

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 72 (1994)  
**Heft:** 6

**Rubrik:** Lesermeinungen : Pflege zu Hause oder im Krankenheim?

#### 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:** 03.02.2026

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

Diskussionsbeiträge:

# Pflege zu Hause oder im Krankenheim?



Foto: Ernst Winizki

An die 80 Briefe sind zu diesem Thema eingetroffen – fast doppelt so viele wie üblich. Die Aussage: «Ein Altersheim kommt für mich nicht in Frage!» berührte und forderte heraus. Viele hoffen, nie ein Pflegefall zu werden oder möchten so lange wie möglich in der vertrauten Umgebung bleiben. Einige sehen aber keine Alternative zum Alters- und Pflegeheim, weil sie weder nahe Angehörige haben noch ihren Kindern zur Last fallen wollen. Wer zu Hause bleiben will, macht sich Gedanken, wie die nötigen Hilfen organisiert werden können. Eigentlich will sich niemand ausschliesslich auf Angehörige verlassen. Klar, dass auch die hohen Kosten, die mit Pflegebedürftigkeit verbunden sind, zu reden geben. Und es haben sich auch jene gemeldet, die sich im Altersheim wohl fühlen. Viele Leserinnen und Leser haben Ehepartner/in, Vater oder Mutter jahrelang gepflegt, ihre Bedürfnisse hintenangestellt oder gar ihre Gesundheit geopfert. In einer Art Generalstabsübung ist es einem Leser gar gelungen, seinem Vater bis ins 103. Lebensjahr zu ermöglichen, daheim zu bleiben.

## Erfahrungen mit Altersheimen

### Keine Schreckensvision

Pflegebedürftig im Alter – keine Schreckensvision! Bin 72jährig und gesundheitlich sehr angeschlagen. Meine Überlegung: fehlen die körperlichen oder geistigen Kräfte, dann braucht der Betroffene Menschen, die ihn in verstehender Zuwendung und helfender Verbundenheit begleiten. Das gilt ganz besonders für alte Menschen in Heimen. Meine älteste Schwester, blind und pflegebedürftig, lebt in einem sehr gediegenen Altersheim. Die bisherigen Gewohnheiten und der gewohnte Rhythmus ihrer Lebensweise werden soweit als nur möglich respektiert. Sie darf im Rahmen der Hausordnung Besuche empfangen, um der Isolierung und Vereinsamung vorzubeugen. Meine gesunde Schwester macht täglich Besuche im Pflegeheim und behält so die Übersicht in der Betreuung. Für mich wäre ein Aufenthalt im Pflegeheim absolut gewährleistet. Man sollte den Mut haben, diesen Schritt zu wagen.

*Frau E. M. in Pfäffikon*

### Wohnen im Getto

Bewundernswert dieser Mann, von ganzem Herzen wünsche ich ihm, dass er nie in ein Altersheim muss. Aber wenn man keine Angehörigen hat, einsam und alt ist, ist so ein Altersheim ein Segen. Ich wohne mit meinem Mann, der pflegebedürftig ist, in einer Alterssiedlung. Ein Getto, allein wohnen möchte ich hier nicht, da würde ich lieber ins Altersheim ziehen. Anpassen können muss man sich schon, ich finde Einsamkeit schlimmer. Aber ob es Familien gibt, die einen fremden Menschen aufnehmen? Schön wär's.

*Frau H. S. in B.*

### Für mich nicht!

Aus meinen Erfahrungen mit leicht pflegebedürftigen Menschen ist es für mich ein Alptraum, in einem Altersheim zu wohnen. Sicher ein Haus mit allem Komfort, wo man das Den-

ken für die Alltagspflichten dem Personal übergeben kann. Traurig für mich zu sehen, wie diese Menschen so ohne Aufgabe herumsitzen. Ich stelle mir mein Altsein anders vor.

*Frau M. Hartmann (70)*

### Das Burgerspital

Herzlichen Dank für den Beitrag zum Burgerspital in der letzten Zeitlupe. Mein Mann ist seit sechs Monaten in diesem Haus in der Pflegeabteilung. Über seinen Zustand mag ich nicht schreiben. Auch bei bester Pflege ist nicht immer Freude. Ich bin jedesmal sehr traurig, wenn er beim Abschied sagt: «Wenn ich doch nur mit dir nach Hause kommen könnte.»

*Frau H. W. in B.*

### Altersheim – ein Glück

Zum Glück gibt es Altersheime, die alte und pflegebedürftige Menschen aufnehmen. Auch mein Mann liegt bereits 17 Monate auf der Pflegestation unseres Altersheims und wird bestens betreut. Da ich selber schon 81jährig bin, kann ich mir diese Pflege nicht mehr zumuten, zudem er seit acht Jahren blind ist und Hilfe braucht in jeder Beziehung. Während vieler Jahre durfte ich ihn zu Hause pflegen, bis er eines Tages infolge einer Streifung, am Boden lag. Seither braucht er Pflege.

