger Zusammenarbeit mit den Anästhesisten und Intensivmedizinerinnen, der IPS und Vertretern der Schulthess-Klinik einen Notfallplan ausgearbeitet, der eine Erweiterung der Intensivstation vorgesehen hätte. Die Schulthess-Klinik stellte uns Beatmungsgeräte und Personal zur Verfügung, das wir bei uns auf der Intensivstation einarbeiteten. Zu sehen, wie unbürokratisch und unkompliziert über die eigene Hausgrenze hinaus zusammengearbeitet wurde, machte Mut. Auch der enge Austausch in den interdisziplinären Teams der Klinik war sehr wertvoll und hat uns geholfen, diese aussergewöhnliche Zeit zu meistern. Ein weiteres spannendes Phänomen war die Stimmung im OP. Die Atmosphäre war viel ruhiger, genauso der Umgangston. Es herrschte deutlich weniger Hektik und Stress. Insgesamt war die Arbeitsatmosphäre sehr angenehm und kollegial. Der Rückhalt und die Bereitschaft in meinem Team, noch mehr zu leisten, war riesig! So gab es beispielsweise Mitarbeiterinnen im Teilzeitpensum, denen >

› auf einmal die Kinderbetreuung wegfiel und die dennoch versicherten: «Wenn ihr mich braucht, dann kann ich auch 100 Prozent arbeiten, weil mein Beruf jetzt wichtiger ist als der meines Mannes.» Natürlich gab es auch weniger erfreuliche Erfahrungen, aber die positiven überwiegen ganz deutlich.

Ich würde mir wünschen, dass die Krise Anlass gibt, unsere Abhängigkeit vom Ausland betreffend Material und Medikamente zu überdenken. Es sollten auch nachhaltigere Alternativen geprüft werden. Insgesamt bin ich überzeugt, dass uns die Krise unglaublich viele Chancen bietet, und hoffe, dass ein Teil davon genutzt wird. Mein persönlicher Wunsch ist es, dass diese neuen Beziehungen und die interdisziplinäre Zusammenarbeit weiterhin eine zentrale Rolle spielen, ganz nach dem Motto «Together we care».



**Monika Güntensperger**

Co-Leiterin Public Affairs, Corporate Office

Durch die vermehrte Arbeit im Homeoffice hat sich mein Arbeitsalltag spürbar verändert, was sich bereits beim Start in den Tag zeigt. Während ich morgens normalerweise nach einstündigem Arbeitsweg inkl. Zeitungslektüre im Corporate Office ankomme, beginne ich im Homeoffice bereits viel früher mit der Arbeit. Im Bereich Public Affairs finden normalerweise zahlreiche Aussenkontakte statt, die während des Lockdowns gänzlich ausgefallen sind und nun schrittweise, wenn auch zum Teil noch virtuell, wieder aufgenommen werden. Die Lernkurve, was mobiles Arbeiten angeht, war in den vergangenen Monaten steil: Neue Meeting-Tools und Kommunikationskanäle wurden zur Routine. Homeoffice ermöglicht mir mehr Flexibilität im Alltag, was ich als sehr positiv empfinde.

Deutlich gefehlt hat mir der persönliche Kontakt zu Kolleginnen und Kollegen, aber auch zu externen Stakeholdern. Der zwischenmenschliche Aspekt, den ich für den inneren Zusammenhalt eines Unternehmens als zentral erachte – wie der kurze Austausch am Rande von Meetings, auf dem Gang oder während der Kaffeepause –, kam zu kurz. So bin ich nun froh, können Meetings vor Ort teilweise wieder durchgeführt werden, was in meiner Arbeit gerade auch für die Netzwerkpflge von zentraler Bedeutung ist. Als persönliches Learning nehme ich aus der Coronakrise mit, mich in vielen Aspekten auf das Wesentliche zu konzentrieren.



**Ardian Cetta**

Teamleiter Pflegeexperten, Klinik St. Anna

Auf einmal hiess es nur noch Covid-19 von allen Seiten. Die Corona-Pandemie hat viele Prozesse gebremst und das Alltägliche hatte keine Priorität mehr, aber dafür haben sich mir neue Möglichkeiten geboten. Ohne Corona hätte ich vielleicht nicht die Gelegenheit gehabt, als neuer Teamleiter so schnell und intensiv mehr organisatorische Aufgaben zu übernehmen und bei Krisensitzungen mitzuwirken. Ich werde nie vergessen, wie diese Sitzungen zu Beginn waren: Wir waren alles Anfänger im Kampf gegen dieses aussergewöhnliche Virus. Doch die Zusammenarbeit war sehr harmonisch und der Austausch im interdisziplinären Team extrem wertvoll. Dazu kam, dass ich Covid-19-Tests bei Mitarbeitenden und Patienten durchführte. Trotz Schutzausrüstung waren die Gespräche sehr spannend und emotional. Klar waren Angst und Unsicherheit zu spüren, aber auch viel Vertrauen und Dankbarkeit, die ich so noch nie erlebt habe. Das hat mich gestärkt und noch mehr motiviert, diese Aufgabe zu meistern. Covid-19 hat bei mir als neuer Mitarbeiter vieles gebremst, aber auf der anderen Seite auch viele neue Horizonte eröffnet und das Wir-Gefühl in der Klinik noch stärker werden lassen.



**Christophe Bontaz**

Pharmaassistent, Clinique des Grangettes

Ich bin seit 2013 für das Zentrallager der Clinique des Grangettes verantwortlich. Die Covid-19-Pandemie hat meinen Berufsalltag stark verändert: Neben meinen gewöhnlichen Aufgaben musste ich mich zusätzlich auf die Besorgung von PSA (Operationsmasken, Schutzmäntel, Handschuhe etc.) fokussieren. Dank der engen Zusammenarbeit mit meinem Vorgesetzten, Benoît Lempereur, haben wir diese aussergewöhnliche Zeit sehr gut bewältigt! Ebenfalls hat uns die enorme Solidarität und Hilfe zwischen den verschiedenen Bereichen der Klinik geholfen. Diesen Zusammenhalt möchte ich gerne beibehalten. Beispielsweise mussten wir Händedesinfektionsmittel wiederaufbereiten, woran sich jeder von sich aus beteiligt hat. Für mich war diese Solidarität ein sehr positives Erlebnis aus dieser besonderen Zeit.

**Judith Zimmermann**

Abteilungsleiterin Bettenabteilung  
3.1/3.2, Hirslanden Klinik Aarau

**Dagmar Schenk**

Teamleiterin Bettenabteilung 3.1,  
Hirslanden Klinik Aarau

**Christine Iten**

Teamleiterin Bettenabteilung 3.2,  
Hirslanden Klinik Aarau



Unsere Station wurde Anfang April zur Covid-19-Station. Das hat unseren ganzen Alltag verändert. Dagmar und Christine waren damit beschäftigt, ein Betriebskonzept für die Covid-19-Station zu entwickeln, die Station einzurichten und die Mitarbeitenden zu schulen in Sachen Sicherheitsausrüstung. Judith war zuständig für die Personalplanung. Es brauchte Verstärkung, um den Betrieb auf der Station gewährleisten zu können. Es gab viele Sorgen und Ängste im Team vor allem hinsichtlich des knappen Schutzmaterials. Alle Mitarbeitenden haben trotzdem einen tollen Job gemacht und sich sehr flexibel gezeigt, wenn es darum ging, mehr Dienst zu leisten. Es war wichtig, dass wir in dieser schwierigen Situation für unser Team da gewesen sind. Die Krise hat uns aber auch zusammenschweisst: Die Zusammenarbeit und die gegenseitige Unterstützung waren sehr stark, auch mit anderen Bereichen wie der Reinigung und den Hygieneverantwortlichen. Dieser Austausch war sehr wichtig für uns und wir konnten uns zu 100 Prozent auf die anderen verlassen. Einzelkämpfer hatten keine Chance auf der Quarantänestation, echter Teamgeist war gefragt!

In einem Aufenthaltsraum auf der Station haben wir eine Wohlfühloase für unsere Mitarbeitenden eingerichtet. Ein Rückzugsort, wo man die Maske ausziehen und durchatmen konnte. Ohne dass wir gefragt haben, lieferte das Küchenteam Verpflegung in diesen Raum. Das war eine sehr schöne und berührende Geste, die uns und dem Team eine grosse Unterstützung war.

Diesen starken Teamgeist nehmen wir mit in die Zukunft. Die Zusammenarbeit heute ist besser, als sie es vor Corona war. Der Hygienestandard hat sich auch verbessert, obwohl er schon vorher sehr hoch war. Wir denken, dass das auch so bleiben wird, weil die Gesellschaft für Hygienethemen sensibler geworden ist. Es war eine schwere Zeit, aber auch eine lehrreiche. ■

# WAS DIE HELDINNEN UND HELDEN WIRKLICH BRAUCHEN

Die Pflegenden und die Hebammen haben im Jahr 2020 sowohl wegen der Corona-Pandemie als auch im Rahmen des «Jahres der Pflegenden und Hebammen» besondere Aufmerksamkeit erhalten. Doch damit ist es nicht getan. Damit die Berufsgruppen ihre Arbeit weiterhin mit Freude ausüben können, brauchen sie moderne Arbeitsbedingungen und einen höheren Stellenwert.



Damit der Pflegeberuf weiterhin attraktiv bleibt, braucht es gemäss den Co-Leitenden Pflegemanagement Yvonne Frick und Sebastian Drews unter anderem modernere Arbeitsbedingungen.

