

PARAPLEGIE



SCHWERPUNKT
Rehabilitation –
ein ausgeklügeltes
Teamwork

8
Der lange Weg
nach Hause

22
Sandra Laubes Träume
wurden ausgebremst

27
Neue Mitglieder
hinzugewonnen



Schweizer
Paraplegiker
Stiftung

Einblicke in die Welt von vier Querschnittgelähmten im Besuchszentrum ParaForum

Kommen Sie vorbei!
Mehr Informationen unter
paraforum.ch

Liebe Leserin, lieber Leser

Mit der Westschweiz verbinde ich wunderbare Erinnerungen. Seien es die traumhaften Landschaften, die mich im Rennrollstuhl bei den Marathons begleiten und meinen Blick fesseln. Oder schöne Begegnungen mit den Kameradinnen und Kameraden im Sport, aus denen Freundschaften entstanden sind. Hier zeigt sich die Brückenfunktion des Rollstuhlsports: Er verbindet Menschen und lässt den Röstigraben verschwinden. An den Wettkämpfen ist auch die grosse Solidarität der Bevölkerung für Menschen mit Querschnittlähmung zu spüren.

Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) stellte fest, dass rund alle zwei Wochen eine Person aus der Westschweiz mit einer Querschnittlähmung in Nottwil eingeliefert wird. Doch die SPS und ihr Leistungsnetz sind in diesem Landesteil weit weniger bekannt als in der Deutschschweiz. Deshalb haben wir ein «Romandie-Gremium» gegründet mit dem Ziel, mehr Menschen in der Romandie über das Thema Querschnittlähmung aufzuklären und als Mitglieder zu gewinnen. Mit einer starken Kampagne verzeichneten wir bereits erste Erfolge auf diesem Weg. Der Verzicht auf externe Leistungen ermöglichte dabei den effizienten Einsatz aller Ressourcen.

Als Stiftung wünschen wir uns, dass Menschen mit einer Querschnittlähmung in Nottwil weiterhin die besten Voraussetzungen für eine erfolgreiche Rehabilitation und lebenslange Begleitung erhalten. Dazu leisten Sie, geschätzte Gönnerin, geschätzter Gönner einen wesentlichen Beitrag. Ich danke Ihnen dafür von ganzem Herzen.



Heinz Frei
Präsident
Gönner-Vereinigung



SCHWERPUNKT

- 8 ERSTREHABILITATION
Guillaume Girolamos intensiver Therapiealltag
- 13 MEDIZIN
Für Chefarzt Björn Zörner ist jede Querschnittlähmung einzigartig
- 14 ÜBERSICHT
Ein hochspezialisiertes System zur individuellen Betreuung
- 16 ANGEHÖRIGE
Ihr Leben ist mitbetroffen
- 18 FUNKTIONSLABOR
Ein vielversprechendes Angebot
- 20 INTERVIEW
Gerold Stucki über Rehabilitation im Gesundheitssystem
- 22 BEGEGNUNG
Sandra Laubes Tempo wird brutal ausgebremst
- 27 GÖNNERVEREINIGUNG
Jahresbericht 2023
- 28 PFLEGE
Innovative Ausbildung im SPZ
- 29 ACTIVE COMMUNICATION
Sonel Zehirs erste eigene Wohnung
- 31 ÜBERSETZERIN
Miri Staub schafft Verständnis

Titelbild: Guillaume Girolamo wählt mit Ergotherapeutin Isabel Steiner seinen ersten Rollstuhl aus (siehe Seite 8).



Spitzenrang als Arbeitgeberin

(v.l.) Katrin Birrer, Stephanie Steiger, Co-Verantwortliche Employer Branding der SPG, Bernhard Hänggi, CEO Randstad Schweiz.



Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) und ihre Gruppengesellschaften zählen zu den attraktivsten Arbeitgebern der Schweiz. In der **Randstad-Employer-Brand-Studie** 2024 belegt die SPS den dritten Rang hinter Google und den SBB. Bei Organisationen mit Spitalbetrieb steht die SPS sogar auf Platz eins der weltweit grössten unabhängigen Studie in diesem Feld. Als vorbildlich wahrgenommen werden die Arbeitsbedingungen und die Sinnhaftigkeit der Tätigkeiten.

 randstad.ch/rebr-sales



199

Ausbildungsplätze hat die Schweizer Paraplegiker-Gruppe 2023 für Lernende und Studierende angeboten. Zudem investierte sie 4 Mio. Franken in die Fort- und Weiterbildung der Mitarbeitenden.

Quelle: Nachhaltigkeitsbericht der Schweizer Paraplegiker-Gruppe 2023.



Innovation in USA gewürdigt

Vor dem Boston Marathon 2024 wurden Orthotec-Geschäftsführer **Stefan Dürger** (Foto) und der spätere Sieger **Marcel Hug** vom Schweizerischen Generalkonsulat New York und Swissnex zu einem Podium eingeladen. Im Fokus stand der Rennrollstuhl OT FOXX, der in Nottwil gemeinsam mit Schweizer Technologiepartnern entwickelt wurde. Das internationale Interesse galt der Ingenieurskunst ebenso wie Marcel Hugs sportlichen Erfolgen. Auch das einzigartige Leistungsnetz der Schweizer Paraplegiker-Gruppe kam zur Sprache – als Vorbild für andere Länder.

 orthotec.ch



Laufen für alle

Am 5. Mai um 13 Uhr ertönte in Zug der Startschuss zum diesjährigen **Wings for Life World Run**. Bei diesem weltweiten Spendenevent für die Rückenmarkforschung ist die Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) nationale Partnerin. Ein über 150-köpfiges Team der SPS nahm am Lauf teil und setzte damit ein Zeichen der Solidarität für Menschen mit Querschnittslähmung.

 wingsforlifeworldrun.com

Inklusive Regatten am Rotsee



© Tobias Lachner

Nach erfolgreichen Tests vor einem Jahr wurden die Wettkämpfe der Lucerne Regatta vom 24. bis 26. Mai erstmals inklusiv ausgetragen – sie fanden gleichzeitig sowohl im Rudern wie im Para-Rudern statt. Athletinnen und Athleten aus der ganzen Welt nahmen mit Begeisterung daran teil. In der Schweiz steckt das **Para-Rudern noch in den Kinderschuhen**. Dies soll sich ändern – mit der Schweizer Paraplegiker-Stiftung als Partnerorganisation des Weltcups am Rotsee und der Förderung durch die Schweizer Paraplegiker-Vereinigung. (Foto: Para-Ruderin Claire Ghiringhelli.)



lucerneregatta.com

59 866

ambulante Behandlungen wurden im vergangenen Jahr im Schweizer Paraplegiker-Zentrum durchgeführt – ein neuer Höchstwert in der 33-jährigen SPZ-Geschichte.

Bessere Vereinbarkeit von Familie und Beruf

In einem Pilotprojekt bietet die Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) in Zusammenarbeit mit der Stiftung IdéeSport erstmals eine **betreute Ferienwoche für Kinder** von Mitarbeitenden im Primarschulalter an. Die SPG möchte damit die Vereinbarkeit von Familie und Beruf fördern. Ende Juli werden 40 Kinder eine Aktionswoche voller Spiel, Spass und Bewegung erleben.

Jugendreha in Nottwil

UK-Symposium 2024

Das diesjährige UK-Symposium findet am 5. September in Olten statt. Es stellt die vierjährige Entwicklung der Unterstützten Kommunikation (UK) in der Schweiz vor – von der Methodenvielfalt bis hin zu den wichtigsten Bausteinen. Mit ihrem Symposium bietet **Active Communication**, eine Tochtergesellschaft der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, gemeinsam mit der Fachhochschule Nordwestschweiz eine wichtige Plattform für den Erfahrungsaustausch über Theorie und Praxis der Unterstützten Kommunikation.



paraplegie.ch/
uk-symposium

Ab 22. Juli weht wieder jugendlicher Wind über den Campus Nottwil. Im **einzigartigen Projekt «Jugendrehabilitations-Wochen»** unterstützt die Schweizer Paraplegiker-Stiftung junge Rollstuhlfahrende darin, dass sie ein möglichst selbstständiges Leben führen können. Während drei Wochen arbeiten sie mit einem individuellen Therapieprogramm intensiv an selbstgesteckten Zielen. Daneben finden gemeinsame Aktivitäten zur sportlichen und sozialen Integration statt.



paraplegie.ch/
jugendreha-wochen



Ausstellung für mehr Inklusion

Barrieren überwinden und Chancengerechtigkeit fördern – das schafft eine neue Ausstellung der ETH Zürich, die bald in Nottwil zu sehen sein wird.

Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen wie einer Querschnittslähmung stossen im Alltag oft auf Barrieren, die ihre Teilhabe am gesellschaftlichen Leben erschweren. Viele Hürden bleiben bestehen – trotz aller Bemühungen. Eine Ausstellung der ETH Zürich für die breite Öffentlichkeit macht jetzt die Herausforderungen eines Lebens mit körperlichen Beeinträchtigungen erlebbar und stellt gleichzeitig innovative Lösungsansätze vor, die den Alltag der Betroffenen erleichtern.

Entwickelt wurde die interaktive Wanderausstellung «Mobilität und Inklusion» vom Kompetenzzentrum für Rehabilitationstechnik und -wissenschaft der ETH Zürich mit Unterstützung der Schweizer

Paraplegiker-Stiftung. Sie startete in der ETH-Haupthalle und wird ab September im Besuchszentrum ParaForum auf dem Campus Nottwil zu sehen sein. Die Besuchenden erfahren dabei aus der Rollstuhlperspektive, was es heisst, mit einer Behinderung zu leben. Auf spielerische Weise lernen sie technische Lösungen kennen, die zur Überwindung von Hindernissen beitragen – auf dem Weg zu mehr Chancengerechtigkeit und Selbstbestimmung.

Das Ziel: eine inklusive Gesellschaft

«Die Ausstellung möchte einen Beitrag zu einer inklusiveren Gesellschaft leisten», sagt Initiator Robert Riener. Der Professor für Sensorische Systeme am Departement für

Gesundheitswissenschaften und Technologie der ETH Zürich engagiert sich hier nicht zum ersten Mal. Auch der «Cybathlon» geht auf seine Idee zurück, ein Wettbewerb, der die Entwicklung alltagstauglicher Assistenzsysteme vorantreibt.

Mit populären Veranstaltungen wie dem Cybathlon und der Ausstellung «Mobilität und Inklusion» trägt Robert Riener den Stand der Technik in die Öffentlichkeit und begeistert für die Forschung und Entwicklung in diesem Bereich. Man erfährt, wie Einschränkungen durch Hilfsmittel teilweise kompensiert werden und kann Berührungspunkte abbauen, damit die Begegnung von Menschen mit und ohne Behinderung zur Selbstverständlichkeit wird.

Die ETH Zürich und Robert Riener sind seit vielen Jahren Kooperationspartner der Schweizer Paraplegiker-Forschung. «Der Zugang zu den Betroffenen ist für uns enorm wichtig», erklärt der Professor. «Denn von den Ergebnissen dieser Zusammenarbeit sollen nicht nur wir Forschenden profitieren, sondern vor allem die Patientinnen und Patienten.»

(anzi/zvg) ■

Grosses Publikumsinteresse zum Ausstellungsstart in der Haupthalle der ETH Zürich.



«Mobilität und Inklusion» im ParaForum

Ausgewählte Elemente der ETH-Ausstellung werden ab 1. September im Besuchszentrum ParaForum in Nottwil gezeigt.



[paraplegie.ch/
sonderausstellung](https://paraplegie.ch/sonderausstellung)





Präsentation der ADAPT-Kollektion
an der Mode Suisse 2023.

Mode und Design für alle

Schönes ist für Menschen mit Querschnittlähmung oft unpraktisch. Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung ruft Modeschaffende, Designfachleute und Studierende dazu auf, dies zu ändern.

Auch Menschen mit einer körperlichen Beeinträchtigung haben durchaus das Bedürfnis, Kleider zu tragen, die nicht nur funktional, sondern auch stylish sind. Oder Produkte zu nutzen, die einfach zu handhaben sind und gleichzeitig ihr Leben schöner machen. Doch bis sie einen uneingeschränkten Zugang zu zeitgemässer Mode und ansprechenden Designs bekommen, muss sich noch vieles ändern. Stil und Funktionalität werden bei uns nur selten zusammengedacht.

Erfolgreiche Sensibilisierung

Deshalb hat die Schweizer Paraplegiker-Stiftung im vergangenen Jahr zusammen mit Yannick Aellen, dem Gründer und Direktor von Mode Suisse, das Projekt ADAPT lanciert. Es setzt sich für eine Mode für Rollstuhlfahrende ein, die sowohl barrierefrei als auch stylish ist. In diesem Jahr wurde die zweite Runde des Projekts eingeläutet:

Im Rahmen von ADAPT 2024 entwickelt Victor Prieux vom Modelabel Visual (Archives) Society mit Studierenden der Genfer Hochschule für Kunst und Design (HEAD – Genève) neue Modeideen.