Ich darf meinen Mann täglich besuchen, und ich tue es auch, da ich Zeit dazu habe. Und wenn ich nach Hause gehe, weiß ich, dass er in besten Händen ist, und ich bin dankbar dafür.

*Frau Margrit Zingg-Sigrist*

### Ein schöner Ort

Als Ortsvertreterin von Pro Senectute stehe ich oft vor der Frage «Pflege zu Hause oder im Altersheim». Immer wieder versuche ich, den älterwerdenden Menschen zu zeigen, dass ein Altersheim ein sehr schöner Ort sein kann, dass es in erster Linie auf die Einstellung dazu ankommt. Ich kannte eine Frau, die schon ab 50jährig sagte: «Ich will keinem meiner Kinder zur Last fallen, ich will ins Altersheim.»

Mit 82 Jahren ging sie in das von ihr selbstgewählte Altersheim. Nach zwei Jahren vertraute sie mir an, sie sei sehr glücklich in diesem Haus und vor allem hätte sie nie gedacht, dass man in diesem Alter noch so schöne Freundschaften schliessen könne.

Es ist wichtig, eine Beziehung zu dem gewählten Heim aufzubauen, indem man regelmässig dort zum Essen oder in die Cafeteria zu Besuch geht. Man sollte viel mit verschiedenen Heimgästen sprechen, Bekanntschaften schliessen und wenn möglich Zimmer gesehen haben. Auch möglichst viele andere Aktivitäten des Heimes, wie Spielnachmittage, kulturelle Veranstaltungen, Feste, Turngruppen zu besuchen, erleichtern den Schritt ins Heim. Dieser Prozess kann ruhig 10 und mehr Jahre dauern. Wie immer das Leben später herauskommt, das bereichert es allemal.

Dorothee Stamm

### Perspektiven

#### Keine andere Wahl

Ich denke, dass ich nicht um ein Altersheim herumkommen werde, da ich nie verheiratet war und keine Kinder habe. Und so viele Leute gibt es ja nicht, die aus lauter Nächstenliebe jemand aufnehmen würden. Wenn es einmal nicht mehr geht, ziehe ich in ein Heim, bezahle so gut ich kann und muss niemandem auf den Knien danken, wenn jemand zu mir schaut.

Frau M. A. in L.

#### Besser nicht ins Heim

Ich lebe als 65jähriger mit meiner Frau in einer kleineren 3-Zimmer-Wohnung. Wir haben keine Kinder, Verwandtschaft ist spärlich vorhanden. Zu Hause kann ich essen, wie es mir beliebt, und muss mich nicht nach anderen Personen richten. Ich schätze es noch, frei bestimmen zu können. Wie es dann 10, 15 Jahre später aussieht, steht auf einem anderen Blatt. Ich würde dann die Spitek oder die Krankenpflege beanspruchen müssen, sofern das überhaupt möglich ist. Wenn meine Frau zuerst pflegebedürftig wäre, würde ich ebenso verfahren. So lange wir könnten, würden wir uns selber helfen. Dann kommt nur ein Heim in Frage, so ungern ich gehen würde. Meiner Frau macht es weniger aus.

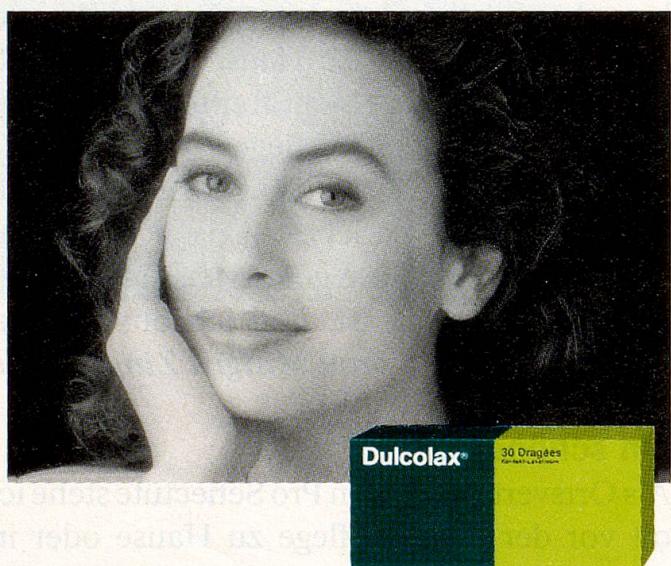
Herr Kurt Hugo Lucht

#### Kinder nicht verpflichten

Wir sind der Meinung, dass man die Kinder nicht verpflichten kann, dass sie ihre Eltern bis ins hohe Alter selbst pflegen. Aber sie sollen dafür sorgen, dass ihre Eltern gut betreut werden, sei es im Alters- oder Pflegeheim oder durch die verschiedenen Organisationen wie Spitek, Pro Senectute usw. Unsere Söhne waren erstaunt, als wir uns entschlossen, ins Altersheim zu ziehen. Aber im Nachhinein sind sie froh, dass wir gut versorgt sind. Unser Kontakt mit den Jungfamilien ist sehr harmonisch. Wir sind dankbar und zufrieden, im