Zu Beginn der Coronakrise wurden sie gefeiert, bewundert und beklatscht. Die Pflegenden waren die Heldinnen und Helden, die an der Front gegen das neuartige Coronavirus kämpften und ihre Gesundheit dabei aufs Spiel setzten. Wir anderen sagten «Danke» und blieben zuhause, damit sie ihre Arbeit tun konnten. Schon bald verlangte der Berufsverband für Pflegefachkräfte SBK, dass den Lobeshymnen auch Taten folgen müssen, sprich höhere Löhne, bessere Arbeitsbedingungen sowie eine Stärkung der Ausbildung – Forderungen, die der SBK auch in der Pflegeinitiative stellt. Hat die

Coronakrise diesen Forderungen und dem Selbstbewusstsein der Pflege nachhaltig Aufwind verliehen? Nein, findet Sebastian Drews, Leiter Pflege der Klinik Im Park. Zusammen mit Yvonne Frick, Leiterin Pflege an der Klinik Stephanshorn, hat er seit Mai die neue Funktion Co-Leitung Pflegemanagement inne. «Die Applausaktion ist beim Pflegepersonal zwar gut angekommen», sagt er. «Doch die anschließende Debatte um die Kurzarbeit und ein angebliches Zuviel an Pflegepersonal in den Spitälern haben schlussendlich viele trauriger gemacht.» Yvonne Frick findet es zudem taktisch nicht geschickt, wenn der Berufsver-

band die Corona-Pandemie nutzt, um auf Missstände aufmerksam zu machen. «Natürlich müssen wir für unsere Anliegen eintreten, aber wir können die Schlagkraft unserer Berufsgruppe besser nutzen.» Was es laut der Co-Leitung Pflegemanagement wirklich braucht, damit der Pflegeberuf weiterhin attraktiv bleibt, können Sie im Interview auf den folgenden Seiten lesen. Zudem erfahren Sie, wie Hirslanden zur Pflegeinitiative steht und wie das «Jahr der Pflegenden und Hebammen» bei Hirslanden begangen wird. ■

Andrea Klemenz

# «UNSERE AUFGABE IST ES, BRÜCKEN ZU SCHLAGEN»

**Seit Mai 2020 haben Yvonne Frick und Sebastian Drews die Co-Leitung Pflegemanagement inne. Damit hat die grösste Berufsgruppe einen besseren Draht in die Konzernleitung und kann pflegerischen Themen gezielter platzieren.**

***Neben eurer Funktion als Co-Leitung Pflegemanagement leitet ihr beide den Bereich Pflege in eurer Klinik und seid somit am Puls der Pflege. Was beschäftigt die Berufsgruppe aktuell am stärksten?***

**Sebastian Drews:** Ein Thema, das die Pflegenden stark beschäftigt, ist das Arbeiten auf Augenhöhe im Partnerarztsystem (Anm. d. R.: früher als Belegarztsystem bezeichnet), also die Frage, wie wir die partnerschaftliche Zusammenarbeit zwischen Pflege und Ärzteschaft in den Griff bekommen, damit schlussendlich die Patientinnen und Patienten optimal versorgt werden können.

**Yvonne Frick:** Die Verantwortlichkeit im Partnerarztsystem ist auch bei uns ein Thema. Die Pflegenden benötigen eine hohe Fachkompetenz und tragen eine grosse Verantwortung, da die Ärztin oder der Arzt nicht immer vor Ort ist. Auch das Thema Fachkräftemangel beschäftigt uns. Wir sind sehr gefordert, reizvolle Arbeitsbedingungen und die auslastungsbezogene Personalisierung zu vereinen bei einem gleichzeitig sehr trockenen Markt.

**Sebastian Drews:** In letzter Zeit war auch Corona immer wieder ein Thema, gerade hinsichtlich der öffentlichen Diskussion, ob man in der Schweiz angesichts der Kurzarbeit nicht zu viel Pflegepersonal hat, was natürlich nicht

stimmt. Diese Art der Diskussion kommt bei den Pflegenden nicht gut an.

***Im Moment ist noch die Pflegeinitiative im Parlament hängig. Welche Aspekte findet ihr aus Pflegesicht besonders wichtig?***

**Yvonne Frick und Sebastian Drews:** Der zentrale Punkt für uns ist die Stärkung der Ausbildung. Unser Engagement in die Ausbildung ist die Pflege von morgen und wirkt dem Fachkräftemangel entgegen. Zudem wäre es aus Patientensicht ein Gewinn, wenn die Pflege gewisse Dienstleistungen eigenständig vornehmen darf, ohne erst die ärztliche Verordnung einzuholen. Das betrifft klare pflegerische Kompetenzen und hauptsächlich den ambulanten Sektor, zum Beispiel die Spitex.

***Was braucht es generell, um die Attraktivität des Pflegeberufs zu stärken?***

**Yvonne Frick:** Attraktive Arbeits- und Anstellungsbedingungen sind das A und O. Dabei geht es nicht in erster Linie um den Lohn, sondern um flexible und moderne Arbeitsmodelle. Ich denke hier an Jobsharing oder an die Möglichkeit, auch mit einem Teilzeitpensum eine Führungs- oder Zusatzfunktion auszuüben. In gewissen Funktionen ist auch Homeoffice sinnvoll, z.B. in der Führung oder der Ausbildung. Hier hat die Pflegebranche grosses Potenzial.

**Sebastian Drews:** Es ist auch wichtig, dass man den Pflegenden attraktive digitale Hilfsmittel zur Verfügung stellt, die sie darin unterstützen, ihre Arbeit effizient auszuführen und mehr Zeit für die Patienten zu haben. Gewisse Kliniken arbeiten noch vollständig auf Papier; gerade jüngere Pflegefachpersonen akzeptieren das nicht mehr. Zudem möchte ich auch noch eine faire Entlohnung anführen, das heisst, die >

## ZU DEN PERSONEN



### YVONNE FRICK

Leiterin Pflege, Klinik Stephanshorn, St. Gallen, und Co-Leiterin Pflegemanagement Hirslanden-Gruppe

Yvonne Frick ist Pflegefachfrau mit einem Master in Pflege mit Schwerpunkt Public Health & Management. Seit 2016 ist sie Leiterin Pflege der Klinik Stephanshorn. Bei Hirslanden engagiert sie sich in den Bereichen Pflegequalität, Pflegeorganisation, Digitalisierung in der Pflege sowie in der Bereichssteuerung mit Kennzahlen der Leistungserfassung von Pflegeleistungen.



### SEBASTIAN DREWS

Leiter Pflege, Klinik Im Park, Zürich, und Co-Leiter Pflegemanagement Hirslanden-Gruppe

Sebastian Drews ist dipl. Experte Intensivpflege mit einem Bachelor in Pflegemanagement. Seit Anfang 2019 ist er Leiter Pflege an der Klinik Im Park. Er hat im Sommer 2020 einen Executive Master in Ökonomie und Management abgeschlossen und engagiert sich bei Hirslanden unter anderem im Bereich der Entwicklung von Performance-Kennzahlen in der Pflege.

› Löhne müssen vergleichbar und konkurrenzfähig sein.

**Yvonne Frick:** Ganz grundsätzlich ist der Stellenwert der Pflege zu stärken, indem die Pflege in Entscheide miteinbezogen wird und Gehör findet. Dies beinhaltet auch, dass das Pflegemanagement Bestandteil von Entscheidungs- und Führungsgremien ist.

**Da kommt ihr beide ins Spiel. Wieso wurde das Pflegemanagement ins Leben gerufen?**

**Sebastian Drews:** Uns hat ein Bindeglied in die Konzernleitung gefehlt, hier gibt es aktuell keine konstante pflegerische Vertretung. Deshalb hat man sich entschieden, diese Funktion aus dem Kreis der bestehenden Leitungen Pflege zu besetzen.

**Yvonne Frick:** Das Motto ist ganz klar «Von der Praxis für die Praxis», das heisst, wir möchten die Praxisthemen, die in den Kliniken aktuell sind, zentral steuern, alle Leitungen Pflege einbeziehen und mit der Konzernleitung Entscheidungen gemeinsam herbeiführen.

**Was sind eure Aufgaben in dieser Funktion?**

**Sebastian Drews:** Wir sind sozusagen die erste Anlaufstelle für pflegerische Anliegen im Konzern. Ein Vorteil dabei ist, dass die Initiativen aus dem Corporate Office zuerst über unseren Tisch gehen und wir vor der Umsetzung gezielt den pflegerischen Standpunkt ab-

holen können. Zudem haben wir eine stark koordinierende Aufgabe und halten die Fäden zusammen.

**Yvonne Frick:** Wir haben klare Aufträge und Erwartungen vom Unternehmen. Eines der Themen, die unbedingt angegangen werden müssen, ist die Aufbauorganisation in der Pflege. Im Moment sind die einzelnen Kliniken sehr unterschiedlich aufgestellt. Hier möchten wir Standards erarbeiten. Weitere Beispiele sind Ausbildung, Fachkräftemangel und die Steuerung im Pflegemanagement mit spezifischen Kennzahlen (z.B. Pflegeaufwände gekoppelt an Qualitäts-, HR- und Finanzkennzahlen).

**Ist diese Aufgabe nicht manchmal ein Spagat?**

**Yvonne Frick:** Die Erwartungshaltung des Konzerns ist von verschiedenen Faktoren abhängig. Wir bringen den Praxisbezug ein, um sicherzustellen, dass keine falschen Schlüsse gezogen werden. Wir sehen unsere Funktion vor allem darin, Brücken zu schlagen und die verschiedenen Erwartungen zusammenzuführen. Zum jetzigen Zeitpunkt sind wir vor allem dankbar, dass wir Gehör erhalten und Gelegenheit haben, unsere Anliegen anzubringen. Das wird in der Pflege sehr geschätzt.