ADAPT will möglichst viele Modeschaffende für das Thema der adaptiven Mode sensibilisieren. Auch in der diesjährigen Ausgabe wirken wieder fünf Personen mit, die selbst im Rollstuhl sitzen. Sie begleiten das Projekt sowie die einzelnen Phasen des Designprozesses. Und stellen zum Beispiel sicher, dass keine Nähte oder Knöpfe zu Druckstellen führen, die Hosenbeine zu kurz sind oder der nötige Stoff oberhalb des Beckens fehlt. Die Ergebnisse werden am 2. September an der Mode Suisse der Öffentlichkeit vorgestellt.

Neuer Preis für inklusives Design

Bereits die Resultate des vergangenen Jahres lösten ein grosses Medienecho aus und

fürten zu vielen positiven Rückmeldungen sowohl von Betroffenen wie aus der Modeszene. Dies hat die Schweizer Paraplegiker-Stiftung darin bestärkt, ihre Sensibilisierungsarbeit auf den Bereich Design und Alltagsgegenstände auszuweiten. So wurde beim Design Preis Schweiz eine neue Preiskategorie für inklusives Design angelegt, die erstmals im Jahr 2025 zur Auszeichnung kommt. Zudem wurden Designschulen aktiv für das Thema inklusives Design angegangen.

Der Design Preis Schweiz wird seit 33 Jahren an Projekte verliehen, die bereits am Markt erhältlich sind. Auf Initiative der Stiftung wurde für das Jahr 2025 ein spartenübergreifendes, aktives Briefing mit konkreten Wünschen für Produkte und Dienstleistungen entwickelt, welche die Lebensqualität von Menschen mit einer Querschnittlähmung verbessern können. Erste Hochschulen haben daraufhin das Thema in ihren Lehrplan aufgenommen und werden damit das Designdenken in der Schweiz verändern. Es ist ein wichtiger Schritt auf dem Weg in eine Gesellschaft mit adaptiver Mode und inklusivem Design – für alle.

(gasc/kohs) ■

Die Entwicklung der Modedesigns im Rahmen von ADAPT 2024 können Sie online mitverfolgen:

 paraplegie.ch/mode

Der lange Weg nach Hause

Was geschieht bei der Erstrehabilitation eines Menschen mit Querschnittlähmung am Schweizer Paraplegiker-Zentrum in Nottwil? Guillaume Girolamo gibt Einblicke in seinen intensiven Therapiealltag.

Allein das Zusehen löst Emotionen aus. Guillaume Girolamo versucht mit aller Anstrengung, seinen Arm am Griff des Rollstuhls einzuhängen, um den Transfer ins Bett zu üben. Doch immer wieder scheitert der 27-jährige Walliser knapp. Seine Physiotherapeutin gibt ihm klare Anweisungen, motiviert ihn und achtet darauf, dass er sich nicht überfordert. Schliesslich zwingt die Spastik die beiden zum Abbruch des Transfer-Trainings. Morgen, in der nächsten Therapiestunde, werden sie es wieder versuchen.

«Beim ersten Mal ist es sehr anstrengend», erklärt Physiotherapeutin Selin Schmidt. «Beim fünfzigsten Mal vielleicht auch noch. Aber ab einem gewissen Punkt wird der Transfer für ihn selbstverständlich.» An solchen Meilensteinen der Rehabilitation arbeitet die 30-Jährige oft wochen- und monatelang mit ihren Patientinnen und Patienten am Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) in Nottwil. Es sind Voraussetzungen für den Weg zurück ins eigene Leben. Sie geben den Ausschlag, ob ein Mensch mit Querschnittlähmung ins Pflegeheim muss oder wieder selbstständig wohnen und einer Arbeit nachgehen kann.

Dranbleiben, ans Leben denken

Im Juni 2023 verunfallt Guillaume Girolamo bei der Rallye du Chablais. Der Junioren-Schweizermeister verletzt dabei sein Rückenmark auf Höhe der Halswirbelsäule und erleidet eine Tetraplegie. Sein Co-Pilot Benjamin Bétrisey zieht sich nur einen verstauchten Knöchel zu. «Darüber bin ich sehr froh», sagt Guillaume Girolamo. «Wenn heute er im Rollstuhl sitzen würde, wäre es für mich schlimmer.»

Der Rallyefahrer aus Nendaz wird am Lausanner Universitätsspital operiert und direkt nach Nottwil verlegt. Die ersten Monate sind hart. Medizinische Rückschläge belasten ihn, er kann das Bett selten verlassen, die Behandlungen fokussieren auf seine Haut, das Atmen, die Hände. Als er endlich an seinen Bewegungen arbeiten kann, schlägt er bewusst ein hohes Tempo an. «Ich gebe mein Maximum, um am Ende der Rehabilitation eine möglichst grosse Autonomie zu erreichen», sagt er. Und mit einem Lächeln: «Das ist zwar anstrengend, aber nur so kommt man vorwärts.»

Dranbleiben, ans Leben denken, weitmachen. Die Therapien füllen seinen Tag vollständig aus. Etappe für Etappe freut er

sich über jeden Erfolg. Sich selbst die Zähne putzen oder ohne fremde Hilfe essen können – es sind kleine Dinge, die den Alltag eines Menschen mit Querschnittlähmung erleichtern. Der einzige Wermutstropfen: Die Fortschritte benötigen mehr Zeit, als er denkt. Geduld wird für Guillaume Girolamo zur Herausforderung, besonders nach Rückschlägen.

Hohes Fachwissen, kurze Wege

Die Rehabilitation am SPZ zielt darauf ab, dass Menschen mit einer Querschnittlähmung lernen, wieder möglichst selbstständig zu leben. «Wir berücksichtigen in der paraplegiologischen Rehabilitation alle Faktoren, die für die Wiedereingliederung der Betroffenen relevant sind», sagt Diana Sigrist-Nix, die Leiterin der medizinischen Dienste. Neben den körperlichen Einschränkungen sind das auch Themen wie die soziale und berufliche Integration.

Die einzelnen Behandlungsphasen sind deshalb eng miteinander verzahnt, und viele Abklärungen geschehen parallel. Zudem endet die umfassende Rehabilitation nicht mit dem Austritt aus der Klinik, sie dauert vielmehr ein Leben lang.

«Ich gebe immer mein
Maximum. Das ist zwar
anstrengend, aber nur so
kommt man vorwärts.»

Guillaume Girolamo,
Motorsportler



Szenen aus dem Therapiealltag

Oben: In der Physiotherapie bei Selin Schmidt.

Mitte: Rollstuhlanpassung mit Ergotherapeutin Isabel Steiner (rechts) und Rollstuhl-Mechanikerin Yvonne Kreyenbühl von Orthotec. Fingertraining nach der Armoperation.

Unten: Krafttraining nach der Armoperation. Der Familienmensch: Grosseltern Raymonde und Salvatore Conti zu Besuch im SPZ.

Das komplexe Krankheitsbild der Querschnittlähmung erfordert hohes Spezialwissen aus den unterschiedlichsten Fachbereichen. Deshalb ist die interprofessionelle Zusammenarbeit so zentral in Nottwil. So kann bei einem akutmedizinischen Ereignis auf der Bettenstation die Pflege die Intensivstation anrufen und die Betroffenen müssen nicht zuerst in ein Akutspital verlegt werden. «In Nottwil besteht auf allen Stationen eine hohe pflegerische Kompetenz, die sowohl Kenntnisse in der Akutmedizin wie auch in der Beatmung einschliesst», erläutert Diana Sigrist-Nix. Der individuelle Pflegeaufwand beträgt im Schnitt zwischen sechs und sieben Stunden pro Tag.



«Wir berücksichtigen alle Faktoren, die für die Wiedereingliederung relevant sind.»

Diana Sigrist-Nix,
Leiterin Medizinische Dienste

Ziele für zwei Wochen

«Am Anfang wollen alle wieder gehen können», erzählt Physiotherapeutin Selin Schmidt. «Ich sage dann: Ja, ich verstehe das. Aber unser erstes Ziel ist jetzt: am Bett rand sitzen. Wenn du das kannst, lernen wir den Transfer. Und dann, wie du ihn alleine schaffst.»

Abhängig von der Lähmungshöhe und den damit verbundenen Funktionseinschränkungen bedeutet Selbstständigkeit

etwas anderes. Die Physiotherapeutin klärt ab, mit welchen Nerven und Muskeln sie arbeiten kann und entwickelt daraus eine Vision für das erreichbare Endresultat. Die einzelnen Therapieziele werden gemeinsam mit den Patientinnen und Patienten für jeweils zwei Wochen gesetzt. Dann werden ein neuer Status erhoben und die Ziele für die nächste Etappe angepasst.

«Wenn der Nerv funktioniert, aber der Muskel noch nicht reagiert, geben wir ihm möglichst viele Inputs. So lernt er die Bewegungen», umschreibt Selin Schmidt einen Therapieansatz. Für jede Person stehen andere Muskeln im Zentrum ihrer Therapie, die insbesondere die Kraft und Ausdauer stärkt.

Fokus auf den Alltag

Der Fokus der Ergotherapie liegt mehr auf dem Einsatz der Arme und Hände in Alltagsaktivitäten. «Wir bringen den Patientinnen und Patienten alles bei, um ihren Alltag im Rollstuhl zu bewältigen», sagt Ergotherapeutin Isabel Steiner. Es geht um praktische Tätigkeiten: wie man sich mit gelähmten Armen und Beinen anzieht, wie man Türen öffnet, einkauft oder kocht.

Sie schafft Situationen, in denen ihre Patientinnen und Patienten eigene Lösungen entwickeln müssen. Wenn es nicht gelingt, zeigt sie ihnen Alternativen. «Ich staune immer wieder über die unterschiedlichen Ideen, die dabei entstehen», sagt die 28-Jährige. Das ist durchaus erwünscht: «Nach dem Austritt müssen sie ja auch eigene Lösungen erarbeiten, und wir stehen nicht mehr daneben.»

In Isabel Steiners Zuständigkeitsbereich fällt die Hilfsmittelversorgung. Mit Guillaume Girolamo hat sie den passenden Rollstuhl ausgewählt und die Abklärungen für ein Elektrozuggerät und das Autofahren gemacht. In seiner Berggemeinde könnte sich der Tetraplegiker sonst nicht allein fortbewegen – sei es zur Arbeit, in die Therapie oder zum Einkaufen. Die Tests und Trainings ergaben, dass eine Operation am Arm notwendig ist.

«Megaschöne Zusammenarbeit»

Mit Guillaume Girolamo fuhr die Ergotherapeutin ins Wallis, um mit Architektur-Fachleuten der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung seine Wohnung und den Arbeitsplatz abzuklären. Dies geschieht während der Rehabilitation, damit die Umbauten fertig sind, wenn er die Klinik verlässt. «Für unsere Patientinnen und Patienten ist es oft der erste Besuch zu Hause – mit allen Emotionen», sagt Isabel Steiner.

Bei Guillaume Girolamo wurde zusätzlich eine Umfeldsteuerung nötig, damit er Türen, Storen und Licht per Handy bedienen kann. Dazu hat sie gleich einen Berater von Active Communication hinzugezogen, einer anderen Tochterfirma der Schweizer Paraplegiker-Stiftung. Sie schwärmt: «In der ganzen Gruppe ist ein riesiges Fachwissen vorhanden. So entsteht eine megalische Zusammenarbeit.»

Die interprofessionelle Zusammenarbeit prägt ein weiteres grosses Thema der Rehabilitation: das Management von Blase und Darm. Dabei werden die Patientinnen und Patienten von der Pflege angeleitet, es braucht aber ebenso das Wissen der Ergotherapie, um Hilfsmittel zu adaptieren, und der Neuro-Urologie.

Der Flughafen als Abenteuer

«Dass ich nie wieder gehen werde, habe ich erst nach vier bis sechs Wochen richtig verstanden», sagt Guillaume Girolamo, «aber die Hoffnung blieb viel länger.» Der junge Mann ist froh, dass ihn am SPZ über viele Monate hinweg die gleichen Therapeutinnen betreuen: «Man sieht sich täglich, lernt sich kennen und baut Vertrauen auf.» Am Anfang stellte er viele Fragen, ob die angestrebten Ziele tatsächlich erreichbar sind. «Jetzt habe ich keine Zweifel mehr. Meine Therapeutinnen motivieren mich, damit ich das Maximum aus mir heraushole. Mir gefällt diese Haltung – ich habe im Sport die gleiche.»

