

Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band: 89 (2018)
Heft: 2: Lebensqualität : was sie ausmacht und wie wir selbst dazu beitragen können

Artikel: Auch für schwer kranke Menschen gibt es eine gute Lebensqualität : geniessen, was noch geht, statt bedauern, was nicht mehr geht
Autor: Weiss, Claudia
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-834339>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 20.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Auch für schwer kranke Menschen gibt es eine gute Lebensqualität

Geniessen, was noch geht, statt zu bedauern, was nicht mehr geht

Die Diagnose «unheilbar» und starke Schmerzen können manche Menschen jeglicher Lebensfreude berauben. Andres Gilgen findet trotzdem immer wieder einen Weg, seine verbleibende Zeit zu geniessen: Dank seiner Familie, guter Betreuung und Gelassenheit.

Von Claudia Weiss, Text und Foto

Seinen 70. Geburtstag feierte Andres Gilgen im Kreis der Familie im Dorfrestaurant. Nach dem Essen sangen seine Jodlerkameraden aus voller Kehle, die Stimmung war toll. Dann feierte er gleich noch einmal: mit seinen Jagdfreunden, bei einem Fondue bei sich zuhause. Und das alles, obwohl er eigentlich gar nichts Grosses wollte. Aber seine Frau Ruth, 69, hatte alles eingefädelt, und am Ende liess sich der Jubilar dennoch freudig feiern. «Zwei sehr schöne Feste», brummt er im Nachhinein zufrieden, und sehr passend: Familie und Freunde sind ihm das Wichtigste im Leben.

Seit sechs Jahren lebt der pensionierte Swisscom-Angestellte mit der Diagnose «Prostatakrebs, unheilbar». Er hat sich damit abgefunden und freut sich über gute Tage, in denen ihn die Schmerzen in Ruhe lassen. Mittlerweile hat er zwei Chemotherapien und zwei Bestrahlungen hinter sich und eine Rückenoperation gegen die Schmerzen, die ins Bein ausstrahlten und schier nicht mehr auszuhalten waren. Die Operation half nicht, und eine Magnetresonanztomografie zeigte bald, warum: Nicht die Bandscheibe verursachte die Pein, sondern ein krebsbefallener Lymphknoten in der Leiste. Eines Abends letzten Mai fuhren ihm auf einmal derart heftige Schmerzen durch Bein und Hüfte, dass seine Frau ihn in die

Notaufnahme des Inselspitals fahren musste. Auf der Onkologie retteten ihn stärkste Schmerzmittel vor den Qualen – und beförderten ihn dafür in eine Zwischenwelt, in der er ein intensives Nahtoderlebnis hatte: ein Waldsee, wunderschön und ruhig, daneben seine Tochter mit ihrem Mann und den vier Enkelkindern, eine Atmosphäre, so friedlich und ruhig, dass Andres Gilgen keine Sekunde Angst hatte, zu gehen.

Langsam zwar, aber selbstständig

Und doch spürte er, dass er noch bleiben würde, bei seiner geliebten Ehefrau Ruth. «Ich bin «mordio» gern da», sagt er von Herzen. Auch wenn er vor dem Sterben noch nie Angst hatte und es nach dem Nahtoderlebnis noch weniger fürchtet: «Hier zu sein ist das Schönste, was es gibt – vor allem mit ihr. Sie zu heiraten war das Beste, was ich je getan hatte.» Liebevoll blickt er zu der Frau mit den sanften braunen Augen, die ihm seit 47 Jahren zur Seite steht: die mit ihm die Milchannahmestelle

Lanzenhäusern führte und noch heute täglich um viertel vor sechs bereitsteht; die mit ihm zwei Töchter grosszog, um die Ältere trauerte, als sie mit 25 Jahren viel zu früh starb, und die sich umso inniger mit ihm über die vier Enkelkinder freute. Zwei Mädchen und zwei Buben im Alter von 12, 14 und 18 Jahren, die Jüngsten sind Zwillinge, ihre Fotos hängen gut sichtbar in der Küchencke. Und wenn die Grosseltern

Gilgen von ihnen erzählen und wie nah sie alle einander stehen, dann strahlen ihre Augen.