**Sebastian Drews:** Die Brücke zwischen den Vorstellungen des Konzerns und der Pflege an der Basis ist sicherlich herausfordernd. Wir sind aktuell dankbar, dass wir diese Möglichkeit haben. Nun muss sie auch genutzt werden. ■

Aufgezeichnet von Andrea Klemenz

## NACHGEHAKT



**Stephan Pahls**  
Chief Operating Officer  
Region Ost

### WIE STEHT HIRSLANDEN ZUR PFLEGEINITIATIVE?

Wir anerkennen die Anliegen der Pflegeinitiative, erachten jedoch den indirekten Vorschlag als geeigneteren Weg. Wir unterstützen insbesondere die Bestrebungen, dem Fachkräftemangel entgegenzuwirken und die Attraktivität des Pflegeberufs zu steigern.

### WAS TUT HIRSLANDEN, UM DEN PFLEGEBERUF ATTRAKTIVER ZU MACHEN?

Wir fördern die Weiterentwicklung des Pflegeberufs mit verschiedenen Massnahmen. Zurzeit erfolgt ein Pilotprojekt zum neuen Studiengang «Nurse Practitioner». Die neuen Kompetenzen werden aus verschiedenen Perspektiven sehr geschätzt. Für das Partnerarztmodell ist dies eine vielversprechende Entwicklung. Auch im Bereich der Geburtshilfe sind mehr Verantwortlichkeiten nötig, wie für das bereits erfolgreich etablierte Modell der ambulanten Wochenbettbetreuung.

### WIE REGELT HIRSLANDEN KÜNFTIG DIE UMKLEIDEZEIT?

Ab Januar 2021 werden wir allen Mitarbeitenden, die sich für ihre Arbeit komplett in Berufskleidung umziehen müssen, vier zusätzliche bezahlte freie Tage gutschreiben. Somit leisten wir einen Beitrag an die Work-Life-Balance unseres Personals.

### KONZERNLEITUNG UND DIREKTION PACKEN IN DER PFLEGE MIT AN!

Trotz Corona wurden in den letzten Monaten im Rahmen des Jahres der Pflegenden und Hebammen diverse Aktionen durchgeführt. Der Höhepunkt bei Hirslanden findet im Oktober und November statt. Konzernleitung und Direktion begleiten die Pflege einen Tag lang und packen mit an – auf Anweisung des Pflegepersonals, versteht sich! Ziel dieses Seitenwechsels ist es, mit den Pflegenden in den Dialog zu treten

und den Patientenpfad vom Eintritt über die Vorbereitung bis hin zur Abteilung hautnah mitzerleben und möglichst viele Abteilungen zu besuchen. Impressionen von den Seitenwechseln finden Sie im INSIDE oder auf unseren Social-Media-Kanälen:



SERVICES › APROPOS ›  
PFLEGE

## PROFESSIONELLE PFLEGE BEDEUTET ZEIT UND ENGAGEMENT

Im Rahmen des Internationalen Jahres der Pflegenden und Hebammen äussern sich Mitarbeitende zu ihrer Auffassung von professioneller Pflege.



### ASADULLA AFSHAR

Fachmann Gesundheit, Klinik Im Park

«Professionelle Pflege bedeutet für mich, die Kommunikation auf die Patientinnen und Patienten auszurichten und mir ausreichend Zeit für deren Betreuung zu nehmen.»



### LEONIE FEDERER

Pflegeberaterin, Klinik Stephanshorn

«Professionelle Pflege bedeutet für mich, sich Zeit zu nehmen, um die Patientinnen und Patienten mit viel Empathie, Engagement und Geduld zu betreuen.»



### AIMELLE LASFER

Pflegefachfrau, Clinique Cecil

«Die Pflege und der Beruf der Pflegefachfrau haben mich schon immer angezogen. Einerseits wegen des Wunsches, eine wirklich nützliche Tätigkeit auszuüben, und andererseits wegen der technischen Aspekte des Berufs. Ich arbeite als Pflegefachfrau in der interventionellen Kardiologie und mein Fachbereich und seine Komplexität motivieren mich täglich aufs Neue.»



### ALEXANDRA LUPPI

Hebamme, Clinique des Grangettes

«Hebamme ist kein Beruf, sondern eine Berufung. Es gibt keinen Tag und keine Nacht, die sich gleichen. Jede Frau, jedes Paar und jede Geburt sind einmalig. Der Beruf ist so abwechslungsreich, dass man sich nie langweilt.»



### VALERIA ACHERMANN

Fachfrau Gesundheit und Berufsbildnerin, Klinik St. Anna

«An meinem Beruf liebe ich den Kontakt zu den Menschen und die enge Zusammenarbeit im Team. Neben der medizinischen Versorgung ist es mir wichtig, auf die individuellen Bedürfnisse einzugehen und die Patientinnen und Patienten sowie ihre Angehörigen in den verschiedenen Lebensphasen begleiten zu können.»



### GAMZE CATAK

Fachfrau Gesundheit, Klinik Im Park

«Professionelle Pflege bedeutet für mich, die Sicherheit und die Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten in den Mittelpunkt zu stellen.»



«Wir können unsere Probleme nicht einfach zu Hause lassen», sagt Judith Coulson-Geissmann. Sie ist überzeugt, dass es in Zukunft vermehrt Angebote zur mentalen Unterstützung der Mitarbeitenden braucht.

## «WIR SIND RESILIENTER, ALS WIR GLAUBEN!»

**Wenn wir gestresst sind, hat das Auswirkungen auf unsere Arbeit. Umso wichtiger ist es, dass Arbeitgeber ihre Mitarbeitenden in belastenden Situationen unterstützen. Verschiedene Hirslanden-Standorte haben während der Coronakrise Care-Angebote ins Leben gerufen. Das Thema Resilienz ist wichtig – auch für die Patientensicherheit.**

Zuhause diskutiert man mit dem Partner darüber, wie die Haushalts- und Betreuungsaufgaben aufzuteilen sind, die Kinder quengeln, weil sie nicht mit ihren «Gspänli» spielen können, und bei der Arbeit steht auch alles kopf. Das Büropersonal muss praktisch von einem Tag auf den anderen im Homeoffice arbeiten, während die Pflegenden an der Front alles hautnah miterleben. Hinzu kommen das Ausbleiben von sozialen Kontakten und die eingeschränkte Bewegungsfreiheit sowie die Angst vor einer Ansteckung mit dem neuartigen Coronavirus. So oder ähnlich haben viele von uns den Lockdown während der Corona-Pandemie erlebt. Es überrascht also nicht, dass im Rah-

men einer Studie der Universität Basel fast 50 Prozent der 10 000 Befragten angaben, während des Lockdowns einen höheren Stresslevel zu haben als noch vor der Pandemie. «In Zeiten wie diesen kommen viele von uns an die Grenzen ihrer Resilienz», erklärt Judith Coulson-Geissmann, Spezialistin Learning & Development im Corporate Office. Durch die erhöhte Belastung und den fehlenden Ausgleich steigt das Stresshormon Cortisol im Körper an und wir fühlen uns angespannt und gereizt. Das begünstigt wiederum Konflikte in der Familie oder am Arbeitsplatz.

Eine weitere Studie, die sich auf die Ärzteschaft und das Pflegepersonal konzentrierte und vom Unispital Zürich und dem Spital Zollikerberg durchge-

führt wurde, ergab, dass 26 Prozent der Befragten klinisch relevante Angstsymptome und 21 Prozent klinisch relevante Depressionssymptome aufwiesen. Eine der wichtigsten Erkenntnisse dieser Studie: Entscheidend für das Wohlergehen ist die Unterstützung durch den Arbeitgeber, weshalb die Forscherinnen und Forscher den Arbeitgebern spezielle Massnahmen zur Unterstützung des Personals empfahlen.

### **ANGEBOTE ZUR MENTALEN UNTERSTÜTZUNG**

Einige Hirslanden-Standorte wie die Versorgungsregion Bern oder auch das Corporate Office haben während der Pandemie spezielle Care-Angebote auf

### WAS HEISST RESILIENZ

Resilienz ist die Fähigkeit, in Stresssituationen die psychische Gesundheit aufrechtzuerhalten und trotz temporärer psychischer Belastungen keinen Krankheitszustand zu entwickeln.

die Beine gestellt, um die Mitarbeitenden in der herausfordernden Situation zu unterstützen. Andere Kliniken haben dafür die bestehenden Care-Teams zur Verfügung gestellt. Die häufigsten Sorgen, mit denen Mitarbeitende sich an die Hilfsangebote wandten, betrafen Unsicherheit wegen Kurzarbeit und damit verbundene Existenzängste. Beim Pflegepersonal kamen zusätzlich noch Sorgen um die eigene Sicherheit hinzu.

Judith Coulson-Geissmann, die für das Care-Angebot im Corporate Office verantwortlich ist, hat zahlreiche positive Rückmeldungen auf das Angebot erhalten. Bei den Gesprächen handelt es sich nicht um eine Beratung im eigentlichen Sinne, sondern um ein Coaching, in dem der betroffenen Person Fragen gestellt werden. «Die Menschen wissen meistens sehr genau, was sie brauchen, und tragen die Lösungen für ihre Probleme bereits in

sich.» Neben Gesprächen bietet sie auch schriftliche Unterlagen und E-Learning-Module an. Sie ist überzeugt, dass es Angebote zur mentalen Unterstützung der Mitarbeitenden am Arbeitsplatz auch in Zukunft braucht. «Wir können unsere Probleme nicht einfach zuhause lassen», erklärt sie. «Es ist auch im Interesse des Arbeitgebers, dass die Mitarbeitenden psychisch gesund und ausgeglichen sind.» Denn Stress wirke sich auch negativ auf die Konzentrationsfähigkeit aus, was wiederum Fehler begünstigt. Beim Pflegepersonal, das ohnehin schon einer grossen Belastung und hohen Anforderungen ausgesetzt ist, kann das schwerwiegende Auswirkungen haben.