Dabei wird auch gemeinsam gelacht. «Wir haben viele coole Sachen zusammen erlebt», sagt Physiotherapeutin Selin



Schmidt. Zum Beispiel im Rahmen ihrer monatlichen *Learning-by-doing*-Exkursionen. So nimmt sie ihn schon früh mit einer Patientengruppe zum Flughafen Zürich mit, um anspruchsvolle Aufgaben in der Öffentlichkeit zu lösen. Für den Tetraplegiker ist es ein Abenteuer. Er schmunzelt: «Ich war noch nie ausserhalb des SPZ – und einfach froh, endlich mal rauszukommen ...»

Grosse Unterstützung der Familie

Ein anderer Meilenstein ist das erste Mal im Handrollstuhl. Der klobige Elektrorollstuhl, auf den er die ersten Monate angewiesen ist, stört ihn sehr – etwa beim gemeinsamen Essen mit Angehörigen und Freunden: «Ich bin seit zehn Monaten in Nottwil und hatte praktisch jeden Tag Besuch – das ist phänomenal.» Die Grosseltern, die Eltern,

seine Freundin oder Sportkollegen nehmen drei Stunden Anreise auf sich, um ihn in der Deutschschweiz zu sehen. «Für meine Moral ist das entscheidend», sagt der Familienmensch. «Ich habe noch nie eine Situation der Verzweiflung erlebt.»

Am SPZ ist Sport ein fester Bestandteil der Rehabilitation. Er fördert die Kräftigung und das bessere Handling des Rollstuhls, >

Mit Isabel Steiner bei der Autoabklärung: Nach seiner Operation kann Guillaume Girolamo das Steuer wieder sicher bewegen.



«Es ist eine komplizierte Operation, die sehr viele Vorteile bringt.»

Silvia Schibli,
Chefärztin Handchirurgie

er bietet soziale Kontakte und bereitet auf die Zeit nach dem Austritt vor. Guillaume Girolamo nutzt das Angebot gerne: «Die breite Sportpalette hat mir gezeigt, dass ich viel mehr erreichen kann, als ich zunächst dachte. Sport bringt Abwechslung in den Therapiealltag und ich tausche mich dabei mit den Peer-Kollegen auch über Tipps und Tricks aus.»

Operation bringt neue Freiheiten

Die Peers in der Klinik und die Therapeutinnen nehmen ihm auch seine Befürchtungen vor der Operation, die nach acht Monaten gleichzeitig an beiden Armen stattfindet. Dabei wird durch Transfer des hinteren Deltamuskels an der Schulter die Ellbogenstreckung rekonstruiert. «Ohne Ellenbogenstrecker sind die Betroffenen im Alltag stark limitiert», erklärt Silvia Schibli, die Chefärztin der Handchirurgie. «Sie können nicht einmal selbst in eine Jacke schlüpfen.» Nach ihrem Eingriff haben Guillaume Girolamos Arme einen grösseren Bewegungsradius, sind stabiler und ermöglichen neue Freiheiten. «Es ist eine komplizierte

Operation, die aber sehr zuverlässig ist und so viele Vorteile bringt, dass sie sich unbedingt lohnt», sagt die Chefärztin.

Guillaume Girolamo erhofft sich, dass dadurch der Transfer einfacher gelingt, er den Rollstuhl besser manövrieren kann – und dass das Autofahren wieder möglich wird. Denn Mobilität ist für sein weiteres Leben eine wichtige Voraussetzung. Nach seinem Austritt aus der Klinik möchte er rasch die Büroarbeit in der Garage seines Vaters wieder aufnehmen. «Mein Ziel ist, meinen Ort zu Hause wieder zu finden – in der Familie, im Berufsleben, in meiner Beziehung.» In die fertig umgebaute Wohnung wird er mit seiner Partnerin einziehen.

Sein typisches Lächeln muss er nicht neu lernen. Das hat er über die Monate in Nottwil behalten.

(kste / kohns, zvg) ■

 [paraplegie.ch/
rehabilitation](https://www.paraplegie.ch/rehabilitation)

 [paraplegie.ch/
handchirurgie](https://www.paraplegie.ch/handchirurgie)

«Eine Rehabilitation hat nichts mit Wellness zu tun»

Am Schweizer Paraplegiker-Zentrum beginnt die paraplegiologische Rehabilitation auf der Intensivstation und geht nach dem Austritt ein Leben lang weiter. Chefarzt Björn Zörner erläutert die Zusammenhänge.

Björn Zörner, was heisst Rehabilitation aus medizinischer Sicht?

Wenn eine Person mit einer Rückenmarkverletzung zu uns kommt, ist es das Wichtigste, dass sie stabilisiert wird – dass die Atmung funktioniert und allfällige Nebenverletzungen versorgt werden. Mit der Zeit erkennen die Teams, welche individuellen Therapieziele erreichbar sind, und richten ihre Arbeit darauf aus. Am SPZ behandeln wir nicht nur neurologische Ausfälle, sondern trainieren auch Kompensationstechniken, um fehlende Funktionen im Alltag auszugleichen. Ein weiterer Punkt ist die Behandlung von medizinischen Komplikationen.

Die übergeordneten Ziele sind also medizinische Erholung und Selbstständigkeit?

Ja. Die Rehabilitation fängt bei uns auf der Intensivstation an und geht ein Leben lang weiter. In jeder Phase setzen wir mit den Betroffenen neue Ziele und prüfen, welche Entwicklungen noch möglich sind. Denn jede Rückenmarkverletzung ist einzigartig. Es braucht eine hochspezialisierte Medizin, die auf jeden Einzelfall zugeschnitten ist. Aus medizinischer Sicht ist eine Quer-

schnittlähmung unglaublich komplex, alle Aspekte sind ineinander verschachtelt und voneinander abhängig.

Welche Aufgaben hat die Ärzteschaft?

Wir tragen die Gesamtverantwortung für die Gesundheit unserer Patientinnen und Patienten. Das heisst: Wir stimmen mit allen weiteren Disziplinen die Behandlungen ab, setzen Prioritäten und achten darauf, dass alle Disziplinen immer am gleichen Strang ziehen. In unsere Teamentscheidungen ziehen wir natürlich auch die Betroffenen und ihr Umfeld mit ein.

Was auffällt: Die Patientinnen und Patienten müssen in den Therapien intensiv mitarbeiten.

Das stimmt. Eine paraplegiologische Rehabilitation hat nichts mit Wellness zu tun. Die Zeit in Nottwil soll intensiv genutzt werden, dazu gehören aber auch die Ruhephasen am Weekend. Es ist wie ein Trainingslager im Sport: Man möchte das bestmögliche Resultat erreichen und leistet dafür einen grossen Einsatz. Die Patientinnen und Patienten gehen übrigens oft auch in ihrer Freizeit noch einmal in den Kraftraum.

Wie bestimmen die Teams die notwendige Aufenthaltsdauer in Nottwil?

Die Aufenthaltsdauer wird bei uns immer individuell festgelegt, da gibt es im Einzelfall gewaltige Unterschiede. Um eine für alle Beteiligten möglichst optimale Lösung zu finden, wollen wir jedoch keine Therapiezeit bei den Patientinnen und Patienten einsparen, sondern wir versuchen, unsere internen Prozesse noch effizienter zu gestalten. Der Trend in der Gesundheitsversorgung geht grundsätzlich dahin, dass mehr ambulant abgedeckt wird. Der Austritt aus

«Aus medizinischer Sicht ist eine Querschnittlähmung unglaublich komplex.»

der Klinik stellt die Betroffenen vor neue Herausforderungen und ist für sie häufig ein Ansporn, mit der intensiven Arbeit an der Rehabilitation fortzufahren.

Was sind für Sie besonders schöne Momente?

Als Chefarzt freut es mich, dass ich hier in Nottwil Klinik, Lehre und Forschung miteinander verknüpfen kann. Die Beteiligung an wissenschaftlichen Studien hilft uns, immer besser zu werden – und das muss unser Ziel sein. Mich macht aber auch glücklich, wenn ich sehe, wie unsere Ideen und das gesamte Behandlungsteam funktionieren und die betreuten Menschen profitieren und ihre Ziele erreichen können. Mitzuerleben, dass man als Team so etwas bewirken kann, ist sinnstiftend und macht mich glücklich.

(kste / we) ■



PD Dr. med. Dr. sc. nat. Björn Zörner, Chefarzt Paraplegiologie am Schweizer Paraplegiker-Zentrum

Rehabilitation in Nottwil

Das Schweizer Paraplegiker-Zentrum bietet ein hochspezialisiertes System für die Bedürfnisse von Menschen mit Querschnittlähmung.

Die paraplegiologische Rehabilitation in Nottwil schafft die Voraussetzungen für den Weg zurück ins angestammte Umfeld und in die grösstmögliche Selbstständigkeit. Behandelt werden medizinische sowie nichtmedizinische Aspekte der Querschnittlähmung – mit einem ganzheitlichen Ansatz, in dem einzelne Fachdisziplinen interprofessionell zusammenarbeiten.

Dabei entsteht um die Patientinnen und Patienten herum ein «Ökosystem», in dem vieles parallel geschieht: Medizinische und pflegerische Leistungen werden ergänzt durch ein personalisiertes Therapie- und Beratungsangebot. Alle Bereiche der Rehabilitation sind eng verknüpft und gehen flussend ineinander über. Zu den komplementären Behandlungsformen zählen (u.a.):

1 – Medizin

Diagnostik und Chirurgie
Intensivmedizin und Intensivpflege
Beatmungsmedizin
Schmerzmedizin
Innere Medizin
Rehabilitationsmedizin
Neurologie
Neuro-Urologie
Psychiatrie
Akut- und Rehabilitationspflege

3 – Beratung

Hilfsmittel-Versorgung
Sozialberatung
Arbeitsabklärung
Wohnungsabklärung
Fahrzeugumbau
Peer-Beratung
Angehörigenbetreuung

4 – Ambulatorium

lebenslange Begleitung

2 – Therapien

Physiotherapie
Ergotherapie
Logopädie
Ernährungstherapie
Psychologie
Sporttherapie
Seelsorge



paraplegie.ch/
wimmelbild





Start in einen Lebensmarathon

Eine Querschnittlähmung verändert auch das Leben von Angehörigen wie Karin Bühler. Während der Rehabilitation ihres Mannes übernimmt sie herausfordernde neue Rollen, die für die zweifache Mutter aus dem Aargau zur Belastungsprobe werden.

Plötzlich ist er da, dieser Berg, er wirkt unendlich hoch. Aber die Energie, um den Gipfel zu erklimmen, scheint nicht ansatzweise da zu sein.

Karin Bühler sitzt im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) in Nottwil. Hinter sich hat die 40-Jährige aus Hirschthal AG eine aufschlussreiche Stunde. Eine Pflegefachfrau zeigte ihr, mit welchen Techniken sie einem Menschen mit Querschnittlähmung beim Transferieren helfen kann. Denn ihr Mann Christoph ist seit rund einem Jahr Tetraplegiker.

Seit dem 23. Juli 2023, dem Tag des Badeunfalls, sieht sich Karin Bühler mit grossen Herausforderungen konfrontiert. Was passiert ist, wühlt auf und löst Ängste aus. Sie hat keine Ahnung, wie sie die Situation meistern soll und ob sie dazu überhaupt in der Lage ist. «Ich hatte fast keine Zeit für die Verarbeitung, ich funktionierte einfach», beschreibt sie die ersten Tage.

Die Sozialberatung als Entlastung

Das Ereignis in den Sommerferien am Murtensee schockierte alle, erzählt sie: «Es schüttelte die ganze Familie und das Umfeld durch.» Als ihr Mann Anfang August noch auf der Intensivpflegestation des SPZ liegt, meldet sich bei ihr die Sozialberatung. Sie unterstützt Patientinnen und Patienten in versicherungstechnischen Belangen, klärt ab, welche Leistungen ihnen zustehen und kümmert sich um Finanzierungsfragen. Wer übernimmt die Kosten für Hilfsmittel? Wie ist vorzugehen, wenn zu Hause bauliche Anpassungen notwendig sind?

Das Paar wird von der Sozialberaterin des SPZ eng begleitet. Dies sorgt für eine immense Entlastung. «Ich wüsste nicht, was wir ohne sie machen würden», sagt Karin Bühler dankbar. «Wenn ich ein Anliegen habe, darf ich mich bei ihr melden – und es wird geholfen.»

Dennoch bleibt sehr viel Arbeit an ihr hängen, sie übernimmt mehrere Rollen gleichzeitig. Karin Bühler versucht, den Alltag ihrer zwei kleinen Kinder so zu gestalten

«Ich sagte zu Christoph:
«Du musst auch mitziehen.
Wenn du keine positive
Einstellung findest,
schaffen wir es nicht.»»

Karin Bühler

ten wie immer. Wenn sie mit ihrem Mann telefoniert oder ihn in Nottwil besucht, bemüht sie sich, ihn moralisch aufzurichten und ihm verstehen zu geben, dass sie die Krise gemeinsam meistern werden. Und schliesslich ist da das Thema Haus: Wie und wo leben wir nach der Rehabilitation von Christoph?