## Gut zu wissen.

HOFER BSW



### Gegen Verstopfung Dulcolax.

Erhältlich in Apotheken und Drogerien

Dulcolax® (Bisacodyl) Anwendungseinschränkungen/Risiken sowie ausführliche Information siehe Packungsprospekt

Heim den Lebensabend verbringen zu dürfen und dadurch die Angehörigen nicht mit Sorgen und Pflege zu belasten.

R. und G. Furrer-Kuhn

### Nicht mit Pauken und Trompeten

Mit den Finanzen komme ich recht über die Runden, weil ich einfach lebe. Dank dem Ersparnen kann ich mir etwas Besonderes leisten, wenn ich den dringenden Wunsch habe, und Geschenke machen. Ich bin sehr selbständig, meine Kinder schreiben mir nichts vor und gönnen mir etwas Schönes. Ich kann schalten und walten, wie es mir in den Kram passt – trotzdem beschäftige ich mich mit dem späteren Eintritt in ein Altersheim. Sicher würde ich dort nicht mit Pauken und Trompeten einziehen. Um unser mühsam erspartes Geld würde es mir ein bisschen leid tun, andererseits gönne ich den Angestellten im Heim einen rechten Lohn. Ich könnte, wenn ich pflegebedürftig würde, zu einem der Kinder gehen. Doch ich will niemanden belasten, ausserdem sind alle berufstätig.

Frau F. K. in Sch.

### Mit Hilfen zu Hause

Es braucht Altersheime, es braucht Alterswohnungen, es braucht Pflegeheime, und es braucht auch die Spitex-Dienste mit oder ohne Angehörigen-Hilfe. Jeder «Altersfall» ist ein Spezialfall, und man hüte sich vor Verallgemeinerungen. Ich bin eine 77 Jahre alte Frau (verwitwet) und kann noch selbständig in meiner Wohnung leben. Meine beiden Kinder helfen mit bei Arbeiten oder Einkäufen, die ich nicht selbst erledigen kann. Sollte ich mehr Hilfe brauchen, würde ich mich an die hiesigen Hauspflegevereine wenden, da ich meine Kinder nicht übermäßig belasten will.

Frau G. C. in C.

### Altersheime eine Wohltat ...

Die Altersheime sind eine Wohltat – doch danke ich Gott, wenn ich nicht dort einziehen muss. Man hat keine persönliche Freiheit

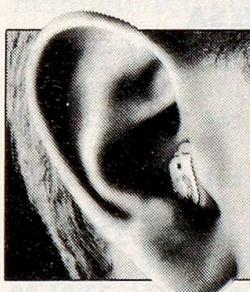
mehr. Das ist auch nicht möglich. Bei der Vielzahl der Pensionäre muss eine feste Ordnung sein. Über Jahre habe ich eine Stundenhilfe, die ich recht bezahle und deren Arbeit ich schätze. Was ich noch machen kann, macht mich glücklich, und an den Komfort, den ich im Altersheim zünftig bezahlen müsste, bin ich nicht gewohnt. Es wird viel über die «Probleme des Alters» geschrieben und auch getan, doch der einzelne muss diesen Lebensabschnitt selber leben.

Frau M. H. in S.

### Kleine Pflegeheime fördern

Selbstverständlich gibt es schlechte Beispiele von Pflegeheimen. Dies ist aber kein Grund, die vielen guten in Frage zu stellen, wo aufopfernde Pfleger/innen und Betreuer/innen still und ohne «Managergehalt» ihre Pflicht erfüllen. Es ist schade, dass Pflegeheime in unserem Land meist zu gross sind. Damit wird


**Weltneuheit**  
**PICS** by **PHONAK**



**PICS**  
**Der entscheidende Durchbruch:**  
**Die ferngesteuerten Hörgeräte, digital auf Ihr Leben programmiert!**

*Wir wissen alles darüber:*

**Madeleine Blum-Rihs**  
 seit 1947 Fachgeschäft für Hörberatung  
 Talacker 35, 8001 Zürich  
 Telefon 01/211 33 35  
 Haus Bernina-Nähmaschinen, 2. Stock

**Ich wünsche einen kostenlosen Hörtest.**

**Bitte senden Sie mir nähere PiCS-Unterlagen.**

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

af

*...gut zu hören:*  
**micro-electric**

Sie können jetzt Ihr Gehör bei uns genau (und gratis) testen lassen. Reservieren Sie sich doch einfach telefonisch einen Termin.