### RESILIENZ WICHTIG FÜR PATIENTENSICHERHEIT

Nicht umsonst war Resilienz das Thema der diesjährigen Patientensicherheitswoche. Sowohl im routinierten Alltag als auch bei unvorhersehbaren Problemen hängten die Behandlungsqualität sowie die Patientensicherheit von Mitarbeitenden ab, die situationsangepasst und sicher reagieren. Im Rahmen der Aktionswoche vom 14. bis 20. September konnten die Hirslanden-Mitarbeitenden speziell konzipierte Lerneinheiten zu den sieben Säulen der Resilienz (Optimismus, Akzeptanz,

Lösungsorientierung, Opferrolle verlassen, Verantwortung übernehmen, Netzwerkorientierung und Zukunftsplanung) absolvieren.

**«Nur wenn unsere Mitarbeitenden sich wohlfühlen, können sie die Patientinnen und Patienten fürsorglich betreuen.»**

Unternehmen bauen auf widerstandsfähige Mitarbeitende. Judith Coulson-Geissmann verweist auf Studien, die belegen, dass jemand, der glücklich ist, auch produktiver und kreativer ist. «Nur wenn unsere Mitarbeitenden sich wohlfühlen, können sie die Patientinnen und Patienten fürsorglich betreuen», ist sie überzeugt.

Unsere Resilienz wurde während der Coronakrise hart auf die Probe gestellt. Aber wir haben gelernt, dass wir extrem anpassungsfähig sind und uns schnell auf eine schwierige Situation einlassen können. «Wir sind resilienter, als wir glauben!», bestätigt Judith Coulson-Geissmann. ■

Andrea Klemenz



### TIPPS ZUM UMGANG MIT STRESS

**Ausgleich:** Um Stress entgegenzuwirken, ist ein Ausgleich zur Arbeit wichtig. So kann man über Mittag Sport treiben oder einen Spaziergang machen. Das Pflegepersonal, das wenig Zeit hat, sollte zumindest versuchen, die Pausen aktiv zu gestalten, in die Natur zu gehen oder etwas Yoga bzw. Dehnübungen zu machen. Dieser Ausgleich hilft, das Stresshormon Cortisol im Körper abzubauen.

**Gesunde Ernährung:** Eine gesunde Ernährung und viel trinken sind ebenfalls wichtig. «In Stresssituationen greift man gerne zu

ungesunden Alternativen wie Süssgetränken, weil sie einem kurzfristig Energie verschaffen», erklärt Judith Coulson-Geissmann. «Doch unser Gehirn braucht Wasser!»

#### Übung «Stopp - atme - reflektiere!»

Wenn man merkt, dass man gestresst ist, kann man sich eine kurze Auszeit erholen und folgende Übung machen.

**Stopp:** Sich einen ruhigen Ort suchen und hinsetzen.

**Atme:** Tief einatmen, 4 Sekunden halten, langsam ausatmen. Achtmal wiederholen.

**Reflektiere:** Was ist in den letzten Stunden gut gelaufen? Was hat mich gefreut? Wie habe ich mich gefühlt? Was könnte ich verbessern und wie? Gibt es einen konkreten Aktionsschritt, den ich gleich jetzt umsetzen kann, damit es mir besser geht?

Im Hirslanden-E-Learning finden Sie eine geführte Anleitung zu dieser Übung.

# DAS RISK MANAGEMENT ALS CO-PILOT

Mit der Ausbreitung des Coronavirus in der Schweiz waren die Kliniken sowie die Fachbereiche im Corporate Office plötzlich mit neuen Risiken konfrontiert. Um diese bestmöglich vorherzusehen und zu überwachen, hat das Risk Management die Krise eng begleitet. Ein kurzer Rückblick auf die wichtigsten Ereignisse und die Massnahmen seitens Risk Management.



## ERSTER BESTÄTIGTER FALL VON COVID-19 IN DER SCHWEIZ.

Angesichts der Ausbreitung des Coronavirus werden in den Kliniken und im Corporate Office **Krisenstäbe** gebildet. Darin sind alle durch Covid-19 betroffenen Bereiche vertreten. Die Aufgabe des Risk Management ist es, die Themen und Risiken zu koordinieren und Empfehlungen ans Management abzugeben.



## DER BUND RUFT DIE «BESONDERE» LAGE AUS.

Veranstaltungen mit über 1000 Teilnehmenden sind verboten.

Das Risk Management berechnet erste Szenarien und aktualisiert zusammen mit den Fachbereichen die Risiken:

**HR:** Haben wir genug Personal, um den Versorgungsauftrag zu erfüllen?

**ICT:** Funktioniert das Arbeiten im Homeoffice?

**Logistik:** Haben wir genug Material? Halten wir uns an die Vorgaben vom Bund?

**Finanzen:** Kann der Jahresabschluss via Remote-Zugang erstellt werden?



## DIE WHO STUFT COVID-19 ALS PANDEMIE EIN.

Zwei Tage später schliessen in der Schweiz die Schulen und öffentliche Veranstaltungen von über 100 Personen werden verboten.

In Vorbereitung auf einen potenziellen Lockdown wird ein **Business Continuity Plan (BCM)** zur Aufrechterhaltung des Betriebs im Corporate Office erstellt und ausgerollt. Dieser kommt später auch teilweise in den Kliniken zum Einsatz. Er beinhaltet unter anderem Massnahmen, die bei einem Ausfall von 20 bis 50 Prozent der Mitarbeitenden getroffen werden, sowie die Zusammenarbeit im Homeoffice.

## RISK MANAGEMENT BEI HIRSLANDEN

Das Risk Management ist im Corporate Office im Bereich «Risk, Assurance, Compliance & Advisory» angesiedelt. Es steuert den unternehmensweiten Risikomanagementprozess und verwaltet die strategischen, finanziellen und operativen Risiken. Das Risk-Management-Team besteht aus der Corporate Risk-Managerin, die für die (Re-)Assessments der Risiken im Corporate Office

zuständig ist, sowie den Risk & Compliance Specialists in vier Versorgungsregionen (Westschweiz, Nordwestschweiz, Zürich und Ostschweiz). Sie unterstützen sämtliche Führungskräfte und Prozessverantwortliche in der Bewältigung von Risiken. Ziel des Risk Management ist es, unsere Organisation vor Schäden zu schützen und sie erfolgreich weiterzuentwickeln.



### DER BUND ERKLÄRT DIE «AUSSERORDENTLICHE» LAGE.

Sämtliche nicht lebensnotwendigen Geschäfte müssen schliessen. Nicht dringende elektive Eingriffe werden verboten.

Das Risk Management zeichnet die ersten **Simulationen** zum potenziellen Verlauf der Pandemie mithilfe von bestehenden Modellen. Dabei werden Best-, Mid- und Worst-Case-Szenarien berechnet. Diese Simulationen dienen dazu, die kritischen Prozesse mit notwendigen Massnahmen zu unterstützen und aufrechtzuerhalten. Sie werden mit dem EXCO abgestimmt. Jeder Bereich entwickelt eigene Strategien. Risk Management stellt sicher, dass alle wichtigen Aspekte berücksichtigt werden.



### ANSAMMLUNGEN MIT MEHR ALS FÜNF PERSONEN WERDEN VERBOTEN.

Das Risk Management führt wöchentliche Gespräche mit den Direktoren, Chief Operating Officers, dem Chief Clinical Officer sowie dem Chief Human Resources Officer. Die Risiken müssen laufend aktualisiert werden, da sich die Ereignisse überschlagen:

**HR:** Wie gehen wir mit Kurzarbeit um?

**Finanzen:** Welche Erträge entgehen uns und welcher Mehraufwand entsteht?

**Generell:** Wie lange werden die Massnahmen durch den Bund vorgegeben?



### EIN GROSSTEIL DER NOTMASSNAHMEN WIRD AUFGEHOBEN.

Die erste Welle der Pandemie geht langsam zu Ende. Die Simulationen werden eingestellt. Die «Lessons learned» aus der Krise werden aufgenommen.

Das Risk Management überwacht die Entwicklung mit sogenannten Early Warnings, dabei werden Kennzahlen wie Verdoppelungszeit oder Reproduktionswert mit einem Farbcode versehen, um die Entwicklung bestmöglich vorauszusagen.

## SPITALAPOTHEKERINNEN UND -APOTHEKER: VERLÄSSLICHE UNTERSTÜTZUNG WÄHREND DER KRISE

**Die Apothekerinnen und Apotheker in den Hirslanden-Kliniken haben eine wichtige Funktion vor Ort. Nicht nur, weil sie die Klinik mit den nötigen Medikamenten versorgen, sondern auch, weil sie wertvolle Ansprechpartner für Ärzteschaft und Pflege sind und wichtige Empfehlungen zu Therapieentscheidungen geben. Das ist während der Corona-Krise besonders sichtbar geworden.**

**N**ormalerweise werden an der Clinique La Colline in Genf hauptsächlich orthopädische Fälle wie Knie-, Hüft- oder Schulteroperationen behandelt. Doch als die Klinik, die nicht zum Covid-Spital erklärt wurde, während der Corona-Pandemie Patientinnen und Patienten vom Genfer Unispital HUG übernahm, änderte sich das medizinische Spektrum. Und da andere Fälle andere Medikamente erfordern, musste auch das Arzneimittelsortiment der Klinik innert kürzester Zeit an die neuen Bedürfnisse angepasst werden. «Wir hatten zum Beispiel plötzlich viele Diabetespatienten und brauchten entsprechend mehr Antidiabetika», sagt Pauline de Werra, klinische Pharmazeutin an der Clinique La Colline in Genf. Und eine Patientin, die mehrere Wochen in der Klinik behandelt wurde, habe eine Chemotherapie benötigt. Dafür mussten das korrekte Medikament in der richtigen Dosie-

rung sowie das nötige Material zur Verabreichung der Therapie zur Verfügung gestellt werden. «Ich stand während der ganzen Behandlung in engem Kontakt mit dem Onkologen; das war sehr positiv für die Patientin», erklärt Pauline de Werra.