Ein Schlüsselmoment

Die Bühlers haben ihr kleines Reich in Hirschthal mit viel Liebe umgebaut und eingerichtet. Aber das Einfamilienhaus, erbaut

in den 1950er-Jahren, ist verwinkelt. Ein barrierefreier Umbau macht keinen Sinn, die Familie muss eine andere Lösung finden. Sie startet ein Crowdfunding, mit dem sie an gleicher Stelle den Bau eines Hauses finanzieren will, das für einen Tetraplegiker geeignet ist. Gleichzeitig muss sie temporär eine Wohnung finden, idealerweise in Hirschthal, um die Kinder nicht aus ihrer vertrauten Umgebung zu reißen.

Die Situation belastet Karin Bühler als Angehörige besonders und fordert ihre Qualitäten als Managerin heraus. «Ich bin x-mal an Grenzen gestossen», sagt sie offen. Gezwungenermassen muss sie nun auch Aufgaben erledigen, um die sich vorher eher Christoph kümmerte.

Es kostet viel Energie, die unzähligen Herausforderungen zu bewältigen. Im November 2023 ist ein kritischer Punkt erreicht, das spürt Karin Bühler. Ihrem Mann geht es psychisch nicht gut, sie macht sich grosse Sorgen. Aber sie merkt auch, dass ihr die nötige Kraft fehlt, um ihn aus seinem Tief herauszuholen. Kurz nach dem Unfall zeigte sich Christoph von der positiven Seite. Er richtete sein Umfeld auf und stimmte am 1. August auf der IPS das Jodellied «Lueget, vo Bärge und Tal» an. Jetzt ist alles anders.

Im November gibt es ein Gespräch zwischen den beiden, das für Karin Bühler im Rückblick ein Schlüsselmoment im ganzen Reha-Prozess ist: «Ich sagte Christoph: «Du musst auch mitziehen. Wenn du nicht wieder eine positive Einstellung findest, schaffen wir es nicht.»»



Gemeinsam stark: Karin Bühler mit ihrem Mann Christoph und den Kindern Liv und Jonas.

Liebevoll «Nein» sagen

Karin Bühler erinnert sich oft an die Worte eines Pflegefachmanns auf der Intensivstation des Berner Inselspitals, wo ihr Mann nach dem Unfall operiert wurde: «Sie haben jetzt einen Lebensmarathon vor sich, der manchmal durch die Wüste führt, dann wieder einem Bach entlang und über schöne Wiesen.» Wenn heute Schwierigkeiten auftauchen, sagt sie sich: Jetzt muss ich ein anstrengendes Wegstück zurücklegen, bergwärts ohne Wasser. Aber wenn ich geschwitzt habe und oben bin, folgt eine entspanntere Etappe.

Sie hat sich daran gewöhnt, dass die Zeit der Reha von vielen Schwankun-

gen geprägt ist. Und sie weiss, dass sie als Angehörige im SPZ ebenfalls psychologische Hilfe in Anspruch nehmen kann. Karin Bühler realisiert mit der Zeit immer mehr, wie wertvoll dieses Angebot ist.

Ebenso wie den Angehörigen-Tag im SPZ, an dem auch die Frage diskutiert wurde, welche Auswirkungen es bei einem betroffenen Menschen hat, wenn die Angehörigen einmal «Nein» sagen. An diesem Tag lernte sie, dass man das durchaus darf – «aber liebevoll».

Karin und Christoph Bühler haben sich jetzt zu einer Paartherapie entschlossen. «Wir müssen uns auf eine komplett neue Lebenssituation einstellen», sagt Karin Büh-

ler. Sie hat grossen Respekt vor der Zukunft, macht sich aber nicht zu viele Sorgen im Voraus. So tickte sie schon immer: Sie löst ein Problem, wenn es da ist. Eine Stütze sind ihr dabei die Kinder Liv und Jonas: «Ich glaube, die vergangenen Monate wären ohne sie noch schwieriger gewesen.» Mit ihrer Unbeschwertheit schaffen sie es, ihre Mutter auf andere Gedanken zu bringen.

(pmb/kohs) ■



Innovative Perspektiven

Mit dem Funktionslabor des SPZ entsteht ein vielversprechendes Angebot für die Rehabilitation von Menschen mit eingeschränkten Hand- und Armfunktionen. Um es allen betroffenen Patientinnen und Patienten zugänglich zu machen, sind Spendengelder erforderlich.

Ein Griff zum Handy, die Haare kämmen oder seine Zähne putzen – für die meisten Menschen sind alltägliche Handlungen wie diese eine Selbstverständlichkeit. Über das Zusammenspiel der Muskeln in Armen, Händen und Fingern, die diese Bewegungen möglich machen, denken wir im Normalfall nicht weiter nach.

Anders ist das bei Menschen mit einer hohen Querschnittslähmung. Auch im Falle einer inkompletten Tetraplegie, bei der das Rückenmark nicht vollständig durchtrennt ist, kann das Gehirn die Muskeln der oberen Extremitäten nur noch teilweise ansteuern. Damit sind viele der für Alltagsaufgaben erforderlichen Bewegungsabläufe nicht mehr möglich und die Betroffenen verlieren ihre Selbstständigkeit. Ein Glas oder einen Löffel zum Mund führen, sich katheterisieren, der Transfer vom Bett in den Rollstuhl – ohne Unterstützung sind solche Aufgaben oft nicht zu bewältigen.

Hilflosigkeit überwinden

«Am Anfang fühlt man sich total hilflos», erinnert sich Matthias Lötscher an die Zeit nach seinem folgenschweren Unfall beim Skispringen. Der 37-jährige Luzerner lebt seit rund neunzehn Jahren mit einer inkompletten Tetraplegie. Während seiner Rehabilitation am Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) hat er gelernt, das Beste aus seiner Situation zu machen. «Obwohl für Menschen wie mich jede kleine Bewegung eine Herausforderung ist, habe ich vieles erreicht, worauf ich sehr stolz bin», sagt er. Dazu zählen ein abgeschlossenes Jurastudium, seine Stelle in einer Zürcher Anwaltskanzlei, aber auch die eigene Wohnung, in der er seit einigen Jahren selbstbestimmt lebt.

Dass Menschen mit einer hohen Querschnittslähmung ihren Alltag möglichst selbstständig bewältigen, ist das Ziel der ganzheitlichen Rehabilitation am SPZ. So

werden in Nottwil immer wieder neue Verfahren geprüft und entwickelt, die die Lebensqualität der Patientinnen und Patienten verbessern.

Neue Methode gibt Hoffnung

Besonders Erfolg versprechend ist derzeit eine Methode zur Messung von Bewegungen in Armen, Händen und Fingern, für die ein sogenanntes Funktionslabor eingerichtet wurde. Mit dieser Methode wird dargestellt, wie einzelne Muskeln arbeiten und wie sich bestimmte Funktionen zusammensetzen, etwa das Greifen oder Anheben von Gegenständen.

«Durch die Messung können wir präzise feststellen, welche Muskeln eine Person noch bewegen kann», erklärt Ines Bersch-Porada. Sie leitet das Zentrum für funktionelle Elektrostimulation des SPZ und ist Fachverantwortliche für das Funktionslabor. Die noch vorhandenen Funktionen



SCHWERPUNKT



Die Tests im Funktionslabor zeigen, welche Muskeln trainiert werden können, um mehr Selbstständigkeit im Alltag zu erreichen.

«Gerade bei frischen Verletzungen ist das Nervensystem offen für neue Impulse.»

Ines Bersch-Porada,
Fachverantwortliche Funktionslabor

geben den Fachpersonen Aufschluss, welche Fortschritte durch ein gezieltes Training zu erwarten sind. Etwa durch eine «transkutane Rückenmarkstimulation», wobei die Nerven des Rückenmarks durch die Haut hindurch elektrisch stimuliert werden, um Funktionen zu verbessern.

Die Daten aus dem Funktionslabor ergeben ein umfassendes Bild der verbliebenen Strukturen und Funktionen, um für jede Patientin und jeden Patienten einen individuellen Behandlungsplan zu erstellen.

Damit können sie die verbliebene Muskulatur in Armen, Händen und Fingern so trainieren, dass weitere Funktionsverbesserungen erreicht werden. «Der Mehrwert für den Alltag von Menschen mit einer Tetraplegie ist enorm», so Ines Bersch-Porada. «Jedes Stückchen Selbstständigkeit, das zurückgewonnen wird, trägt zur Verbesserung ihrer Lebensqualität bei.»

Alle sollen profitieren

Das Ziel der Verantwortlichen in Nottwil ist es, das Funktionslabor allen Patientinnen und Patienten zugänglich zu machen, die potenziell davon profitieren. Dazu bedarf es allerdings noch etlicher Investitionen, für die ein Spendenaufruf gemacht wurde (siehe Box).

Vielversprechend ist das Funktionslabor insbesondere für Patientinnen und Patienten, die am Anfang ihrer Rehabilitation stehen. «Bei frischen Verletzungen ist das Nervensystem sehr offen für neue Impulse», weiss Ines Bersch-Porada aus mehr als dreissig Jahren Erfahrung.

Aber auch für Menschen wie Matthias Lötscher, die die verbliebenen Funktionen ihrer oberen Extremitäten erhalten und optimieren wollen, bietet das Funktionslabor einen Mehrwert. «Ich muss meinen Körper regelmässig trainieren, denn jede noch so

kleine Bewegung hat einen grossen Einfluss auf meinen Alltag», sagt er. Nur schon die Tatsache, dass er als Tetraplegiker einen Computer bedienen kann, habe ihm neue Welten eröffnet – und die Möglichkeit, als Jurist zu arbeiten. «Während der Reha versuchte ich, das Optimum aus meinem Körper herauszuholen», sagt er. «Das will ich auf keinen Fall verlieren.»

(anzi/we) ■



Ihre Spende hilft

Dank Ihrer Spende profitieren Menschen mit Querschnittslähmung während der Rehabilitation im SPZ von neuen Angeboten wie dem Funktionslabor, die ihnen möglichst viel Selbstständigkeit zurückgeben. Danke für Ihre Unterstützung.

 [paraplegie.ch/
funktionslabor](https://paraplegie.ch/funktionslabor)





«Wir erzielen laufend Fortschritte»

Für Gerold Stucki soll Rehabilitation ein zentraler Bereich im Gesundheitssystem sein. Der Direktor der Schweizer Paraplegiker-Forschung spricht von Ansätzen, die Hoffnung auf eine bessere Lebensqualität von Menschen mit Querschnittlähmung machen.

Gerold Stucki, was bedeutet Rehabilitation?

Die Rehabilitation ist eine von fünf Gesundheitsstrategien der Weltgesundheitsorganisation WHO. Für Menschen mit einer Querschnittlähmung bedeutet das, dass ihre Funktionsfähigkeit optimiert wird – und Funktionsfähigkeit ist die Brücke zur Lebensqualität. Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung verfolgt das Ziel, den betroffenen Menschen zu einem selbstbestimmten Leben bei bestmöglicher Gesundheit zu verhelfen und sie ein Leben lang zu begleiten. Denn eine körperliche Einschränkung heisst nicht, dass man nicht mehr aktiv an der Gesellschaft teilhaben kann.

Wie entwickelte sich die Rehabilitation in den letzten Jahrzehnten?

Die medizinisch-technologischen Möglichkeiten beeinflussen die körperliche Gesundheit: Wir können gefährliche Krankheiten überleben, was sich auf die Lebenserwartung auswirkt. Ebenfalls besser wurde die gelebte Gesundheit. Darunter verstehen wir die Aktivitäten im Alltag und die Teilnahme an allen Lebensbereichen. Menschen mit einer Beeinträchtigung können heute mehr machen als früher. Das ist auf Faktoren wie Barrierefreiheit und Hilfsmittel zurückzuführen, aber auch auf ein verändertes Mindset.

Was meinen Sie damit?

Die Haltung der Gesellschaft hat sich geändert. In den 1980er-Jahren galt jemand, der eine schwere Krankheit oder einen Unfall erlitt, als «behindert». Heute werden Menschen mit eingeschränkter Funktionsfähigkeit anders wahrgenommen. Was jedoch zwingend geändert werden muss, ist die Leistungserbringung im Gesundheitssystem: Die Rehabilitation wird im Spitalbereich angesiedelt, man sieht sie viel zu wenig als etwas, das in der Grundversorgung stattfinden müsste. Für viele Menschen ist Rehabilitation eine Aufgabe fürs ganze Leben.

... insbesondere Menschen mit einer Querschnittlähmung.