## Gratis-Hörtest

täglich nach Vereinbarung.

### Micro-Electric Hörgeräte AG

Aarau	Hintere Vorstadt 16	Tel. 064/ 22 83 52
Baden	Badstrasse 17	Tel. 056/ 21 16 30
Basel	Steinenvorstadt 8	Tel. 061/281 70 36
Bern	Storchengässchen 6	Tel. 031/311 49 65
Liestal	Wasserturmplatz 2	Tel. 061/921 41 23
Luzern	Kappelgasse 6	Tel. 041/ 51 22 43
St. Gallen	St. Leonhardstr. 32	Tel. 071/ 23 28 37
Schaffhausen	Oberstadt 5	Tel. 053/ 24 40 88
Thun	Freienhofgasse 7	Tel. 033/ 22 71 07
Uster	Gerichtsstrasse 6	Tel. 01/940 00 90
Wil/SG	Alleestrasse 4	Tel. 073/ 22 13 18
Winterthur	Münzgasse 2	Tel. 052/212 54 10
Zug	Bahnhofstrasse 25	Tel. 042/ 22 41 40
Zürich	Schweizergasse 10	Tel. 01 /221 25 53

### Micro-Electric Appareils Auditifs SA

La-Chaux-de-Fonds	tél. 039/ 23 05 26
Fribourg	71, rue Jardinière avenue de la Gare 4
Genève	Pharmacie a Marca 10, rue de la Croix d'Or
Lausanne	tél. 021/312 56 65
Neuchâtel	Grand-Rue 7
Sion	av. des Mayennets 5 à la Pharmacie Bonvin

### Centro Acustico Micro-Electric SA

Lugano	Via Nassa 38	tel. 091/ 23 14 09
--------	--------------	--------------------



Lieferant AHV · IV · EMV · SUVA

es für diese Betriebe schwierig, allen individuellen Wünschen gerecht zu werden und eine familiäre Atmosphäre zu schaffen. Hat die öffentliche Hand jemals kleine Pflegeheime gefördert?

Herr K.S. in R.

### Gedanken über die Zukunft

Wir sind ein Ehepaar im Alter von 88 und 89 Jahren, 61 Jahre glücklich verheiratet, geistig und körperlich noch fit. Kochen ist unser Hobby, die Hausarbeit machen wir gemeinsam ohne Hilfe. In letzter Zeit machen wir uns vermehrt Gedanken über unsere Zukunft. Wir beziehen neben der AHV noch eine Pension und leben in einer Eigentumswohnung. Schon in unserer Kindheit wurde uns von den Eltern eingeprägt, zu sparen für die alten Tage. Unser einziger Sohn lebt seit 35 Jahren in Kanada, das Verhältnis zu ihm ist herzlich. Jedoch können wir bei einem Krankheits- oder gar Todesfall schwerlich Hilfe von ihm erwarten. Aus diesem Grund haben wir beschlossen, die Wohnung zu verkaufen und uns nach einem Platz in einem Altersheim umzusehen. Wir möchten diesen Schritt noch gemeinsam machen, so dass der überlebende Teil geborgen ist. Natürlich ist das eine grosse Umstellung, man büsst etwas von der Selbständigkeit ein. Natürlich ist aber auch das Jasagen zum Alter und zum Abschied, gerade der Herbst bringt uns diese Gedanken nahe, wenn die Natur in Schönheit zur Ruhe geht.

A. und L. M. in Thun

### Lieber ins Heim

Natürlich ist die Aussicht, ins Pflegeheim zu müssen, nicht rosig. Aber muss man? Vielleicht sterben wir vorher, dann ist das Problem ohnehin gelöst. Aber lieber in ein Heim, als von der Laune oder Gnade der Angehörigen, Bekannten oder Nachbarn abhängig zu sein. Ich habe die schwere Pflege für mein Muetti gerne übernommen. Schliesslich war es ein Leben lang in Liebe und Güte für uns da. Ich hätte es nie in ein Heim abgeschoben, solan-

ge ich genügend körperliche und seelische Kraft besass. Und wunderbar: Die Kräfte wachsen mit der Aufgabe. Aber für mich wird niemand da sein, weder mein Sohn noch die Schwiegertochter. *Frau E. L. in L.*

## Das Finanzielle

### Wohnraum reduziert

Bin jetzt 84 Jahre alt, habe vor einiger Zeit bereits meinen Wohnraum reduziert und bin in einen Wohnblock gezogen, wo ich von selten bewohnten Ferienwohnungen umgeben war. Anfangs machte ich noch viel Reisen und merkte die Einsamkeit nicht. Doch nach zwei Operationen geschwächt, glaubte ich, die Abgeschiedenheit nicht mehr ertragen zu können, und bin in ein nahegelegenes Altersheim, eine Residenz, gezogen. Habe hier eine sehr nette Wohnung plus eine Mahlzeit pro Tag und bezahle dafür 3000 Franken im Monat. Nun fühle ich mich aber hier unter den vielen Bewohnern, es sind über 100, ohne Betreuung ungeborgen wie zuvor. Die einzige Hilfe, ich kann bei einem Unfall einen Alarmknopf auslösen, wenn ich ihn erreiche. Bevor ich hierher kam, habe ich nicht damit gerechnet, dass jede Leistung der Pflegeabteilung mit hohen Kosten verbunden ist. Einen Daueraufenthalt in derselben könnte ich mir ohnehin finanziell nicht leisten. *Frau E. P. in L.*