### WICHTIGE PARTNER FÜR ÄRZTESCHAFT UND PFLEGEPERSONAL

Um zu ermitteln, welche Medikamente in welchen Mengen und Darreichungsformen für die neuen Patienten gebraucht werden, habe sie sich intensiv mit den Ärzten ausgetauscht. Neben der Bereitstellung der nötigen Medikamente hat Pauline de Werra auch das Pflegepersonal beraten und unterstützt. «Der Umgang mit Medikamenten erfordert höchste Sorgfalt, umso mehr bei solchen, die man nicht oft braucht», erklärt die Pharmazeutin. Sie sei deshalb viel auf den Stationen unterwegs gewesen und habe dem medizinischen Personal für Fragen zur Verfügung gestanden.

Pauline de Werra ist überzeugt, dass die tragende Rolle der Apothekerinnen und Apotheker in den Kliniken durch die Krise verstärkt sichtbar wurde: «Der enge Austausch mit der Ärzteschaft während der Pandemie hat mir gezeigt, dass sie uns als wichtige Partner sehen, weil wir Informationen und Ratschläge zu therapeutischen Entscheidungen bereitstellen, das Arzneimittelsortiment sichern und bei Engpässen Alternativen suchen.» Zudem waren die Apotheker auch in die Covid-Krisenstäbe der Kliniken eingebunden, wo sie bei der Entscheidungsfindung und der Erarbeitung von Massnahmen mitwirkten.

### AUSTAUSCH IM NETZWERK WICHTIG

Dreizehn der Apothekerinnen und Apotheker, die in den Hirslanden-Kliniken arbeiten, sind gleichzeitig Teil der klinikübergreifenden Experten-Gruppe Pharmazie, die unter anderem auf die Optimierung der Beschaffung, Distribution und Sicherheit von Arzneimitteln sowie die Nutzung von Synergien und die Standardisierung des Arzneimittelsortiments hinarbeitet. Alles mit dem übergeordneten Ziel, die Patientensicherheit zu erhöhen und gleichzeitig Kosten zu sparen.

Während der Coronakrise hat sich die Gruppe wöchentlich ausgetauscht. Die Hauptthemen waren Lieferengpässe bei Medikamenten, die Lagerbestände in den Kliniken und die Therapie für Covid-19. Adelina Mehmeti, die im Corporate Office im Bereich Beschaffung & Logistik als Produktgruppenverantwortliche Pharmazie arbeitet, leitet die Experten-



Als das Händedesinfektionsmittel nur noch in grossen Kanistern erhältlich war, füllte Pauline de Werra es in handliche Sprays um, die dann in der Clinique La Colline verteilt werden konnten.



gruppe. Da sie für das Lieferantenmanagement im Bereich Pharma zuständig ist, war auch sie stark gefordert: «Auf dem Höhepunkt der Pandemie war der Druck enorm gross», sagt sie. Wirkstoffe wie Anästhetika und Muskelrelaxanzien, ohne die weder die Behandlung von Covid-19-Patienten noch Operationen stattfinden können, waren kaum verfügbar. «Ich habe tagelang Abklärungen mit Lieferanten gemacht und nach Alternativen gesucht», erklärt Adelina Mehmeti.

#### ALTERNATIVEN GEFUNDEN

Als das Narkosemittel Propofol nicht mehr erhältlich war, hat man sich innerhalb der Expertengruppe entschieden, auf Gasnarkose umzusteigen. Auch für Hygieneprodukte wie Desinfektionsmittel musste eine andere Lösung her. Da nur noch grosse Kanister erhältlich waren, hat Adelina Mehmeti im Zentrallager (ZENLOP) das Umfüllen in kleinere Flaschen und die anschliessende Verteilung an die Kliniken organisiert. Dank der Ersatzprodukte bei Alternativlieferanten und des Umfüllens sei es nie zu Engpässen gekommen.

Ähnliche Herausforderungen hatte auch Pauline de Werra in Genf. Da die Clinique La Colline noch nicht über das ZENLOP versorgt wird, musste sie in Eigenregie sicherstellen, dass die wichtigen Medikamente nicht knapp wurden. Bevor entschieden wurde, dass die Klinik keine Covid-Patienten behandeln würde, hat sie in Abstimmung mit Anästhesieärzten und Intensivmedizinern rechtzeitig

Vorräte angelegt, um auf eine hohe Auslastung der Intensivstation vorbereitet zu sein. Das Händedesinfektionsmittel wurde in der Klinikapotheke von grossen Kanistern in handliche Sprays abgefüllt und in der Klinik verteilt.

#### GEGEN EXPERIMENTELLE THERAPIEN

In den wöchentlichen Austauschmeetings wurden auch experimentelle Therapien diskutiert. Bei solchen Therapien werden Medikamente ausserhalb ihres zugelassenen Bereichs verwendet (sog. Off-Label-Verwendung). Im Fall von Covid-19 stand das Malariamittel Hydroxychloroquin zur Debatte. Doch dem standen die Pharmazeutinnen kritisch gegenüber: «Wir haben uns von Anfang an gegen experimentelle Therapien ausgesprochen, da die vorhandenen Studien wenig aufschlussreich waren», sagt Adelina Mehmeti. «In der Hirslanden-Gruppe ist man unseren Empfehlungen gefolgt und die Off-Label-Verwendung darf nur innerhalb von klinischen Studien eingesetzt werden», fährt sie fort.

Pauline de Werra glaubt, dass der enge Austausch sowohl innerhalb der Klinik als auch in der klinikübergreifenden Expertengruppe am meisten bei der Bewältigung der Krise geholfen hat. «Ich hoffe sehr, dass wir diesen aufrechterhalten können!», sagt die Pharmazeutin. ■

Andrea Klemenz

#### ZU DEN PERSONEN



#### PAULINE DE WERRA

Klinische Pharmazeutin,  
Clinique La Colline

Pauline de Werra ist klinische Pharmazeutin an der Clinique La Colline, wo sie gemeinsam mit einem achtköpfigen Team aus Pharma-Assistentinnen und Logistikern die Klinikapotheke führt. Zu ihren Hauptaufgaben gehören insbesondere die pharmazeutische Beratung und Schulung, die Verhandlungen mit Lieferanten und die bedarfsgerechte Bestellung von Medikamenten.



#### ADELINA MEHMETI

Produktgruppenmanagerin Pharma,  
Corporate Office

Adelina Mehmeti ist Pharmazeutin und arbeitet als Produktgruppenmanagerin Pharma und fachtechnisch verantwortliche Person ZENLOP im Bereich Beschaffung & Logistik im Corporate Office. Sie ist zuständig für das Arzneimittelsortiment, Preisverhandlungen, das Lieferantenmanagement und die Umsetzung von Projekten in den Kliniken, wie die Standardisierung von Medikamenten. Sie ist zudem für die Qualitätssicherung und die Regulatory Affairs für das Hirslanden-Zentrallager (ZENLOP) verantwortlich.

# SOCIAL MEDIA: KONTAKT TROTZ CORONA

Während des Lockdowns hat sich der zwischenmenschliche Austausch in die digitale Welt verschoben. Gleichzeitig stieg das Informationsbedürfnis der Bevölkerung. Dadurch gewann Social Media an Bedeutung. Auch die Social-Media-Kanäle von Hirsländen haben in der Krise eine zentrale Rolle eingenommen. Luca Pierini, Social-Media-Verantwortlicher bei Hirsländen, hat diese Entwicklung direkt mitbekommen.



Luca Pierini ist für den Social-Media-Auftritt von Hirsländen auf Facebook, Twitter, LinkedIn, YouTube und Instagram verantwortlich.

## *Luca, welche Veränderungen in der Kommunikation auf Social Media hast du während Corona festgestellt?*

Luca Pierini: Social Media wurde stärker genutzt. Die Leute waren zuhause und hatten mehr Zeit. Und wo verbrachten sie die? Genau, auf Social Media. Die Kommunikation untereinander hat sich wegen des Lockdowns noch weiter ins Internet, vor allem auf Social Media, verlagert. Das hat einen zusätzlichen Boost gegeben. Zudem konnte ich eine noch grössere Überflutung an Informationen, oftmals leider auch Fehlinformationen (sogenannte Fake News), feststellen. Wir

werden generell schon auf Social Media von News und Infos bombardiert. Corona hat das noch verstärkt. Die ganze Welt sprach nur noch über ein Thema, also nahm die Konzentration dieses Themas auch drastisch zu.

## *Wie hast du die Krise auf Social Media erlebt?*

Streng! Nein, ehrlich, die Informationsflut war wirklich riesig und es war nicht einfach, da noch den Durchblick zu behalten. Ein 24/7-Monitoring (Überwachung) war nötig, um mitzubekommen, wo überall Hirsländen genannt wird und



Das Pflegepersonal hatte während des Lockdowns eine wichtige Botschaft an die Bevölkerung, zum Beispiel hier in der Klinik Stephanshorn in St. Gallen ...



... oder in der  
Clinique La Colline  
in Genf.

womit man unser Unternehmen in Verbindung brachte. Vermehrt haben sich Patientinnen und Patienten, Mitarbeitende und andere Teile der Bevölkerung über Social Media gemeldet, weil sie nach zuverlässigen Informationen oder Hilfe suchten. Für mich zeigte die Krise, wie wichtig unsere Social-Media-Kanäle für die Kommunikation sind.