Genau. Die Rehabilitation müsste in der allgemeinen Medizin breiter vernetzt sein und mit den anderen Disziplinen der Kuration [Behandlung zur Wiederherstellung der Gesundheit, Red.] verbunden werden. Diesbezüglich nimmt Nottwil eine Vorreiterrolle ein. Unsere Klinik ist rehabilitativ orientiert, aber auch stark kurativ, das heisst: Wir streben mit therapeutischen Massnahmen eine möglichst gute Heilung an. Das Ziel ist die Integration von Rehabilitation mit Kuration und Prävention.

Wie lässt sich das erreichen?

Eine Gesundheitsstrategie wie die Rehabilitation sollte an den Universitäten verankert sein. Holland hat an jeder medizinischen Fakultät einen Lehrstuhl für Rehabilitationsmedizin, die Schweiz hat keinen. Da haben wir noch Steigerungspotenzial.

In welche Richtung entwickelt sich die Rehabilitation im Bereich Querschnittlähmung?



«Wir bewirken für Menschen mit Querschnittlähmung etwas Einzigartiges, das früher nicht möglich war.»

Prof. Dr. med. Gerold Stucki,
Direktor der Schweizer
Paraplegiker-Forschung

Das kann niemand voraussagen. Es gibt in allen Bereichen vielversprechende Ansätze, die zu Verbesserungen führen. Natürlich haben viele Betroffene die Hoffnung, einmal wieder gehen zu können. Aber es geht auch um Themen wie ein besseres Blasen- und Darmmanagement, die Stabilität des Herz-Kreislauf-Systems, die Behandlung von Folgeerkrankungen oder eine bessere Betreuung in einer Schmerzsituation – überall erzielen wir laufend Fortschritte. Und in den nächsten Jahren wird es weiter geben. Rehabilitation ist wie ein Mosaik, das sich aus ganz verschiedenen Steinchen zusammensetzt.

Wie kann die Forschung die Entwicklung unterstützen?

Mit der Funktionsfähigkeitsforschung. Dabei steht der betroffene Mensch im Zentrum unter Berücksichtigung seiner psychologischen und physischen Ressourcen und seines Umfelds. Das bedingt, dass Forschende aus verschiedenen Disziplinen zusammenarbeiten und auch die Bedürfnisse der Betroffenen in die Prozesse einbezogen werden. Die Schweizer Paraplegiker-Forschung verfolgt einen 360-Grad-Ansatz und hat sich national und international einen sehr guten Ruf erarbeitet.

Besteht für Sie darin der Reiz, sich in Nottwil zu engagieren?

Absolut. Hier bewirken wir für Menschen mit Querschnittlähmung etwas Einzigarti-

ges, das früher nicht möglich war. Heute sind wir ein attraktiver Arbeitsort für Forschende aus der ganzen Welt.

Die WHO verabschiedete 2023 eine Resolution zur Stärkung der Rehabilitation im Gesundheitswesen.

Die Resolution fördert das Bewusstsein, wie wichtig die Rehabilitation im Gesundheitssystem ist. Wenn die WHO dies verlangt, hat es grosses Gewicht. Aufgefordert sind nun verschiedene Gruppen, an der Umsetzung der Resolution mitzuwirken: die Politik, die Zivilgesellschaft, die Universitäten. Ich sehe ein enormes Potenzial.

Welchen Traum möchten Sie in der Rehabilitation noch verwirklichen?

Mehr als einen. Der erste Traum ist, dass die Funktionsfähigkeit in der Gesundheitsstatistik weltweit aufgenommen wird. Nur was als Zahl zur Verfügung steht, wird ernst genommen. Ein zweiter Traum wäre, die Wissenschaft der Funktionsfähigkeit zu etablieren. Und der dritte: Die akademische Kapazität in der Rehabilitationsmedizin zu schaffen. Bis 2030 sollen die drei Ziele erreicht sein.

Und dann gönnt sich Gerold Stucki den Ruhestand?

Das sehen wir dann. (lacht)

(pmb/baad) ■

 paraplegie.ch/
spf

Ausgebremst

Sandra Laube geht temporeich durchs Leben und erfüllt sich viele Träume – bis sie Traumatisches erlebt. Ein unverschuldeter Autounfall macht die Zürcherin zur Tetraplegikerin. Sie erleidet eine schwere Lebenskrise und lernt dabei: Auf ihren Mann kann sie sich immer verlassen.





Sie lacht gerne und oft – auch wenn die Umstände schwierig sind:
Sandra Laube mit Labrador-Hündin
Daisy zu Hause in Schwyz.

Was ist bloss aus mir geworden? Ist das jetzt mein Leben? Und macht es so noch Sinn? – Allein die Erinnerung an solche Fragen während der schlimmen Monate nach ihrem Unfall lassen ihr Tränen in die Augen schiessen. Das Lachen, eigentlich ihr Markenzeichen, verschwindet aus dem Gesicht. Die Emotionen zeigen, wie sehr sie gelitten hat und wie sehr sie heute immer wieder leidet.

Sandra Laube schildert Momente einer Krise, in der sie nicht nur körperlichen, sondern auch seelischen Schmerz aushalten muss, aber fast nicht aushalten kann. Das Gefühl der Überforderung bringt sie an Grenzen. «Ich kam mir als Frau entwürdigt vor», sagt sie und wischt sich eine Träne aus dem Augenwinkel. «Es wuchs mir alles über den Kopf, es war ein Riesenschock.»

«Manchmal polarisiere ich»

Die 53-Jährige sitzt im Rollstuhl und trägt ein T-Shirt, auf dem Donald Duck strahlt. Ihr linker Arm wird von einer auffälligen Orthese geschützt. Überzogen ist sie mit Originalstoff der Luxusmarke Louis Vuitton. Sandra Laube mag es bunt, manchmal schrill, sie sagt von sich: «Mir ist bewusst, dass ich mit meinem Äusseren und meinen Äusserungen manchmal polarisiere.»

Das Leben von Sandra Laube ist während Jahren von Tempo geprägt. In einem Primarschulaufsatz schreibt sie, dass sie einmal heiraten und Mutter werden will – und dass sie ein Haus mit Swimmingpool sowie einen Hund haben möchte. Als Teenager fängt sie damit an, Inventar für eine zukünftige Wohnung zu kaufen.

Die Dübendorferin entwickelt eine Affinität zu Zahlen und verblüfft mit ihrem fotografischen Gedächtnis. Autokennzeichen, Geburtsdaten, Telefonnummern speichert sie mühelos. Auf einer Bank absolviert sie eine KV-Lehre und geniesst die wilden Phasen des Jungseins. «Sandy», wie sie in ihrem Freundeskreis genannt wird, zieht um die Häuser, sie ist keine Mitläuferin, sondern ein Alphatier. Die Nacht zum Tag machen, das gelingt ihr ohne Anstrengung. Der Held ihrer Jugend ist der britische Rockmusiker Billy Idol.

Der erste Rückschlag

Mit zwanzig Jahren zieht sie in ihre eigenen vier Wände in Zürich-Seebach und lernt Theo kennen. Neun Monate später heiraten sie und kaufen ein Haus in Bassersdorf ZH – natürlich mit Pool. Einen >



Links: Sandra Laube mit ihrem Mann Theo und bei der Maltherapie.

Oben: Mit ihren Kollegen Tobias Biber und Lorenzo Muschi (rechts) in der Begegnungshalle des SPZ.

Rechte Seite: Reittherapie in Nottwil.

Hund haben sie auch. Und mit 22 Jahren wird Sandra Mutter von Priscilla. Die Erzählung klingt fast kitschig, als wäre ein Plan am Reissbrett entworfen worden.

Sandra Laube arbeitet als Finanzberaterin, ihr Mann ist in der Versicherungsbranche tätig. Sie verdienen gut, leisten sich schöne Ferien und sagen rückblickend: «Wir gaben Vollgas und befanden uns lange auf der Überholspur.» Aber 2007 wird Sandra Laube gezwungen, ihr Tempo zu drosseln. Sie stürzt mehrere Meter eine Treppe hinunter. Der linke Arm ist vom Handgelenk bis zum Schulterblatt zertrümmert. Mehrere Eingriffe sind notwendig, der Arm wird schliesslich versteift.

«Für mich war das eine Katastrophe», erzählt sie. Sie ist sportlich aktiv, surft und fährt Ski, Mountainbike und Rollerblades. Doch jetzt muss sie ihren Bewegungsdrang einschränken. Mit der Zeit lernt sie, mit ihrem gelähmten Arm zurechtzukommen: «Es pendelte sich alles wieder einigermassen ein.»

Unfall mit brutalen Folgen

2020 sitzt Sandra Laube als Beifahrerin entspannt neben Theo im Auto. Sie fahren eine Passstrasse runter, als der Wagen vor ihnen blinkt, um abzubiegen. Im Rückspiegel sieht Theo einen anderen Wagen rasch näherkommen, dessen Lenker die

Situation völlig falsch einschätzt. Sie haben keine Chance. Beim heftigen Auffahrunfall trägt Theo verhältnismässig leichte Blessuren davon. Doch Sandra erwischt es brutal.

Im Spital wird sie notfallmässig am Rücken operiert. Komplikationen treten auf. Sie erleidet eine schwere Blutvergiftung (Sepsis) und durch die Infektion ist ihr Rücken voller Eiter. Eine zweite Notoperation ist notwendig. Theo Laube lehnt zunächst ab, lenkt aber ein, als er erfährt, dass seine Frau stirbt, wenn sie nichts tun.

Sandra Laube hat nur vage Erinnerungen an den Tag des Unfalls und die Stunden danach. Aber zwei Dinge sind haften geblieben: der unfassbare Schmerz und die «krassen Medikamente.» Erst mit der Zeit realisiert sie ihre Querschnittlähmung. Aufgrund der Rückenmarkverletzung kann sie nur noch ihren rechten Arm bewegen, mehr nicht.

«Mir wurde als Frau viel genommen»

Die Blase und der Darm funktionieren nicht mehr. Katheterisieren ist eine Option, bloss: Mit nur einem Arm funktioniert das nicht. Ein erneuter Eingriff erfolgt im Berner Inselspital, bei dem die Harnröhre umplatziert wird. Der natürliche Blasen Ausgang wird verschlossen und ein neuer Ausgang via Bauchnabel hergestellt. Über diesen Zugang erfolgt nun das Katheterisieren, zwölf Mal verteilt auf 24 Stunden.

Nach mehrmonatigen Aufenthalten in verschiedenen Kliniken beginnt im August 2021 die



«Ich habe aufgehört, mir zu viele Gedanken zu machen. Ich lebe hier und heute und will nicht klagen.»

Sandra Laube

Rehabilitation im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) in Nottwil. Jetzt schlittert Sandra Laube in eine tiefe Krise, weil sie realisiert, was mit ihrem Körper geschehen ist. Es sind Gefühle der Entwürdigung, Demütigung, der Fremdbestimmung. «Mir wurde als Frau viel genommen», sagt sie. Ein Sexualeben wie früher wird es nicht mehr geben. Als noch einschränkender empfindet sie die Notwendigkeit, von nun an ihre Blase und ihren Darm «managen» zu müssen, wie es so neutral heisst.

Als sie Anfang Mai 2022 Nottwil verlässt, verstärkt sich die Ohnmacht. Sie weiss, dass sie nicht mehr in ihre Wohnung in Schindellegi SZ zurückkehren kann, ein rollstuhlgängiger Umbau ist unmöglich. Und während sie in der Rehabilitation weilte, hat ihr Mann eine praktische Wohnlösung in Schwyz gefunden.

Tränen fliessen während Monaten

«Okay, das ist jetzt mein Zuhause ...», denkt Sandra Laube am neuen Ort. Sie muss sich mit der Umgebung zuerst anfreunden. Wobei ihr klar ist: «Wir hatten keine Wahl. Der Umzug war notwendig.»

So schön die Aussicht, so geschmackvoll die Einrichtung: Sandra Laube fällt in einen depressiven Zustand. Tränen fliessen immer wieder, und das während Monaten. Wilde Gedanken schiessen ihr durch den Kopf, auch der, dass es unter diesen Umständen wenig Sinn macht, weiterzuleben.

Früher war alles so leicht und unbeschwert, sie genoss das Spontane, das Abenteuerliche. Es kam vor, dass sie mit Theo und Tochter Priscilla vor einem Globus sass, mit verschlossenen Augen auf einen Punkt tippte und so festlegte, wo sie ihre Ferien verbringen werden. Aber jetzt? Wie soll sie reisen? Der Rollstuhl, das Katheterisieren – das geht niemals.

Theo Laube, ein sowohl zielorientierter wie pragmatischer Mensch, teilt ihre Zweifel nicht. Er zeigt durchaus Emotionen, aber sagt auch: «Es hilft Sandra nichts, wenn ich mitheule.» Er will sich nicht über Probleme aufregen, sondern die beste Lösung finden. Wenn Sandra von einem eigentlich «anderen Lebensplan» spricht, fällt ihm ein Zitat ein: «Wenn du Gott zum Lachen bringen willst, erzähle ihm von deinen Plänen ...» Er hievt die 13-jährige Labrador-Hündin Daisy aufs Sofa und sagt: «Ist doch so?»