### Altersheime sind teuer

Ja, die Altersheime sind teuer. Da hat ein Arbeiter immer gespart, und hat er noch hunderttausend Franken, so sind die weg wie der Schnee im April, das tut einem weh. Nun bin ich schon 88 Jahre alt, bin allein, mache noch die täglichen Arbeiten und kuche, was ich gern habe. Da ich beim Essen etwas heikel bin, ist das auch ein Grund, der mich abhält, ins Altersheim zu gehen. Liebe Nachbarn und liebe Leute im Dorf helfen mir, die Einsamkeit zu überwinden. Heute ist es nicht mehr möglich,

dass die Kinder die alte Mutter oder den alten Vater in ihre Familie aufnehmen, sei es aus Platzgründen oder andern Sachen. So ist man in der eigenen Wohnung noch ein freier Mann, kann machen, was man will, sich noch aufraffen zu einem Spaziergang, etwas schreiben für die Zeitung oder ein Kreuzworträtsel lösen. Möge es mir vergönnt sein, noch einige Zeit so zu verbringen und einmal ruhig einzuschlafen ohne Altersheim. *Herr F. S. in B.*

### Wir können nichts mitnehmen

Dieses Jahr wurde ich 75 Jahre alt. Gottlob bin ich noch gut im Kopf. Jedoch ärgere ich mich hie und da, dass ich etwas vergesslich bin. Sollte ich aber, was ich nicht hoffe, die Alzheimer-Krankheit bekommen, möchte ich lieber in ein Alters- oder Pflegeheim, da doch meine Kinder und Schwiegertochter auch ihre Aufgaben haben. Mein Mann hatte vor 5 Jahren eine Hirnblutung. Er ist im Kopf nicht mehr gut, und ich hätte die Kraft nicht, ihn zu pflegen. So muss man dankbar sein, dass es Pflegeheime gibt. Natürlich ist es eine finanzielle Belastung. So zahlt man, so lange es geht. Wenn wir sterben, können wir einmal nichts mitnehmen. Ich denke öfters, man sollte im Alter nicht so sparsam sein. Die Kinder hatten eine Ausbildung und können sich mehr leisten als wir. *Frau H. Zürcher*

### Pflege kostet

Es gibt nichts Teureres, als pflegebedürftig zu werden – ob man im Altersheim, durch Spitex oder durch Verwandte gepflegt wird. Man sollte sich bewusst sein, dass die Pflege überall gleichwertig zu betrachten ist. Sollte man das Glück haben, von Verwandten gepflegt zu werden, so sollte man bereit sein, dafür ebensoviel zu vergüten, wie es in einem Heim kosten würde. Vorm Altersheim Angst zu haben, ist sicher nicht recht, denn die Pflegenden geben sich alle Mühe. Sie müssen eben, wie in andern Berufen, bezahlt werden und ihre Freizeit bekommen. *Frau Ruth de Roche*

### Den Schritt gewagt

#### In einer Wohngemeinschaft

Nie möchte ich in einer Familie meiner Kinder leben, es waren fünf. Entweder muss man schweigen oder sonst ist gleich eine Spannung da. Und gratis ist es auch nicht, denn Hauszins, Nahrung, Kleider, Krankenkasse, Steuern usw. müssen auch bezahlt werden – da habe ich Erfahrung. Deshalb wohne ich seit dem 1. Juni in einer Wohngemeinschaft. Ein Rückenleiden hindert mich beim Putzen, und mehr als zwei Kilo kann ich nur kurze Strecken tragen, auch muss ich am Stock gehen. Hier hat es vier weitere Mitbewohner (3 Frauen, 1 Mann), alle etwas verwirrt ausser mir. Das Pflegepersonal schätzt meine Mithilfe sehr, wir haben ein sehr schönes Verhältnis.

Frau R. Horr (76)

Für rasche tägliche 100%-Reinigung von dritten Zähnen und Zahnpfosten

#### Denture Magic-Clean

Reinigt gründlich Prothesen von Zahnbürgen, Plaque, Zahnstein, Flecken, Bakterienbelägen und Speiseresten. Verhindert schlechte Gerüche.

Einfachste Anwendung.

Ein Spritzer auf nasse Zahnbürste, die Prothese zirka 30 bis 60 Sekunden gut bürsten und mit Wasser abspülen.