**Was bedeuteten die Veränderungen, die du gerade angesprochen hast, für die Kanäle von Hirsländen?**

Geplante Kampagnen wurden abgebrochen, um Platz für die Krisenkommunikation und Corona-Themen zu schaffen. In einer ersten Phase brauchten wir Social Media auch gezielt als Kanal der Krisenkommunikation. Als sich die Krise etwas gelegt hatte, haben wir als Gesundheitsdienstleister unsere Expertenrolle genutzt, um hilfreiche Informationen zu verbreiten. Unsere Kernkompetenz ist die Medizin und

dieses Wissen wollen wir der Bevölkerung zur Verfügung stellen. Beispielsweise haben wir Aufklärung bezüglich Corona geschaffen und versucht, Sicherheit zu vermitteln. Ein grosses Anliegen

war, der Bevölkerung die Angst vor einem Spitalbesuch zu nehmen und insbesondere bei Notfällen nicht zu zögern und sofort eine Notfallstation oder einen Arzt aufzusuchen.



Auch die interne Kommunikation wurde durch den fehlenden physischen Kontakt vor neue Herausforderungen gestellt: Wie können alle Mitarbeitenden erreicht werden? Deshalb wurde im Frühling die Mitarbeitenden-App «Beekeeper» gruppenweit ausgerollt. Schnelle, direkte Kommunikation, auf die man orts- und zeitunabhängig zurückgreifen kann, ist auch für die interne Kommunikation wichtiger denn je. Auf «Beekeeper» sind wichtige Neuigkeiten zu den einzelnen Standorten und der Hirsländen-Gruppe zu finden. Zudem ermöglicht die App einen regelmässigen Austausch mit den Arbeitskolleginnen und -kollegen über 1:1- oder Gruppenchats sowie eine aktive Beteiligung an Diskussionen. Falls Sie noch nicht Teil der Hirsländen-Beekeeper-Community sind, können Sie sich die App mit diesem QR-Code herunterladen.



› **Was waren dabei die Schwierigkeiten?**

Es herrschte ein enormer Zeitdruck: Die Ereignisse überschlugen sich und wir mussten schnell sein, um mit unseren News à jour zu bleiben. Die Unsicherheit war gross und für mich war es praktisch unmöglich, mehr als ein, zwei Tage voranzuplanen. Auch die Übersicht über alle Informationen und Massnahmen aus den Kliniken zu behalten, war schwierig, da verständlicherweise vor Ort die Priorität auf die Bewältigung der Krise gelegt wurde. Was mir speziell am Herzen lag, war, auch unseren Mitarbeitenden an der Front via unsere Social-Media-Kanäle die Möglichkeit zu geben, ihre Botschaften an unsere Community zu senden. ■

Aufgezeichnet von Christine De Kegel



Trotz der schwierigen Situation haben die Pflegenden ihren Humor nicht verloren.



# FASZINATION DARM

**Unser Darm ist mehr als ein Verdauungsorgan. Er schützt uns mit seinem Mikrobiom vor Krankheiten und beeinflusst dank den über 200 Millionen Nervenzellen als «zweites Gehirn» unser Wohlbefinden. Umso wichtiger ist es, dass wir dem Darm genügend Aufmerksamkeit widmen.**



**S**orgen schlagen uns auf den Magen, eine fiese Bemerkung stösst uns sauer auf und eine schlechte Nachricht müssen wir erst einmal verdauen. So wie der Magen-Darm-Trakt Eingang in die Sprache gefunden hat, steht fest, dass er mehr als ein reines Verdauungsorgan ist.

Mit seinen bis zu acht Metern Länge ist der Darm unser grösstes inneres Organ. Würde man ihn mitsamt seinen Zotten entfalten, nähme er eine Oberfläche von 200 bis 300 Quadratmetern ein. Er besteht aus Dün-

darm und Dickdarm und sorgt für die chemische Zerlegung der Nahrung, die Aufnahme der Nahrungsbestandteile ins Blut und die Ausscheidung der unverdaulichen Reste.

Der Darm kann aber noch mehr: In der Schleimhaut des Darms sitzen etwa 70 Prozent der Immunabwehrzellen des Körpers. Sie schützen uns vor Krankheitserregern und Giftstoffen. Unterstützt werden sie dabei von den über 100 Billionen Bakterien und Pilzen, die zusammen die Darmflora bilden. Ist sie intakt, stärkt sie unsere Immunabwehr.

## UNSER ZWEITES GEHIRN

Im Darm befindet sich ein Nervennetz aus über 200 Millionen Nervenzellen. Sie regulieren die Verdauung und schlagen Alarm bei Unverträglichkeiten. Weil der Darm somit direkt mit dem Hirn verbunden ist, spricht man auch vom Bauchhirn. Dieses reagiert empfindlich auf Umweltreize, Stress oder schlechte Ernährung und kann unser Wohlbefinden, ja sogar unsere Gefühlslage beeinflussen.

Kein Wunder also, dass zwischen einer gesunden Darmflora und dem Wohlbefinden eines Menschen eine enge Verbindung besteht. Lesen Sie auf der nächsten Seite, wie sie zu einer gesunden Darmflora beitragen können. ■

### WUSSTEN SIE, DASS ...?

... in unserer Darmflora ca. 100 Billionen Organismen wie Bakterien, Viren und Pilze leben?

... diese Bakterien zusammen etwa zwei Kilogramm wiegen?

... Vegetarier ein grösseres Stuhlvolumen haben als Fleischesser?

... der Darm im Verlauf eines durchschnittlichen Lebens etwa 30 Tonnen Nahrung verarbeitet?

... der Dünndarm seine Zellen rund um die Uhr erneuert und im Schnitt alle zwei Tage seine Schleimhaut durch eine neue ersetzt?

... der Darm das Zentrum des menschlichen Immunsystems ist und sich in ihm 70 Prozent unserer Abwehrzellen befinden?

# ?

# QUIZ

## Testen Sie Ihr Wissen rund um die Verdauung:

### Welche Lebensmittel sind probiotisch?

nein die Darmgesundheit unterstützen.  
Apfelsaft und frisch zubereiteter Sauerkraut enthalten Probiotika und können, insbesondere Mozzarella, Cheddar und Gruyère, Kefir, Joghurt aus Milch, Käse, insbesondere Mozzarella, Cheddar und Gruyère, Kefir, Joghurt aus Milch,

### Schadet die Einnahme von Antibiotika der Darmflora?

Ja. Wer Antibiotika zu sich nehmen muss, verändert die Zusammensetzung der Keime in der Darmflora – und zwar über die Einnahmedauer hinaus. Trotzdem sollte man Antibiotika nie zu früh oder eigenständig absetzen.

### Führt der Verzehr von Bananen zu Verstopfung?

Das ist abhängig vom Reifegrad der Banane. Unreife, grüne Bananen können dünnflüssigen Stuhl verfestigen, reife Bananen helfen eher beim Abführen. Reife Bananen sind grundsätzlich gut für die Verdauung, da sie Ballaststoffe enthalten.

### Kann ein Gläschen Schnaps nach dem Essen die Verdauung fördern?

Nein. Hochprozentiges nach dem Essen entspannt die Magenmuskeln und sorgt so für ein angenehmeres Gefühl, die Verdauung wird aber nicht gefördert. Der Körper ist mit dem Alkoholabbau beschäftigt, was die Verdauung verzögert. Salbei-, Fenchel- oder Kamillientee sind bessere Alternativen.

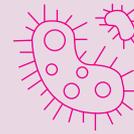
### Helfen Cola und Salzstangen bei Durchfall?

Nein. Cola kann durch den hohen Zuckergehalt den Durchfall verstärken. Gegen Salzstangen ist grundsätzlich nichts einzuwenden. Der Körper braucht Natrium und Kalium. Mit dem Verzehr der Salzstangen ist lediglich der Natriumspiegel wieder aufgefüllt. Brot, Bouillon und Zwieback eignen sich besser: Neben Natrium liefern sie auch Kalium.

### Muss der Darm regelmässig entchlackt werden?

Nein. Beim Verdauungsorgan bleiben keine Gifte zurück. Eine positive Wirkung von Entgiftungskuren konnte wissenschaftlich bisher noch nicht nachgewiesen werden.

 [WWW.HIRSLANDEN.CH/FASZINATION-DARM](http://WWW.HIRSLANDEN.CH/FASZINATION-DARM)



## GUTE GESUNDHEIT BEGINNT IM DARM

Zwischen einer gesunden Darmflora und der Gesundheit des Menschen besteht ein enger Zusammenhang. Unsere Darmbakterien schützen uns vor Krankheitserregern – wenn wir sie richtig «füttern». Eine schlechte Ernährung kann langfristig zu einer höheren Infektanfälligkeit oder sogar zu einer chronischen Entzündung des Darms führen. Hier erfahren Sie, wie Sie zu einer gesunden Darmflora beitragen können.



## ERNÄHRUNG

Für eine gesunde Darmflora eignet sich eine Ernährung, die vorwiegend aus magerem Fleisch und Geflügel, (fettreichem) Fisch, Eiern, Gemüse, Vollkorn, Nüssen, Obst, Beeren, Samen und Pilzen bestehen sollte. Diese ist reich an Ballaststoffen, welche die Hauptnahrungsquelle für nützliche Bakterien bilden. Ein Zuviel an leicht verwertbaren, energiereichen Kohlenhydraten (Zucker, Pasta, Weissbrot etc.) fördert die Verbreitung von schädlichen Bakterien und bringt somit das Immunsystem aus dem Gleichgewicht. Die Verwendung von probiotischen Joghurts, Sauermilchprodukten wie Buttermilch, Kefir und Sauerkraut unterstützt die Darmflora auf ihre natürliche Weise, sodass zusätzliche Nahrungsergänzungsmittel nicht unbedingt notwendig sind.



## BEWEGUNG

Aktuelle Studien zeigen, dass das Mikrobiom, also unsere Darmbakterien, auf körperliche Bewegung reagiert. Daraus ergeben sich diverse positive gesundheitliche Auswirkungen. Bewegung sorgt allgemein für eine bessere Durchblutung des Körpers und somit auch des Darms. Dadurch ist die Zufuhr von Nährstoffen besser gewährleistet. Ausserdem wirkt sie sich positiv auf die Darmbewegung aus, sodass die Exkremente nicht unnötig lange im Körper verbleiben. Bewegung kann die Anzahl nützlicher Bakterien im Darm steigern und dadurch die Vielfalt der Darmflora erhöhen.