Ihr Mann ist für sie da

Für den selbstständigen Unternehmer sind Ausflüge der beste Mutmacher. Er fliegt mit Sandra nach Barcelona und Nizza, um ihr zu beweisen, dass nichts sie daran hindern kann. Und er lässt sich von keiner ihrer Tränen erweichen. Seine Beharrlichkeit zeigt mit der Zeit Wirkung.

Sandra Laube sagt: «Meine Familie unterstützt mich pausenlos.» Sie betont auch, dass sie sich mit ihrer schwierigen Situation arrangiert hat: «Ich möchte keine schlechte Stimmung verbreiten und nicht ständig jammern. Mir ist bewusst >

«So krass ich auch geschädigt bin,
jetzt geht es aufwärts»:
Sandra Laube auf der Terrasse
ihrer Wohnung.



geworden, wie abrupt sich alles ändern kann. Und wie wertvoll die Gesundheit ist.»

Als Tetraplegikerin benötigt sie in ihrem Alltag Hilfe. Sie bekommt sie von ihrem Mann, der sich Zeit freimacht, um für sie da zu sein. Er transferiert sie morgens in den Rollstuhl, bringt sie am Abend ins Bett, unterstützt sie beim Katheterisieren, kocht, hört zu.

Nie wäre es Theo Laube in den Sinn gekommen, sich von Sandra abzuwenden. «Wieso auch?», fragt er. «Wir haben zusammen wunderschöne Dinge erlebt.» Der Unfall hat zwar einiges durcheinandergebracht, aber deswegen lassen sie sich nicht auseinandertreiben. «Es gibt Dinge, die sich nicht ändern lassen. Blättern wir also die Seite um und schlagen ein neues Kapitel auf.»

Sie spricht offen über alles

Sandra Laube hat sich damit abfinden müssen, abhängig zu sein. Sie tut sich immer noch schwer damit, sie ist aber enorm dankbar, dass sie mit ihrem Mann quasi einen Spitex-Ersatz hat. Er chauffiert sie überall hin, regelmässig auch für Therapien ins SPZ. Nottwil wurde für sie ein zentraler Ort, wo sie Freundschaften geschlossen hat und pflegt. Die Frau fällt mit ihren langen blonden Haaren und ihrer Orthese auf, deren exklusiven Stoffbezug Theo in den USA organisiert hat. «Die Leute nehmen es schon noch wahr, wenn die Blonde einfährt», sagt sie scherzhaft.

Das schwarze Loch existiere heute nicht mehr. Sie stört sich auch nicht mehr daran, wenn Leute ihr hinterherblicken oder sie gar anstarren. Offen spricht sie über das «Käthle», das Katheterisieren: «Es gibt da nichts schönzureden», sagt Sandra Laube. «Und manchmal merke ich im Gespräch mit anderen Betroffenen, wie gut es ihnen tut, wenn jemand ohne Hemmungen vermeintliche Tabuthemen anschneidet.»

Die Lust am Reisen ist zurück. Wenn sich die Möglichkeit ergibt, tun sie das. In mehr als neunzig Ländern war sie bereits. Und auch Konzertbesuche sollen wieder möglich werden, am liebsten an jene der deutschen Band Rammstein. Sie zeigt wieder das markante Lachen.

«Jetzt geht es aufwärts»

Was die Zukunft bringen wird? «Ich habe aufgehört, mir zu viele Gedanken zu machen», sagt Sandra Laube. «Ich lebe hier und heute und will nicht klagen.» Doch eine Angst begleitet sie: Dass sich ihr Zustand verschlechtert. Über zwanzig Operationen musste sie bereits über sich ergehen lassen, mehr sollen es nicht werden.

Sandra Laube engagiert sich für Menschen mit Querschnittlähmung, so gut es ihre Kräfte zulassen. Seit Frühjahr sitzt sie als Aktuarin im Vorstand des Rollstuhlclubs Zentralschweiz, weil sie nicht nur dessen Leistungen konsumieren möchte, sondern auch die Vereinsaktivitäten mitgestalten. «In den vergangenen vier Jahren musste ich durch die Hölle», fasst sie ihre Geschichte zusammen. «Aber so krass ich auch geschädigt bin: Jetzt geht es aufwärts.»

Im Verarbeitungsprozess ist sie ein gutes Stück vorwärtsgekommen. Nur eines wird sie nie verstehen: «Der Unfallverursacher hat sich bis heute nicht entschuldigt.» Doch Sandra Laube will sich keine tausend Fragen mehr stellen. Sie hält sich an ein Motto, das von ihrem Mann stammen könnte: Man kann dem Schicksal nicht ausweichen.

(pmb/kohs) ■



Neue Mitglieder unterstützen uns

Im vergangenen Jahr hat die Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung 10 673 Mitglieder dazugewonnen. Die Einnahmen aus Mitgliedsbeiträgen und Spenden sind leicht gestiegen.

Im Mai erschien der Jahresbericht der Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG). Erfreuliches Resultat: Ende 2023 zählt die Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung über 1,91 Millionen Mitglieder. Mit ihrem Mitgliedsbeitrag und ihren Spenden erhalten sie das einzigartige Leistungsnetz der Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) aufrecht. Insgesamt erhöhte sich der Mitgliederbestand netto um 10 673 Personen (lebenslange Dauermitgliedschaft: plus 10 445 Mitglieder).

Positives Jahresergebnis

Mitgliedsbeiträge und Spenden belaufen sich im Jahr 2023 auf 91,7 Millionen Franken (Vorjahr 91,3). Die Gönnerunterstützung für neu querschnittgelähmte Mitglieder und Leistungen der Direkthilfe an Betroffene betragen 30,1 Millionen Franken.

Der Betriebsaufwand steigt vor allem aufgrund der Personalkosten auf 298,7 Millionen Franken (Vorjahr 292,0). Die Einnahmen erhöhen sich leicht auf 292,8 Millionen Franken (Vorjahr 291,9). Insgesamt resultiert für die SPG ein Betriebsergebnis (EBIT) von minus 5,9 Millionen Franken. Dank Erträgen aus den Finanzanlagen steht unter dem Strich ein Jahresgewinn von 5,9 Millionen Franken.

Rekord im Ambulatorium

Im vergangenen Jahr werden 59 866 ambulante Konsultationen im Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) durchgeführt – so viele wie noch nie in der 33-jährigen Geschichte der Klinik. 1569 Patientinnen und Patienten werden stationär versorgt. 1345 Personen kommen für eine Operation nach Nottwil. Und 210 Personen befinden sich zur Erstrehabilitation im SPZ (Vorjahr: 193). Die häufigste Unfallursache für eine Querschnittlähmung sind Stürze (35 %), gefolgt von Sportunfällen (33 %) und Verkehrsunfällen (27 %).

Ende 2023 arbeiten bei der SPG 2082 Mitarbeitende (Vorjahr: 2033), die sich 1578 Vollzeitstellen teilen (Vorjahr: 1569). Sie stammen aus 61 Nationen und sind im Durchschnitt seit 7,7 Jahren für die SPG tätig. Der Frauenanteil beträgt 73 Prozent, 199 Personen sind Lernende und Studierende.

23 478 Gäste im ParaForum

Das Besuchszentrum ParaForum empfängt im vergangenen Jahr 23 478 Gäste (+64 %). Anhand der Ausstellung und eines Besuchs im SPZ erfahren sie viel Wissenswertes zum Thema Querschnittlähmung. Das Angebot nutzen auch 3765 Schülerinnen und Schüler, die durch den Austausch mit betroffene-

nen Menschen für wichtige Anliegen der SPG sensibilisiert werden.

Eindruckliche Nachhaltigkeit

Der Nachhaltigkeitsbericht der SPG weist für das Jahr 2023 markante Verbesserungen aus. So führt allein die Betriebsoptimierung der Lüftungsanlagen zu Stromersparungen im Umfang des Bedarfs von 140 Haushalten. Optimierungen in der SPZ-Gastronomie bringen eine Reduktion von 5900 Kilogramm Lebensmittelabfällen. Und es werden 5993 Kilogramm PET recycelt – dies entspricht 5693 Litern Erdöl. (red/kohs) ■



Jahresbericht 2023

Den gesamten Jahresbericht der Schweizer Paraplegiker-Gruppe finden Sie online:
report.paraplegie.ch

Video-Zusammenfassung:



Wissensvermittlung im Klinikalltag: Flying Teacher Daniela Kunz betreut Joris Arnold, Lernender zum Fachmann Gesundheit.



Neue Wege in der Ausbildung

Mit einem innovativen Konzept verbessert das SPZ die Ausbildungssituation in der Pflege. Auf allen Ebenen entsteht mehr Zeit für Bildung.

Negative Medienberichte zum Fachkräftemangel in der Pflege sind allgegenwärtig. Ein Dauerthema: Aufgrund der Zeitknappheit bleibt die Ausbildung auf der Strecke. Das Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) sorgt hier für positive Nachrichten: Zusätzlich zur Anpassung der Löhne während der Ausbildung hat es in der Pflege neue Strukturen für die Betreuung von Lernenden und Studierenden geschaffen und investiert in optimale Rahmenbedingungen.

Eins-zu-eins-Coaching

Ein Kernelement des neuen Konzepts sind fünf Flying Teacher, die die Auszubildenden an definierten Tagen begleiten. «Wir betreuen sie eins zu eins», sagt Daniela Kunz. «So können sie ihre Fragen gleich am Patientenbett stellen, wo sie relevant sind.» Als Flying Teacher hat die 47-jährige Pflegefachfrau HF/FH keine Aufgaben im Tagesgeschäft, sondern kann sich voll auf den Lernerfolg der Auszubildenden konzentrieren.

Die Vorteile des Modells wurden in einem einjährigen Pilotversuch deutlich: «Die Auszubildenden erreichen die not-

wendigen Kompetenzen schneller», erklärt Daniela Kunz. «Zudem unterstützen wir sie in ganz verschiedenen Situationen und geben eine Zweitmeinung.» Die Flying Teacher erkennen sofort, wenn sich am Patientenbett kleinste Fehler einschleichen. Dadurch erhalten die Auszubildenden mehr Sicherheit im Klinikalltag.

Der Ansatz, auf allen Ebenen mehr Zeit für Bildung zu schaffen, sei wegweisend, sagt Daniela Kunz: «Kolleginnen von ausserhalb des SPZ machen jeweils grosse Augen, wenn ich ihnen davon erzähle.»

«Ein cooles Konzept»

Dank des innovativen Modells bekommen die Auszubildenden im SPZ ein hohes Mass an Wissen vermittelt. Im komplexen Themenfeld der Querschnittlähmung ist dies ein wesentlicher Faktor, von dem nicht zuletzt auch die betreuten Patientinnen und Patienten profitieren. «Ich finde das Konzept cool», sagt der 18-jährige Joris Arnold, der im August 2022 seine Lehre zum Fachmann Gesundheit begonnen hat. «Bei Unklarheiten kann ich während der Behandlung nachfragen, ich erhalte direkt

Feedback zu meiner Arbeit und darf auch früh Verantwortung übernehmen.»

Neben der bereichernden Arbeit mit Menschen interessieren ihn in seiner Ausbildung die medizinischen Zusammenhänge – von der individuellen Diagnose bis zur Wirkung von Medikamenten. Täglich kommt etwas Neues hinzu. «Für meine Fragen ist immer jemand da», sagt Joris Arnold. «So kann ich die einzelnen Informationen gut miteinander verknüpfen.»

(kste/kohs) ■

Interessiert an einer Ausbildung?

Die Ausbildung von Fachkräften ist ein grosses Anliegen des SPZ. Es fördert besonders auch innovative Formen der Aus- oder Weiterbildung. Weitere Informationen:



karriere.
paraplegie.ch



Sie hat ihr Paradies gefunden

Sonel Zehir konnte sich mit 41 Jahren den Wunsch einer eigenen Wohnung erfüllen – nicht zuletzt dank einer modernen Umgebungssteuerung.

Den Wunsch trägt sie schon lange in sich, oder wohl eher ist es ein Traum: Sonel Zehir, die mit der Glasknochenkrankheit zur Welt kam, sehnt sich nach einem Leben in einer eigenen Wohnung. Sie möchte einen Alltag mit weniger Regeln und mehr Freiheiten: «Ich will endlich mein eigener Boss sein», sagt sie.

Zwanzig Jahre hat sie in Institutionen für Menschen mit einer Beeinträchtigung gelebt und fühlte sich gut aufgehoben. Eine Freundin, die an einer Muskelerkrankung leidet und trotzdem einen eigenen Haushalt führt, bestärkt sie in ihrem Vorhaben.