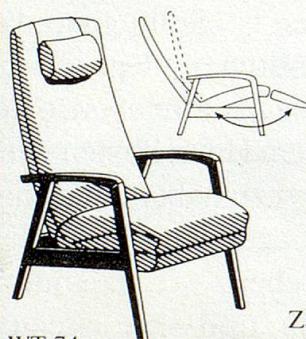
75-ml-Flasche Fr. 9.80 reicht für lange Zeit.

Gegen Einsendung von Fr. 3.– in Marken für Porto und Verpackung erhalten Sie eine Probeflasche von 15 ml gratis.

Fabr. Firma Eugster, Hauptstrasse 74, 4132 Muttenz,  
Telefon 061/61 44 30

Verkauf in Apotheken und Drogerien.

#### Der ideale Senioren-Fauteuil! Ab Lager. Nur Fr. 980.–!



Bequemer lässt sich's nicht fernsehen, Zeitung lesen oder Siesta halten! Massives Holzgestell, angenehme Polsterung, Kopf-/Nackenkissen. Fussteil ausklapp-, Rücken verstellbar!

Kommen Sie doch zum Probesitzen!

Versand ganze Schweiz



**MOEBEL**

8001 Zürich

Zähringerstr. 32 (beim Central)

Telefon 01/251 11 84

WT-74

### Der richtige Platz

Ich bin 85jährig, ledig, fünfmal hüftoperiert und seit vier Jahren im Altersheim. Das ist der richtige Platz für mich. Ich zahle die Pension und muss niemandem noch extra danken sagen. Im Altersheim hat man wenigstens etwas für sein Geld. Meine Kollegen – ledig, verwitwet und geschieden – sind gestorben. Als Alleinstehende haben sie sich schlecht ernährt. Oft nur durch Trinken. Wer macht schon für sich alleine ein Salatbuffet? Die Pensionär/innen kommen erst ins Heim, wenn es zu Hause gar nicht mehr geht. Sie sitzen teilnahmslos herum, langweilen sich und warten auf Besuch. Zu Hause war es zwar auch so. Ich mache mich noch etwas nützlich in der Küche, habe daneben noch viel Zeit zum Spazieren, Bus fahren und Briefeschreiben.

Herr P. H. in D.

### In der Alterssiedlung

Seit zwei Monaten bin ich in einer Alterssiedlung und sehr zufrieden. Hier bekomme ich wenn nötig Hilfe, und allein bin ich auch nicht. So bereite ich mich auf mein Alter vor. Wenn es mir nicht mehr gut geht, gehe ich ins Altersheim. Auf keinen Fall mude ich meinen Kindern zu, mich als Pflegefall aufzunehmen. Ich bin 71 Jahre alt und kann mir das alles ruhig überlegen.

Frau H. Gürtler

### Glückliche Heimbewohnerin

Seit kurzem bin ich eine glückliche Heimbewohnerin und freue mich jeden Tag, dass ich den Mut zu diesem Schritt aufbrachte – innert Monatsfrist. Ich fühle mich bestens aufgehoben. Verständnisvolle Heimleitung, liebes Personal, viele zufriedene Gesichter, schönes Zimmer, wunderbares Essen, ruhig, sonnig, richtig angenehme Ferienatmosphäre – jeden Tag. Nach dem Tode meines Mannes allein weiss ich um Stunden und Tage, in denen mich Trauer und Einsamkeit fast erdrückten. Was, wenn mich plötzlich mein 13jähriger Hund auch noch verlässt? Und so reifte die Idee mit

dem Altersheim. Ich bin mir nicht reuig. Allerdings kostete mich das Auflösen der langjährigen Haushaltung einige Mühe. Das Loslassen so vieler liebgewordenen Andenken. Es kam mir vor wie eine «Gant» auf dem Lande, wo die Pächter zuschauen müssen, wie Stück um Stück aus ihrem «Heimet» weggetragen wird – nur mit dem Unterschied, dass ich mein «Veh» mitnehmen durfte. Ja, Sie lesen richtig: Hund und Katze und ich, wir drei durften zusammenbleiben. So ein Glück!

Frau K. K. (73) in K.

## Erfahrungen mit Pflege

### Ich habe es versucht

Nach dem Tod meiner Mutter lebte ich zweieinhalb Jahre mit meinem Vater zusammen. In dieser Zeit entstanden so viele negative Gefühle zwischen uns, dass ich ihm gegenüber (beinahe) gleichgültig geworden bin. Vor vier Monaten nun zog er ins Altersheim. Dies ist natürlich nur eine mögliche Entwicklung, wie Pflege zu Hause sich auswirken kann – vor allem, wenn die Situation unfreiwillig entstanden ist. Denn viele (Frauen) fühlen sich noch immer verpflichtet, sich um pflegebedürftige Eltern oder Verwandte zu kümmern. Tun sie es nicht, werden sie der Undankbarkeit bzw. des Egoismus bezichtigt.