# BLINDDARMENTZÜNDUNG

Denkt man an häufige Darmerkrankungen, kommt einem die Blinddarmentzündung oft als Erstes in den Sinn. Sie kann in jedem Alter auftreten; meistens sind jedoch Personen im Alter von 10 bis 30 Jahren betroffen. Welche Symptome treten bei einer Blinddarmentzündung auf und wie soll darauf reagiert werden?

## WELCHE SYMPTOME GIBT ES?



Starke Bauchschmerzen:  
Oft verlagern sich diese innerhalb kurzer Zeit in Richtung des rechten Unterbauches



Verstopfung und Durchfall



Fieber



Übelkeit/Erbrechen

## WAS IST EINE BLINDDARM-ENTZÜNDUNG?

Eine Blinddarmentzündung, auch Appendizitis genannt, ist eine Entzündung vom Wurmfortsatz (Appendix) des Blinddarms. Der Wurmfortsatz kann sich aufgrund eines Verschlusses oder einer Verstopfung entzünden: Grund hierfür können Kotsteine, Würmer, Darminhalt oder auch Fremdkörper (z.B. Obstkerne) sein. Selten kann auch eine Infektion mit Bakterien oder Viren zu einer Appendizitis führen.

## WIE ERKENNT MAN EINE BLINDDARMENTZÜNDUNG?

Folgende Symptome weisen auf eine Blinddarmentzündung hin:

- Starke Bauchschmerzen, die sich oft innerhalb von kurzer Zeit in Richtung des rechten Unterbauchs verlagern
- Übelkeit und Erbrechen
- Verstopfung oder Durchfall
- Fieber

Die erwähnten Symptome treten nicht in allen Fällen auf. Insbesondere bei kleinen Kindern sind die Symptome nicht immer eindeutig.

## WIE SCHNELL MUSS MAN REAGIEREN?

Allgemein entwickelt sich eine Blinddarmentzündung meist akut innerhalb weniger Stunden und muss in der Regel rasch operiert werden. Denn wird zu lange zugewartet, so besteht die Gefahr eines Darmdurchbruchs (Perforation) der Entzündung mit Bildung einer lebensgefährlichen Bauchfellentzündung.

## WAS TUN BEI EINER BLINDDARMENTZÜNDUNG?

Eine Blinddarmentzündung kann man nicht selber behandeln. Bei einem Verdacht muss rasch ein Arzt aufgesucht werden. Ausserdem empfiehlt sich folgendes:

- Keine Wärme anwenden, diese kann die Entzündung verschlimmern
- Falls möglich auf Schmerzmittel

verzichten, damit typische Schmerzzeichen bei der Untersuchung gut erkennbar sind und die Diagnose und Therapie rasch veranlasst werden können.



[WWW.HIRSLANDEN.CH/  
BLINDDARMENTZÜNDUNG](http://WWW.HIRSLANDEN.CH/BLINDDARMENTZÜNDUNG)



## TIPPS:

### Wann zum Arzt?

Bei Verdacht auf eine Blinddarmentzündung muss immer ein Arzt aufgesucht werden. Folgende Symptome entwickeln sich meist akut innerhalb weniger Stunden:

- Starke Bauchschmerzen im rechten Unterbauch
- Übelkeit und Erbrechen
- Verstopfung oder Durchfall
- Fieber

Beachten Sie auch Folgendes:

- Keine Wärme anwenden
- Wenn möglich auf Schmerzmittel verzichten

# SCHMERZ LASS NACH!

**Chronische Schmerzen sind zum Verzweifeln. Schmerzpatient Adrian Gertsch leidet seit seinem 15. Lebensjahr unter Rückenschmerzen. Seit ihm ein «Schmerzschrittmacher», ein sogenannter Neurostimulator implantiert wurde, kann er endlich wieder im Garten arbeiten.**

**S**chmerzen. Am Morgen beim Aufstehen, beim Anziehen, bei der Arbeit, beim Mittagessen mit Kollegen, am Abend auf dem Sofa, in der Nacht im Bett. Schmerzen, die einen im Alltag massiv einschränken. Neurochirurgin und Schmerzspezialistin Dr. med. Petra Hoederath weiss, was geschieht, wenn der Schmerz das Leben beherrscht. «Es ist ein Teufelskreis», sagt sie. Und leider kein seltener. 16 Prozent der Schweizer Bevölkerung, also rund 1,5 Millionen Menschen, leiden unter chronischen Schmerzen; Schmerzen also, die länger als drei Monate andauern.

Einer von diesen Schmerzpatienten ist Adrian Gertsch. Seit er 15 ist, leidet er an Rückenschmerzen. Woher die kommen, weiss er bis heute nicht. Möglicherweise habe der Kunstturnunterricht als Kind seinem Rücken zugesetzt.

«Wir führten unsere Sprünge auf dünnen Matten aus – dicke Schaumstoffmatten gab es damals noch nicht», erzählt er. Ob tatsächlich dieses Aufprallen seine Schmerzen ausgelöst hat, konnte ihm aber niemand bestätigen. Für ihn ist nur eines klar: «Der Schmerz ist zermürbend und schlägt aufs Gemüt», erzählt er. «Solche Schmerzen wünsche ich niemandem». Vor 26 Jahren hatte er seinen ersten operativen Eingriff, weitere folgten. Weil sie nicht die gewünschte Wirkung erzielten, wurde ihm eine Morphinpumpe eingesetzt. «Ein Jahr lang war ich damit schmerzfrei», erinnert sich der 67-jährige. Doch dann bekam er Probleme mit dem Morphin und die Pumpe musste entfernt werden.

Im Oktober des letzten Jahres verwies ihn sein Vertrauensarzt an Dr. Petra Hoederath, die an der Klinik Stephanshorn in St.Gallen den chronischen Schmerzdienst leitet.



ZUR PERSON



**Dr. med. Petra Hoederath**

Dr. med. Petra Hoederath ist Fachärztin für Neurochirurgie und hat sich auf die multimodale Schmerztherapie bei akuten und bei chronischen Schmerzen spezialisiert. Sie ist Klinikärztin an der Klinik Stephanshorn in St.Gallen und leitet dort den chronischen Schmerzdienst. E-Mail: schmerztherapie.stephanshorn@hirslanden.ch

**WIE FUNKTIONIERT DIE NEUROSTIMULATION?**

Schmerzsignale werden übers Rückenmark an das Gehirn gesendet. Die Neurostimulation kann diesen Prozess mittels Stromimpulsen beeinflussen. In einem kurzstationären Aufenthalt wird eine Plattenelektrode auf die Rückenmarkshaut aufgelegt und an der Faszie der Rückenmuskulatur fixiert. Die Elektrode wird an eine Verlängerung angeschlossen, die aus der Haut in der seitlichen Bauchregion austritt. Diese Verlängerung wird anschliessend mit einem externen Stimulator, auch «Schmerzschriftmacher» genannt, verbunden. Während des rund viertägigen Spitalaufenthalts wird die Neurostimulation täglich überprüft und angepasst. Anschliessend dürfen die Patienten für einige Tage nach Hause, um die Neurostimulation unter realen Alltagsbedingungen zu testen. Wenn die Schmerzreduktion mehr als 50 Prozent beträgt, wird der Neurostimulator in einem zweiten ambulanten Eingriff im unteren Bauch oder im Gesässbereich unter die Haut implantiert. Mit einem kleinen Gerät, etwa in der Grösse eines Smartphones, kann die Patientin oder der Patient die Impulse später kontrollieren, steuern und sogar stoppen.

Sehen Sie sich auf der Themenseite «Chronische Schmerzen» die ganze Geschichte von Adrian Gertsch an und erfahren Sie in den Blogbeiträgen mehr über Schmerztherapie und Neurostimulation:

 [WWW.HIRSLANDEN.CH/CHRONISCHE-SCHMERZEN](http://WWW.HIRSLANDEN.CH/CHRONISCHE-SCHMERZEN)

**DEN SCHMERZ MIT STROMIMPULSEN BEEINFLUSSEN**

Rückenschmerzen, etwa nach einem Bandscheibenvorfall, gehören gemäss der Expertin zu den häufigsten Beschwerden von Schmerzpatienten. Da Schmerz mit vielen Krankheitsbildern assoziiert ist, sind Schmerzbehandlungen Routine. Häufig gibt es für komplexe Fälle aber keine zufriedenstellende medizinische Lösung. Umso wichtiger ist es deshalb, dass Spezialisten verschiedenster Fachrichtungen Patientinnen und Patienten mit ihren individuellen Beschwerden interdisziplinär und interprofessionell beurteilen und einen entsprechenden Behandlungsansatz erarbeiten. Abhängig von der Schmerzerkrankung können operative Lösungen in Betracht gezogen werden. Dazu zählt unter anderem die Neurostimulation, die bei Nervenschmerzen zum Einsatz kommt. Die Neurostimulation kann die Schmerzsignale, die übers Rückenmark ans Gehirn gesendet werden, mittels Stromimpulsen beeinflussen. So können die Schmerzen vielfach wesentlich reduziert werden (siehe Kasten).