Das sind die Geheimnisse, die Andres Gilgen sogar nach Schmerzattacken bei Laune halten: seine Lieben und all die vielen Menschen in seiner Umgebung. Und die hilfreiche Fähigkeit, nicht dem nachzutrauern, was er nicht mehr kann, sondern zu geniessen, was er noch kann. «Nach meinem letzten Spitalaufenthalt dachten alle, ich könnte nie mehr gehen, aber

Die Begegnungen mit Menschen wie den Mitarbeiterinnen der Spitex Bern stimmen ihn sehr zufrieden.



Ruth und Andres Gilgen sind seit 47 Jahren ein Paar. Für ihn ist klar: «Sie zu heiraten war das Beste, was ich je getan habe.»

zum Glück hatte ich einen super Therapeuten.» Andres Gilgens Optimismus hat wahrscheinlich das Seinige dazu beigetragen, sodass er heute mit Hilfe von zwei Stöcken in der Wohnung umherspaziert, langsam zwar, aber selbstständig. Mit dem Rollator wagt er sich sogar auf vorsichtige Spaziergänge auf dem Weg vor dem Haus, wo er von der Anhöhe über das Land bis zum Wald schauen kann.

Daneben gibt es tatsächlich Etliches, was er heute nicht mehr kann. Früher gingen er und seine Frau oft mit den Kindern und

später mit den Grosskindern im Wald Rehe füttern, bis zu vier Futterstellen betreuten sie. Auch das Schiessen im Schützenverein und das Jagen konnte Andres Gilgen nur schwer sein lassen,

nach 40 Jahren war ihm seine Jagdgruppe ans Herz gewachsen, und auch seine Schützenveteranenkollegen waren ihm die besten Freunde geworden. «Oft habe ich nach einem Jagdtag für alle Fleisch- oder Erbssuppe gekocht oder ein Fondue zubereitet», erinnert sich Ruth Gilgen. Immerhin: Die alten Freunde schauen auch heute noch gern bei den Gilgens vorbei, ihre zufriedene Art macht sie zu angenehmen Gastgebern.

Sehr zufrieden stimmen Andres Gilgen auch Begegnungen mit Menschen wie den Mitarbeiterinnen des Onkologie- und Palliative-Care-Teams (Seop) der Spitex Bern. «Ich müsste sehr lügen, wenn ich irgendetwas Schlechtes sagen würde: Sie sind einfühlsam und gehen sehr sorgfältig mit einem um, ganz toll.» Das erlebte er besonders, als er zum zweiten Mal von heftigen Schmerzen geplagt wurde: Nach Gilgens telefonischem Hilferuf klärte der diensthabende Seop-Mitarbeiter mit dem Schmerzzentrum des Berner Inselspitals, was sich mithilfe einer höheren Medikamentendosierung machen lässt, und als alles nicht half, fädelte er bereits mitten in der Nacht den frühmorgendlichen Spitaleintritt ein.

Zuerst weigerte sich Andres Gilgen heftig gegen einen Übertritt in die Palliative-Care-Abteilung: «Ich wollte ja noch nicht ster-

Spezialisierte Spitäler für schwer kranke Menschen

Das Onkologie und Palliative Care Team (Seop) der Spitex Bern bietet rund um die Uhr und an allen Wochentagen umfassende Betreuung für schwer kranke Menschen und deren Angehörige zu Hause an. Ihr Motto lautet: «Leichter leben mit schwerer Krankheit». Ein speziell ausgebildetes Team bietet Beratung und Behandlung im medizinischen und psychosozialen Belangen. Sie übernehmen auch komplexe Behandlungspflege mit Schmerzpumpen, invasiven Kathetern, Bluttransfusionen, Ernährungstherapien und Wundmanagement.

www.spitex-bern.ch/dienstleistungen > Onkologie und Palliative Care. Telefon 031 388 50 50, info@spitex-bern.ch.

ben», sagt er treuherzig. Inzwischen weiss er, dass Palliative Care weit mehr bedeutet, dass sie sich nicht nur um das gute Sterben kümmert, sondern so lange wie möglich auch um das gute Leben. Tatsächlich konnten die Spezialisten im Swan-Haus des Inselspitals den Schmerz besiegen: Eine Methadonpumpe wirkte schiere Wunder, die Schmerzen waren wie weggeblasen.