Sie steuert alles über eine App

Sonel Zehir ist sich bewusst, womit der Entscheidung verbunden ist: Sie muss eine angepasste Wohnung finden, in der sie mit dem

Elektrorollstuhl keine Hindernisse zu überwinden hat. Sie benötigt Assistenzpersonal. Und zur Steuerung der Installationen braucht es technische Hilfsmittel.

Als in Baden AG ein Neubau entsteht, hat Sonel Zehir das Glück, dass die Bauherrschaft auf ihre Bedürfnisse eingeht. Für die geeignete Umgebungssteuerung sorgt Florian Blattner von Active Communication, einer Tochtergesellschaft der Schweizer Paraplegiker-Stiftung. Der Leiter des Beratungsteams für technische Versorgungen installiert eine App, die es ihr ermöglicht, selbstständig Lichter ein- und auszuschalten, die Storen zu bedienen, ein Fenster zu kippen sowie die Türen zur Wohnung und zum Balkon fernzusteuern. Für die Bedienung der beiden Liftanlagen nutzt sie eine kleine Funkfernbedienung.

Seit Februar 2023 lebt Sonel Zehir in ihrem neunzig Quadratmeter grossen Reich. «Das ist mein Paradies», sagt sie und betont, wie wertvoll die technischen Hilfsmittel sind: «Sie verhelfen mir zu einem grossen Stück Freiheit.»

Viel Selbstständigkeit gewonnen

Besonders wertvoll in diesem Projekt waren die konzeptionellen Überlegungen vor der Installation, sagt Florian Blattner: «Anspruchsvoll war vor allem das Zusammenspiel mehrerer Parteien, von der Bauherrschaft über Invalidenversicherung und Elektriker bis zu Active Communication.» Es hat alles tadellos geklappt, so ist gemeinsam eine tolle Lösung entstanden: «Sonel gewinnt dadurch deutlich an Selbstständigkeit – und ist auf weniger Assistenzleistungen angewiesen.»

Dennoch benötigt Sonel Zehir weiterhin Assistenzpersonen. Morgens hilft ihr die Spitex aus dem Bett, von 11 bis 14 Uhr steht die erste Person im Einsatz, von 17 bis 20 Uhr eine zweite und den Nachtdienst von 22 bis 7 Uhr übernimmt eine dritte Person. Sonel Zehir beteiligt sich so gut es geht an Hausarbeiten, beim Kochen etwa oder beim Waschen, und sie ist auch beim Einkaufen gerne dabei.

Dank des umfassenden Settings mit Betreuungspersonal und den technischen

«Die technischen Hilfsmittel verhelfen mir zu einem grossen Stück Freiheit.»

Sonel Zehir

Hilfsmitteln kann die Frau mit einer Glasknochenkrankheit ein weitgehend selbstbestimmtes Leben führen. Ganz besonders geniesst sie es, mit 41 Jahren endlich in den eigenen vier Wänden zu leben.

(pmb / pfjo) ■



In den eigenen vier Wänden: Sonel Zehir, hier mit Florian Blattner von Active Communication.

Neugier auf das Unbekannte

Die seit 2017 bestehende Kooperation zwischen dem Lucerne Festival und der Schweizer Paraplegiker-Stiftung wird fortgesetzt.

Szene beim Einkaufen: «Mama, wieso sitzt der Mann im Rollstuhl?», fragt der 6-Jährige gut hörbar. «Pscht!» raunt die Mutter ihrem Sohn zu, der verschämt zu Boden blickt. Wer auf einen Rollstuhl angewiesen ist, kennt Situationen wie diese. Der Mann weiss, dass die Augen des Knaben ihn bald wieder streifen werden. Denn seine Neugier bleibt bestehen.

Ist das spontane Verhalten des Kindes unangemessen? Nein. Neugier ist ein Antrieb, festgefahrene Denkmuster und Wahrnehmungen zu hinterfragen. Die Szene im Einkaufszentrum macht uns auf die immer noch ungenügende soziale Integration aufmerksam, aufgrund derer Rollstuhlfahrende

in der Öffentlichkeit nicht einfach als Selbstverständlichkeit wahrgenommen werden, sondern auffallen. Das Engagement gegen solche Vorurteile, bestimmt seit 49 Jahren die Arbeit der Schweizer Paraplegiker-Stiftung mit.

Leben ohne Vorurteile

Ebenfalls für ein Leben ohne Vorurteile setzt sich das Lucerne Festival ein und hat Neugier zum Motto des diesjährigen Sommer-Festivals erhoben. Die Entwicklung der Musikgeschichte ist nicht zuletzt durch die kreative Lust auf Neues geprägt. Neugier ist ein Antrieb, der unsere Ohren für das Unübliche, das Fremde öffnet – das

irgendwann zum Vertrauten wird und für bewegende Musikerlebnisse sorgt.

Mit dem Fokus auf die Vermittlung von unbekanntem Inhalten haben das Lucerne Festival und die Schweizer Paraplegiker-Stiftung eine weitere Gemeinsamkeit. Deshalb führen die renommierten Institutionen ihre seit 2017 bestehende Kooperation auch in diesem Jahr fort, erklärt Franziska Beck, die Leiterin Fundraising der Stiftung: «Als starke Partner in der Region Luzern setzen wir uns beide für eine bessere Integration des Unbekannten ein.»

Der erste Schritt dazu wäre einfach: Neugierig bleiben und Fragen stellen. Zum Beispiel im Einkaufszentrum. (kste) ■

LUCERNE FESTIVAL

13.08. – 15.09.

Sommer-Festival 2024

Leif Ove Andsnes | Daniel Barenboim | Lisa Batiashvili |
 Berliner Philharmoniker | Rudolf Buchbinder |
 Renaud Capuçon | Riccardo Chailly | Gewandhaus-
 orchester Leipzig | Jakub Hrůša | Patricia Kopatchinskaja |
 Lucerne Festival Contemporary Orchestra (LFCO) |
 Lucerne Festival Orchestra | Klaus Mäkelä | Anne-Sophie
 Mutter | Kent Nagano | Andris Nelsons | Yannick Nézet-
 Séguin | Víkingur Ólafsson | Orchestre de Paris |
 Kirill Petrenko | Sir Simon Rattle | Royal Concertgebouw
 Orchestra | Sir Andrés Schiff | Symphonieorchester
 des Bayerischen Rundfunks | The Cleveland Orchestra |
 Christian Thielemann | Daniil Trifonov | Franz Welser-Möst |
 West-Eastern Divan Orchestra | Wiener Philharmoniker
 u. v. a.

NEU GIER

 KÜHNE-STIFTUNG

 Roche

 UBS

 Vaillant

 ZURICH®

Hat es mich heute gebraucht?

Sie schafft Verständnis

Miri Staub leitet das Team der Übersetzerinnen der Schweizer Paraplegiker-Gruppe.

Zielstrebig eilt sie über den Campus Nottwil. «Kannst du rasch rüberkommen?», wurde sie gefragt. «Wir haben eine Patientin aus Lausanne am Telefon und es gibt Verständigungsprobleme.» Auch solche Aufträge gehören zum Alltag von Miri Staub, der 40-jährigen Leiterin Übersetzungen der Schweizer Paraplegiker-Stiftung. Wo Patientinnen und Patienten aus allen Landesteilen behandelt werden, können unterschiedliche Sprachen leicht zum Stolperstein werden. Ein vierköpfiges Team sorgt dafür, dass bei Übertragungen ins Französische oder Italienische nichts verloren geht.

Zentraler Aspekt der Behandlung

Bei medizinischen Behandlungen ist die eindeutige Kommunikation zentral: Fachpersonen müssen die Anliegen ihrer Patientinnen und Patienten genau verstehen. Und diese müssen korrekt informiert sein, um mitentscheiden zu können und Vorgaben richtig umzusetzen.

«Heute bemühen sich die Fachleute, verständlich zu kommunizieren, auch in den Fremdsprachen», sagt Miri Staub. «Aber bei Gesprächen über komplexe Aspekte einer Querschnittlähmung sind sie froh um uns professionelle Übersetzerinnen.» Von jährlich 1300 Aufträgen an ihr Team sind rund

ein Drittel Dolmetschanfragen. Das können zehn Minuten am Patientenbett sein oder auch fünf Stunden für einen Eingangsbefund im Zentrum für Schmerzmedizin.

«Die Dankbarkeit der Patientinnen und Patienten ist gross, dass sie sich in ihrer Muttersprache ausdrücken können», sagt

«Die Dankbarkeit der Betroffenen ist gross, dass sie am SPZ ihre Muttersprache benutzen können.»

Miri Staub. «Es geht ja immer um das eigene Leben.» Besonders würden die Betroffenen schätzen, dass jeweils die gleiche Person das Dolmetschen übernimmt: «Bei sehr persönlichen Themen ist es wichtig, dass man bereits Vertrauen aufgebaut hat.» Die Übersetzerin zensiert oder beschönigt nichts. An ihre Arbeit hat sie den Anspruch, alle Aussagen vollständig, korrekt und neutral wiederzugeben.

Die Qualität gibt den Ausschlag

Mit den Betroffenen teilt Miri Staub Freud und Leid. Dabei entstehen Beziehungen

und es kann vorkommen, dass sie auch Aufträge übernimmt, die über die reine Übersetzungsarbeit hinausreichen. Die Fortschritte während einer Rehabilitation zu sehen, ist für sie «megaschön». Dagegen sei es manchmal belastend, dass sie beim Dolmetschen auch tragische Themen in der Ich-Form wiedergeben muss. Dann müssen Mitgefühl und Professionalität in Einklang gebracht werden.

Der zweite grosse Arbeitsbereich von Miri Staubs Team ist die Übersetzung von Texten – darunter das Gönnermagazin «Paraplegie». Punkto Qualität macht ihnen keine Agentur oder künstliche Intelligenz etwas vor. Sie sind mit den Inhalten der Arbeit in Nottwil bestens vertraut und setzen sich täglich für die Anliegen von Menschen mit Querschnittlähmung ein.

Schon als Kind liebte sie Sprachen und wollte die Welt verstehen, erzählt Miri Staub. Heute vermittelt sie Wissen für ein besseres gegenseitiges Verständnis. Dass die Schweizer Paraplegiker-Stiftung ein eigenes Übersetzungsteam hat, ist für sie ein Privileg: «Wir übersetzen nicht nur, sondern sensibilisieren auch für die Ziele der Stiftung. Dass ich dazu einen Teil beitragen kann, macht mich stolz.»

(kste/baad) ■

Die besondere Spende



 [paraplegie.ch/
altgold](https://paraplegie.ch/altgold)

Altgold spendet Hoffnung

Seit Januar 2024 nimmt die Schweizer Paraplegiker-Stiftung auch Altgoldspenden zugunsten von Menschen mit Querschnittslähmung entgegen. Rund 75 Personen haben bereits davon Gebrauch gemacht und uns Gegenstände aus Gold zugeschickt, darunter Schmuckstücke, Münzen, Barren, Zahngold und Uhren. Eine Frau aus der Romandie schreibt zum Schmuck ihrer verstorbenen Mutter: «Meine Mutter war Mitglied und wäre sicher glücklich gewesen über diese Spende. Sie leisten grossartige Arbeit.» Ein Deutschschweizer sagt: «Der Ring meines Vaters ist nur ein kleiner Beitrag, aber ein sinnvoller.» Und eine Dame aus dem Tessin schreibt uns: «Endlich kommt der Schmuck, den ich nicht mehr tragen kann, an einen guten Ort.» – Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung dankt allen Spenderinnen und Spendern für die wertvolle Unterstützung.



Briefe an die Stiftung

Ich danke Ihnen von ganzem Herzen für die notwendige Anpassung unseres Badezimmers an meine Bedürfnisse als Tetraplegiker. Jetzt kann ich wieder allein duschen und meine Frau muss mich nicht mehr auf die Toilette tragen. Diese Umbauten haben das Leben unserer ganzen Familie positiv verändert.

Felipe Lourenco, Versoix GE

Ich danke der Schweizer Paraplegiker-Stiftung herzlich für die Unterstützung, denn ich bin zu hundert Prozent auf Hilfe angewiesen. Ohne die speziellen Rollstühle und ein spezielles Bett könnte ich nichts mehr unternehmen. So bin ich nicht von der Aussenwelt getrennt und kann Kontakte pflegen, was mir sehr wertvoll ist!

Marie-Louise Guggisberg, Biel BE

Den Swiss Trac werde ich jeden Tag benutzen, wenn ich mit meiner Malteser-Hündin in der Natur unterwegs bin. Heute müssen wir unsere Tour jeweils vorzeitig abbrechen, da meine Schultern die Anstrengung nicht mehr aushalten. Ein ganz grosses Dankeschön an die Schweizer Paraplegiker-Stiftung, ihr habt mir eine grosse Last genommen.