Diese Erfahrung hat auch Adrian Gertsch gemacht. Zusammen mit Dr. Hoederath hat er sich für einen «Schmerzschriftmacher» entschieden. Dieser hat ihm endlich die lang ersehnte Linderung gebracht: «Direkt nach der OP waren meine Schmerzen wie weggeblasen», erzählt er. «Nun kann ich endlich wieder im Garten arbeiten und mit meiner Frau einkaufen gehen». Dinge, die früher unmöglich waren. «Ich wünsche mir, dass das so bleibt, damit ich mit meiner Familie reisen und meine Pension geniessen kann», sagt Gertsch. ■



Claudia Morach

### REKRUTIERUNG VIA CONNECT

Das HR-Tool CONNECT wurde mit einem Bewerber- und Karrieremodul erweitert. Damit erhält die Hirslanden-Gruppe ein neues, benutzerfreundliches Bewerberportal für externe Bewerberinnen und Bewerber sowie eine interne Stellenplattform. Das Karrieremodul wird die interne Weiterentwicklung von Mitarbeitenden zusätzlich unterstützen. Dafür wurde im Mitarbeiterprofil in CONNECT das neue Register «Talent Profil» aufgeschaltet, das die Mitarbeitenden eigenständig aktualisieren können, damit ihr Profil über die zentrale Datenbank mit offenen Vakanzen abgeglichen werden kann. Weitere Informationen und Anleitungen zu den neuen CONNECT-Modulen sowie zum internen Stellenmarkt finden Sie im «Ask HR»-Portal auf INSIDE.

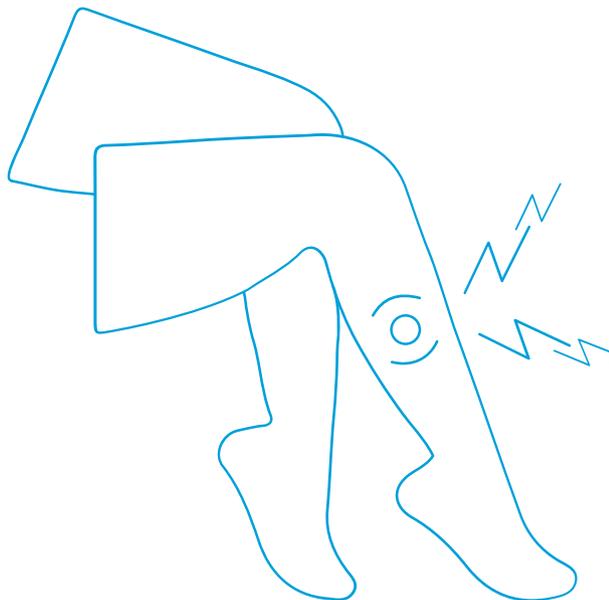
### GRIPPEIMPFUNG 2020/21

Das wirksamste Mittel zur Vorbeugung einer Grippeerkrankung ist die Grippeimpfung. Allen Mitarbeitenden der Hirslanden-Gruppe steht auch dieses Jahr die Grippeimpfung in Form eines hochwertigen Vierfachimpfstoffes kostenfrei zur Verfügung. Damit möchte Hirslanden die Grippeimpfrate an allen Standorten zum Schutz von Patientinnen und Patienten und Mitarbeitenden erhöhen. Die Impfung kann am jeweiligen Standort durchgeführt werden. Weitere Informationen sind auf INSIDE und Beekeeper erhältlich.

### SWISSSKILLS CHAMPIONSHIPS 2020

Kilian Schmid, Fachangestellter Gesundheit an der Klinik St. Anna in Luzern, hat an den SwissSkills Championships 2020 überzeugt und ist Vize-Schweizermeister FaGe. Kilian Schmid ist der erste Mann, der diesen Titel erhält. Während der zweistündigen Wettbewerbssequenz musste er unter Zeitdruck ein ganzes Repertoire an Kompetenzen und Fähigkeiten abrufen: situationsgerechtes Handeln, Umgang mit Patientinnen und Patienten, Pflege und Betreuung, medizinisch-technische Fähigkeiten sowie logistische Aufgaben. Kilian Schmid freut sich, dass er so weit gekommen ist: «Ich bin erleichtert und sehr zufrieden mit meiner Leistung.» OdASanté führt in den kommenden Wochen Gespräche mit den drei Bestplatzierten, den zuständigen kantonalen Organisationen der Arbeitswelt und den Betrieben hinsichtlich einer möglichen Teilnahme an den WorldSkills Competitions 2021 in Schanghai.

## WAS STECKT HINTER MÜDEN BEINEN?



**Wer tagsüber viel Zeit im Stehen verbringt, hat abends oft müde, schwere und manchmal sogar geschwollene Beine. Meistens sind solche Beschwerden harmlos und verschwinden von allein wieder. In manchen Fällen steckt aber eine Venenschwäche dahinter.**

Das Blut in den Beinen muss mithilfe der Venenklappen und der Muskelpumpe gegen die Schwerkraft zurück zum Herzen transportiert werden. Dabei pressen die Wadenmuskeln die Venen zusammen und pumpen so das Blut nach oben. Die Venenklappen funktionieren dabei wie Schleusen, indem sie verhindern, dass das Blut wieder nach unten absackt. Wenn diese Venenklappen - meist in den oberflächlichen Venen - nicht mehr richtig schliessen, staut sich sauerstoffarmes Blut in den Gefässen und die Beine fühlen sich schwer an. Zur Entspannung werden die Beine am besten leicht hochgelagert. Bewegung tagsüber erhöht den Blutfluss in den tiefen Venen und mildert ein Anschwellen. Auch Kompressionsstrümpfe können Beschwerden lindern. Kommen aber Krampfadern, Schwellungen an Knöcheln und Unterschenkeln oder sogar Hautveränderungen an den Beinen hinzu, sollte man die Venen in einem Ultraschall ärztlich untersuchen lassen. Krampfadern sind nicht einfach ein kosmetisches Problem, sondern können schlimmere Erkrankungen wie Venenthrombosen oder «offene Beine» verursachen. Je nach Schweregrad können Krampfadern konservativ mit Strümpfen oder in einem minimalinvasiven operativen Eingriff behandelt werden.

**Die Frage wurde beantwortet von Prof. Dr. Thomas Proebstle, Phlegologe und Leiter des VenenZentrum Bellevue-Zürich.**

Haben Sie eine gute Frage zu einem medizinischen Phänomen? Dann senden Sie sie uns an [apropos@hirslanden.ch](mailto:apropos@hirslanden.ch).

## WIR SIND AUF KURS

Wenn Sie das hier lesen, wird Covid-19 noch immer in aller Munde sein. Fakt ist, dass wir als Einzelne und als Gesellschaft lernen müssen, damit zu leben. Weder Gleichgültigkeit noch Angst sind jetzt gute Ratgeber, nein, Kurshalten und Lernfähigkeit sind gefragt.

Hirslanden hat vieles richtig gemacht, aber auch unsere Einschätzungen und Entscheide waren nicht immer richtig und wir lernen täglich dazu. Stolz dürfen wir festhalten: Hirslanden als Organisation und Netzwerk ist auch unter diesen veränderten Bedingungen enorm leistungsfähig, kreativ und erfolgreich.

**Wir haben in kürzester Zeit sowohl im administrativen als auch im medizinischen Bereich neue Formen der digitalen Zusammenarbeit ausprobiert. Auch wenn Videokonferenzen den persönlichen Austausch zwischen Menschen nie ersetzen werden, haben wir erfahren, dass Homeoffice für viele Mitarbeitende in administrativen Bereichen eine gute Lösung ist. Zudem haben wir wieder einmal mehr erfahren, dass wir in der Pflege, der Therapie und der Ärzteschaft über hochkompetentes Personal verfügen, auf das wir uns zu hundert Prozent verlassen dürfen. In vielen Teams sind die Hilfsbereitschaft und der Zusammenhalt grösser geworden und der kritische, aber konstruktive Austausch über die Kliniken und die Fachbereiche hinweg hat sich verbessert. Wir haben mit verschiedenen Aktionen unsere Solidarität bekundet und unsere Verantwortung gegenüber der Gesellschaft wahrgenommen.**

All das macht mich unglaublich stolz und gibt mir die Gewissheit, dass wir auch kommende Krisen bewältigen werden. Lassen Sie uns diese positiven Dinge mitnehmen und darauf aufbauen. Ihnen allen gilt ein besonderes Dankeschön für Ihren Einsatz in dieser schwierigen Zeit!

Ihr Daniel Liedtke



## WAS IST EIN LIFE HACK?

Life Hacks, auch bekannt als Trick 17, sind kleine, kreative Kniffe, die einem den Alltag erleichtern. Sie dienen dazu, ein Problem oder eine Aufgabe auf unkonventionellem Weg zu lösen, um Ressourcen zu schonen oder Zeit zu sparen.

# WELCHES IST IHR BESTER LIFE HACK?

*Gewinnen Sie  
ein neues  
iPhone 11!*

SO NEHMEN SIE TEIL

Schicken Sie Ihren Life Hack mit einer kurzen Beschreibung und einem Foto oder Video über Beekeeper an APROPOS. Dazu einfach in der App oder der Desktopversion einen neuen Chat erstellen und als Empfänger «APROPOS» auswählen. Die besten drei Einsendungen werden anschliessend auf Beekeeper publiziert und die Beekeeper Community entscheidet per Voting über den Gewinner.

Einsendeschluss: 31. Dezember 2020

Hinweis: Mit Ihrer Teilnahme geben Sie uns Ihr Einverständnis, dass wir Ihre Einsendung inklusive Bildmaterial auf Beekeeper publizieren dürfen.



## FREUDE SCHENKEN MIT DEM HANDSCHUHELEFANTEN!

Ich arbeite auf dem Wochenbett und gerade bei den Geschwistern der Neugeborenen kommt dieser Handschuhelefant sehr gut an. Oft liegt in den ersten Tagen die Aufmerksamkeit beim Baby und ich freue mich immer wieder die strahlenden Kinderaugen zu sehen, wenn sie den Elefanten bekommen. Aber auch auf anderen Stationen kann dieser niedliche Elefant Freude bringen, besonders wenn die Situation gerade nicht so einfach ist. Er ist schnell gemacht, kostet nichts und bewirkt oft Grosses.

Sarah Portmann,  
Dipl. Pflegefachfrau,  
Klinik St. Anna, Luzern