Als Andres Gilgen nach zwei Wochen heimkehren durfte, fühlte er sich derart gut, dass er seine Frau überzeugte, unbedingt zur Singprobe des Jodelchors zu gehen. Als er so allein in der Stube sass, spürte er plötzlich etwas Nasses am Rücken, dort, wo die Schmerzpumpe eingesetzt war. Eine Spitexfachfrau aus der Region, die vorher von der Berner Seop instruiert worden war und jetzt eilends alarmiert wurde, stellte erschrocken fest, dass das Schläuchlein der Pumpe nicht nur blockiert, sondern vollkommen herausgerutscht war. Das Verblüffende daran: Andres Gilgen verspürte trotzdem keinen Schmerz. Monatlang nicht. Im September konnte das Ehepaar deshalb wie in den Jahren zuvor gemeinsam in ihre Ferien im Schwarzwald fahren. Diesmal buchten sie statt der früheren Pension einfach ein Hotel mit Lift, ansonsten genossen sie die Reise so wie immer. Sie lassen sich von der Krankheit nicht mehr einschränken als

nötig und können ihr sogar Positives abgewinnen: Kaum hatte Andres Gilgen vor drei Jahren die erste Chemotherapie abgeschlossen, schlug er seiner Frau vor, zusammen nach Schwarzenburg zu fahren und dort zusammen «es Café» zu trinken. Seither machen sie das fast jeden Morgen. Es ist ihre gemeinsame Stunde, in der sie Bekannte treffen, Bauern, Handwerker, Leute aus dem Dorf. Das tut beiden gut. Sowieso, sie haben Glück mit ihrer Umgebung, besonders mit ihrem guten Nachbarn: Nur seine unkomplizierte Unterstützung macht den beiden manchmal ein paar Tage Ferien oder auch ungeplante Abwesenheiten möglich, weil er sie wenn immer möglich spontan bei der Milchannahme vertritt.

Andres Gilgen steht auf und spaziert langsam zum Sofa: Ab und zu muss er die Beine hochlagern. «Schmerzfrei zu sein ist wichtig», fasst er zusammen. Und dann sagt er schlicht: «Meine Lebensqualität ist gut.» Manchmal wurmt ihn einzig, dass er morgens nicht mehr aufstehen und seiner Frau Ruth beim Milchwagen helfen kann. Sie streicht ihm jedoch liebevoll über den Arm und sagt ruhig: «Wir geniessen zusammen, was noch geht.» Geht es ihm gut, geht es auch ihr gut. Das Motto des Ehepaars hat sich bisher bestens bewährt: «Zusammen geniessen und miteinander im Frieden leben.» ●

Anzeige



Bereichsleiter/-innen Hotellerie-Hauswirtschaft EFA

Berufsbegleitender Vorbereitungslehrgang auf die Berufsprüfung mit eidgenössischem Fachausweis.

Für Personen im hauswirtschaftlichen Bereich eines Grossbetriebs (Heim, Spital, Hotel, Tagungszentrum usw.), die Leitungsaufgaben übernehmen oder im Begriff dazu sind.

Infoanlässe: Dienstag, 3. April und 2. Oktober 2018,
jeweils ab 18.00 Uhr in Zürich
Anmeldung und Information: 058 105 94 50 oder bl_hh@strickhof.ch



Strickhof, Weiterbildung Facility Management, Technoparkstrasse 1, 8005 Zürich
www.strickhof.ch/weiterbildung/facility-management



Dipl. Leiter/-innen in Facility Management

Berufsbegleitender Vorbereitungslehrgang auf die Höhere Fachprüfung mit eidgenössischem Diplom.

Für Personen mit einer Berufsprüfung in einer Sparte des Facility Managements (FM), die ihre berufliche Qualifikation über weitere Fachgebiete erweitern, Prozesse gesamthaft überblicken und eine zentrale Führungsaufgabe einnehmen wollen.

Infoanlässe: Donnerstag, 8. März, 7. Juni und 6. September 2018,
jeweils ab 18.00 Uhr in Zürich
Anmeldung und Information: 058 105 94 50 oder leiter_fm@strickhof.ch



Strickhof, Weiterbildung Facility Management, Technoparkstrasse 1, 8005 Zürich
www.strickhof.ch/weiterbildung/facility-management