Romy Hasler, Mels SG

Wir bedanken uns sehr herzlich bei der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, dass sie unsere Familie durch die Kostenübernahme von bis zu dreissig Übernachtungen im Hotel Sempachersee unterstützt. Wir freuen uns sehr.

Sabine Hammer Bussmann, Uster ZH

Ich kann Ihnen nicht genug danken, dass ich ein Trainingsgerät erwerben kann, das mir ermöglicht, meine Muskeln zu erhalten und zu stärken, und das zu Hause. Die Hilfe, die Sie mir zukommen lassen, ist eine grosse Erleichterung, sowohl in finanzieller als auch moralischer Hinsicht.

Genoud Setti, Neyruz FR

Ein riesiges Danke für die Unterstützung an ein umgebautes Auto. Damit werden wir selbstständig auf dem Weg in ein neues Leben und können unser neues Zuhause gemeinsam suchen.

Johannes und Sabina Bucher Bachmann, Mergoscia TI

Die Freude und Zufriedenheit, mit dem Go-Tryke unterwegs zu sein, ist noch viel grösser, als ich erwartet habe. Die Gegend selbstständig zu erkunden, gibt mir ein tolles Lebensgefühl zurück. Ich danke Ihnen von ganzem Herzen für die grosszügige Unterstützung.

Regula Moser, Alchenstorf BE

Community

Fabrizio Ricchiuto Ich und mein Bruder wurden vor einigen Jahren in einen verheerenden Unfall verwickelt. Er lag wochenlang im Koma. Als er endlich erwachte, war er zu einem Tetraplegiker geworden. In dieser dunkelsten Stunde unseres Lebens wurde die Klinik zu unserem Leuchtturm der Hoffnung. Die Fachleute machten nicht bloss ihren Job; sie waren Begleiter, Stütze und Anker. Ihre Unterstützung ging weit über das Standardmass hinaus. Administrativ nahmen sie uns unzählige Sorgen ab. Medizinisch gaben sie uns Hoffnung und Kraft. Psychologisch boten sie Trost und Verständnis in Momenten, die sonst unerträglich gewesen wären. Sie halfen uns, die neuen Herausforderungen anzunehmen, und lehrten uns, mit der neuen Realität zu leben. Diese Unterstützung, die Fürsorge und das Engagement hat uns nicht nur durch die schlimmste Zeit unseres Lebens getragen, sondern uns auch geholfen, als Familie zusammenzuwachsen und eine neue Normalität zu finden. Das ist der wahre Wert Ihrer Arbeit, und dafür werde ich für immer dankbar sein.
Google-Rezension

Vicky Cavadini Ich möchte Ihnen eine kleine Spende zukommen lassen, die hoffentlich ein Tropfen auf den heissen Stein sein wird. Meine sehr geringen Mittel erlauben mir nicht, mehr zu tun. Ich freue mich ganz besonders über Ihre Investitionen in die Pflege.
Brief einer Krankenschwester im Ruhestand

Die Redaktion behält sich vor, Zuschriften gekürzt wiederzugeben.



Peter Schärer Ich habe nur gute Erfahrungen gemacht, bin seit 2016 querschnittgelähmt. Alles, was ich kann, lernte ich in der Reha. Danke.
Kommentar zu «49. Geburtstag SPS»

Sandra Novello-Hintermann Dank euch habe ich es geschafft, mit meinen chronischen Rückenschmerzen umzugehen. Ich habe mein Ziel erreicht, wieder Teilzeit arbeiten zu können und bin sehr froh, gibt es eine solche Einrichtung.
Kommentar zu «49. Geburtstag SPS»

Sandra Clarissa Jeker Ich unterstütze euch gerne mit meinem jährlichen Beitrag. Ihr macht etwas Sinnvolles und hilft den Menschen sehr. Jeder kann in eine solche Situation kommen.
Kommentar zu «49. Geburtstag SPS»



Sandrine Steinmann Weiterkommen, sich entwickeln, gefördert werden. Das macht eine Top-Arbeitgeberin aus. So erlebe ich die Schweizer Paraplegiker-Gruppe nun seit 14 Jahren.
Kommentar zum Post «Top-Arbeitgeberin – 3. Platz im Ranking der Handelszeitung»

Clara Häfliger Ein wunderbarer Beitrag über die Wichtigkeit der Logopädie im interprofessionellen Beatmungs-Team. Gerade in kritischen Situationen ist es für die Patientinnen und Patienten bedeutend, Ängste, Bedürfnisse und Fragen mitteilen zu können. Dank der logopädischen Fachkompetenz geht das auch mit Beatmung. Danke, dass ihr das Thema im aktuellen «Paraplegie» aufgreift.
Post zur Ausgabe PP 01/24

AUS SICHT DER PRÄSIDENTIN



Heidi Hanselmann,
Präsidentin Schweizer
Paraplegiker-Stiftung

Selbstbegrenzung

Niemals hätte ich gedacht, dass ich ... Als Tetraplegikerin Mutter werde. Als Paraplegiker wieder auf dem Bauernhof arbeite. Mit einer Querschnittlähmung Badminton spiele. – Das sind Aussagen, die ich am 12. März von Betroffenen im Schweizer Paraplegiker-Zentrum gehört habe. Es ist Tradition, dass ich am Geburtstag der Schweizer Paraplegiker-Stiftung unsere Patientinnen und Patienten besuche. Die Gespräche mit jungen und älteren Menschen im Rollstuhl haben mich tief berührt. Mir wurde wieder bewusst, dass oft Selbstbegrenzung die Gedanken lenkt und die Paraplegiker-Gruppe hier viel leisten kann.

Selbsterfahrung

Ein junger Mensch erzählte, dass er seinen Körper neu kennenlernen musste: «Ich kann nicht mehr schwitzen oder frieren. Und schlaffe Beine und unbewegliche Arme sind alles andere als sexy. In der Reha habe ich gelernt – auch wenn es hart war –, meinen Körper zu akzeptieren, neue Perspektiven zu erkennen und mir durch Selbsterfahrung wieder etwas zuzutrauen.» Genau dafür setzen sich unsere Stiftung und alle Mitarbeitenden tagtäglich ein.

Selbstbestimmung

Selbstbestimmung beginnt mit unserer Vision: «Eine Welt, in der Menschen mit Querschnittlähmung ein selbstbestimmtes Leben bei bestmöglicher Gesundheit führen.» Dafür braucht es qualifizierte Fachkräfte, aber auch Sie als Gönnerin oder Gönner. Sie machen es möglich, dass diese Vision nicht bloss auf dem Papier steht, sondern dass Selbstbestimmung gelebte Realität wird. Vielen Dank.

Folgen Sie uns:



facebook.com/paraplegie



instagram.com/paraplegie



twitter.com/paraplegiker



youtube.com/ParaplegikerStiftung



tiktok.com/@paraplegie



linkedin.com/company/paraplegie

Unter dem Radar



Ich rolle durch die Basler Fussgängerzone. Da läuft ein junger Mann mit starrem Gesichtsausdruck direkt auf mich zu. Ich kann gerade noch ausweichen, damit es nicht zur Frontalkollision kommt. Er hat mich nicht gesehen, seine Aufmerksamkeit war aufs Handy gelenkt.

Solche Situationen erlebe ich häufig: Die Fussgängerinnen und Fussgänger sind so sehr auf ihr Smartphone fixiert, dass sie mich und meinen Rollstuhl nicht wahrnehmen. Ihr Blick ist meist

horizontal nach vorne gerichtet, Menschen im Rollstuhl sitzen unter dem Radar und sind in der Öffentlichkeit unsichtbar.

Erlebt von Christian Hamböck, illustriert von Roland Burkart. Haben Sie auch ein Rollstuhl-erlebnis? Schreiben Sie uns:



redaktion@paraplegie.ch

Impressum

Paraplegie (48. Jahrgang)

Magazin der Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung

Ausgabe

Juni 2024/Nr. 190

Erscheinungsweise

vierteljährlich in Deutsch, Französisch und Italienisch

Gesamtauflage

1038323 Exemplare (beglaubigt)

Auflage Deutsch

927680 Exemplare (beglaubigt)

Herausgeberin

Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, 6207 Nottwil.
© Abdruck nur mit Genehmigung.

Redaktion

Stefan Kaiser (*kste*, *Chefredaktor*)
Peter Birrer (*pmb*), Cathérine Gasser (*gasc*), Simon Rohrer (*rohs*)
Andrea Zimmermann (*anzi*)
redaktion@paraplegie.ch

Fotos

Walter Eggenberger (*we*, *Leitung*)
Adrian Baer (*baad*), Gianmarco Di Leonardo (*dleg*), Sabrina Kohler (*kohs*)
Jonas Pfister (*pfjo*), ETH Zürich (6)
Le Nouvelliste, Sabine Papilloud (3, 9, 11)
Canal9/Complètement Sport (11)

Illustration

Luca Bartulović (14–15)
Kornel Stadler (33), Roland Burkart (34)

Layout und Gestaltung

Andrea Federer (*feda*, *Leitung*)
Daniela Erni (*ernd*)

Vorstufe/Druck

Vogt-Schild Druck AG
4552 Derendingen

Adressänderungen

Service Center
Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung, 6207 Nottwil
T 041 939 62 62, sps@paraplegie.ch
paraplegie.ch/service-center

Ökologische Verpackung

Das Gönner-Magazin wird in einer umweltfreundlichen Papierhülle aus 70% Recyclingmaterial verschickt.

gedruckt in der
schweiz

«Paraplegie» ist im Mitgliedsbeitrag inbegriffen. Einzelmitglieder und Alleinerziehende samt Kindern: 45 Franken. Ehepaare und Familien: 90 Franken. Dauermitgliedschaft: 1000 Franken.

Mitglieder erhalten 250 000 Franken bei unfallbedingter Querschnittlähmung mit ständiger Rollstuhlabhängigkeit.
paraplegie.ch/mitglied-werden

Agenda

6.–9. Juni, Nottwil

ParAthletics 2024 Nottwil

Die Weltelite der Para-Leichtathletik bietet packende Wettkämpfe – und mit etwas Glück Weltrekorde.

parathletics.ch

12. Juni, Nottwil

1. Weaning-Symposium

Von der Extrembeatmung bis zur Entlassung: Das SPZ stellt sein interprofessionelles Weaning-Konzept vor.

paraplegie.ch/beatmungsmedizin

28. August–8. September, Paris

Sommer-Paralympics 2024

Eine Rekordzahl an Athletinnen und Athleten bestreitet 549 paralympische Wettkämpfe in 22 Sportarten.

swissparalympic.ch/paris-2024

5. September, Olten

UK-Symposium 2024

Im Fokus stehen die 40-jährige Entwicklung und das breite Methodenspektrum der Unterstützten Kommunikation (UK).

paraplegie.ch/uk-symposium

Vorschau «Paraplegie» 3/2024

Schwerpunkt: Robotik

Wie und wo setzt die Schweizer Paraplegiker-Gruppe (SPG) neue Technologien zum Wohle der Patientinnen und Patienten ein? Welche Innovationen unterstützen die Rehabilitation und erleichtern den Alltag? Welche Hilfe gibt es für die Mitarbeitenden? Die SPG ist im Bereich Robotik und Technologie am Puls der Zeit vorne dabei. Wir setzen nicht nur fortschrittliche Lösungen für die Therapien ein, sondern fördern zusammen mit der ETH Zürich die Erforschung alltagstauglicher Assistenz- und Frühwarnsysteme. Das nächste «Paraplegie» stellt spannende Beispiele im Einsatz vor.

SIRMED

Schweizer Institut für Rettungsmedizin

KOMPETENZ ERHALTEN, RICHTIG ZU HANDELN



Erste-Hilfe-Kurse und Beratungen bei uns in Nottwil oder bei Ihnen vor Ort in allen vier Landessprachen. [sirmed.ch](https://www.sirmed.ch)

«Ich bin gerne viel unterwegs – und dies mit einem guten Gefühl.»

Andreas (37) ist froh, dass er sein Hobby unbeschwert genießen kann.



Im Ernstfall
CHF 250 000.–
Gönner-Unterstützung bei Querschnittlähmung durch Unfall mit dauerhafter Rollstuhlabhängigkeit

Einmal abschliessen – ein Leben lang vorgesorgt.

Werden Sie jetzt Dauermitglied.

Wo auch immer auf der Welt und in welcher Lebenssituation Sie sich befinden, Ihre Vorteile halten ewig. Als Dauermitglied zahlen Sie **einmalig CHF 1000.–** und erhalten im Ernstfall CHF 250 000.– bei Querschnittlähmung durch Unfall mit dauerhafter Rollstuhlabhängigkeit.



Einmalig zahlen, für immer Mitglied: dauermittglied-werden.ch



Schweizer
Paraplegiker
Stiftung