Frau S. D. in B.

### Mit Hilfe der Spitek

Es begann mit einem Unfall. Meine Mutter hatte den ersten Oberschenkelhalsbruch. Ich war voll berufstätig und musste es als Ledige auch bleiben. Somit hatten wir erstmals eine Spitek-Hilfe. Später kamen noch weitere Operationen, und mit der Zeit kam täglich eine Frau, um am Morgen der Mutter das Morgenessen zu bereiten und allerlei zu helfen. Aber wenn ich nach Hause kam, musste ich oft Sachen suchen. Auch sonst habe ich viel Unzulängliches erlebt. Daneben gibt es aber auch viel Gutes zu sagen. Klar vermindern sich die Essenskosten, aber die Nebenkosten wie Apotheke,

Hilfsmittel erhöhen sich entsprechend. Zur finanziellen Situation ist noch zu sagen: Wir hatten beide nur unsere Einkommen, und die Hilfe wurde von diversen Stellen bezahlt. Wir mussten diese Lösung wählen, denn so paradox es tönt, hätte ich meine Arbeit aufgegeben, wären mir keinerlei Entschädigungen ausgerichtet worden. Und wovon hätten wir dann leben sollen? Zudem bin ich keine sehr gute Pflegerin, und es war viel besser, eine fremde Person zu Hause zu haben. Auch für meine Mutter. Das gab ihr eine Abwechslung.

Frau R. Weibel

### Ich habe meine Mutter gepflegt

Solange der alte Mensch noch gut beisammen ist, geht es recht gut, sobald sich «Bräschte» bemerkbar machen, muss man sich überlegen, bin ich fähig, alles zu machen, was auf mich zukommt. Der Glaube hat mir über viel Schweres geholfen. Ich habe gemeinsam mit der Gemeindeschwester und den ambulanten Diensten meine Mutter gepflegt. Sieben Jahre habe ich es alleine gemacht: Mutter im Rollstuhl, anziehen, abziehen, ins Bett helfen, Essen geben. Dann war ein Spitalaufenthalt nötig. Mit 90 Jahren kam sie wieder – mit einem Böckli zum Gehen. Bis zu ihrem Tode habe ich Mutter zwei Jahre zu Hause intensiv rund um die Uhr gepflegt. Es ging oft über meine Kräfte. Ich liebte die Mutter, habe mit ihr das ganze Leben Freud und Leid, Gutes und Schlechtes geteilt. Sie hatte Parkinson, Bronchienverschleimung, viel Durchfall und Erbrechen. Durch das lange Liegen Dekubitus, obwohl ich sie gut gepflegt hatte. Ich hatte eine Wechseldruckmatratze. Täglich fünf mal Windeln wechseln, waschen, manchmal mit Föhn trocknen. Täglich zweimal den Körper einfetten mit selbstgemachter Ringelblumen-salbe und Johannisöl. Im Bett Haare waschen, Fingernägel, Zehennägel, Ohren müssen gepflegt werden. Man muss sich Zeit nehmen, etwas erzählen (wenn sie es auch nicht mehr aufnehmen können) und oft das Gleiche fragen.

Auf sie eingehen, Musik machen, Singen und alles, was sie gern haben. Zum Beispiel das Essen, Blumen, die Hand reichen, ein liebes Wort geben. Ein böses Wort empfindet ein kranker alter Mensch. Ich hatte pro Monat 40 Maschinen Wäsche zum Waschen.

Und am Schluss begleitete ich meine Mutter im Gebet, dass sie ruhig einschlafen konnte. Ich bereue nichts, was ich für meine Mutter gemacht habe. *Frau H. S. in A.*

### Eine gefährliche Aussage

Ein Altersheim kommt nie in Frage. Dies finde ich eine sehr gewagte und gefährliche Aussage. Sind wir doch dankbar, dass es Alters- und Pflegeheime gibt. 17 Jahre lang pflegte ich meine Mutter, nebst eigener Familie (drei Kinder). Die letzten zehn Wochen musste unsere Mutter dann doch noch in ein Pflegeheim, da meine Kräfte vorübergehend verbraucht waren. Nachher übernahm ich Altersbetreuung im Dorf. Es gab aber immer wieder Situationen, bei denen die letzten Tage und Monate oder gar Jahre im Pflegeheim verbracht werden mussten. In den fünfziger Jahren hatte man ja noch nicht so viele Hilfsmittel für die Pflege zu Hause, oder es fehlte ganz einfach das Geld.

*Frau M. S. in N.*

### Nicht immer einfach

Seit 15 Jahren betreue und pflege ich meine Schwiegermutter. Früher wurde, wenn der Hof

dem Sohn übergeben wurde noch eine Klausel aufgenommen, dass die Eltern auf dem Hof in gesunden und kranken Tagen versorgt werden, meistens von der Schwiegertochter. Das ist nicht immer eine leichte Aufgabe, Tag und Nacht bereit sein, von Ferien gar nicht zu reden. Vor 10 Jahren starb mein Schwiegervater. Er war fünf Wochen pflegebedürftig, und mein Mann und ich haben das daheim gemacht mit Hilfe eines Arztes. Er wollte in kein Spital und wollte nicht, dass sein Leiden verlängert würde. 1982 war meine Schwiegermutter 14 Wochen krank und wollte keinen Arzt. Was wir da mitgemacht haben! Meine Schwägerin wollte den Arzt rufen, aber meine Schwiegermutter war stur und eigenwillig. 3 Jahre später war sie wieder krank. Seit 12 Jahren muss ich ihr Diät kochen. Niemand spricht von einer Krankenpflege-Entschädigung. Freizeit bleibt mir keine. Die Arbeit auf dem Hof und die Pflege der Schwiegermutter füllen meine Zeit aus. Jetzt ist sie über 90 und weiß manchmal nicht, ob es Abend oder Morgen ist, ob sie gegessen hat oder nicht. Der Eigensinn ist noch ausgeprägter geworden. Nun hat sie auch noch offene Beine, und ich muss ihr jeden Morgen das Morgenessen ans Bett bringen, weil sie einen niederen Blutdruck hat. Die Altersheime sind nötig, weil ja viele überfordert sind mit der Pflege. Meine Töchter haben mich früher manchmal über das Wochenende abgelöst. Personen, welche es sich leisten können, sollen doch in ein Altersheim ziehen. Meistens geben sie den Fremden das Geld lieber als den Eigenen.

*Frau M. G. in A.*



### Ihr Wohnsitz im Alter

In Gersau am Vierwaldstättersee vermieten wir neue, unmöblierte, rollstuhlgängige

### 1½- oder 2½-Zimmer-Seniorenwohnung

In kleiner, privater Residenz mit persönlicher Atmosphäre und Betreuung. Sehr schöne, ruhige, zentrale Lage mit See- und Bergsicht. Aufenthaltsraum, Lift, geheiztes Schwimmbad, Garten, Garage. Nähe Bus, Kurpark, Seepromenade, Dorfläden. Verpflegung im hauseigenen, öffentl. Restaurant. Auf Wunsch: Wäschebesorgung, Wohnungsreinigung, Zimmerservice.

**Mietzinse:** Fr. 890.– oder Fr. 1350.–/mtl. plus NK

**Verwaltung:** Barbara Thaddey-Wiget,  
Talstrasse 4, 6043 Adligenswil, Telefon 041/31 33 03

### Ich werde einmal alleine sein

Ich lebe mit meiner 90 Jahre alten Mutter zusammen. Seit 3 Jahren ist sie nun im Rollstuhl, und ich betreue sie alleine rund um die Uhr. Ich wünsche, dass dies noch lange so bleibt. Ich bin nun auch schon 60 Jahre und werde einmal ganz alleine sein. Ich befasse mich bereits heute mit dem Gedanken, dass ich vielleicht auch mal ins Alters- oder Pflegeheim

muss. Ich würde nie sagen: «Kommt nicht in Frage!» Irgendwann geht es nicht mehr alleine, und so bin ich froh, dass es diese Heime gibt, wo man rund um die Uhr Betreuung hat.

Frau M. A. in W.

### Die Last nicht alleine tragen

Seinerzeit habe ich 5 Kinder grossgezogen und musste sogar noch zeitweise mitarbeiten. Meine Mutter hat dann viel für meine Familie getan. Sie wohnte im gleichen Haus zusammen mit meinem Vater, aber nicht im gleichen Logis. Als sie dann zufolge Arthrose ihre Mobilität verlor, war es für mich selbstverständlich, ihrem Wunsch nachzukommen und sie daheim bleiben zu lassen. Mein Vater wurde dann zusehends hinfälliger, hauptsächlich geistig. Er starb mit 95 Jahren. Von da an ass meine Mutter bei uns. Leider wurde in dieser Zeit mein Mann von der Alzheimer-Krankheit befallen. Eine schlimme Zeit begann, und es kam, wie zu erwarten war, ich rieb mich körperlich und nervlich vollkommen auf. Ich war ja auch schon viele Jahre gehbehindert. Ich möchte mit meinem Bericht sagen, dass man wissen muss, die eigene Familie sollte nicht zu kurz kommen, und wir selbst, die Pflegenden, werden auch älter. Auch wenn man vielleicht bezahlt wird, sollte man sich auf die Hilfe anderer Geschwister oder sonst jemanden verlassen können. Keiner sollte eine solche Last alleine tragen müssen.

Frau E. Schilter

### Mit Hilfe

Ich habe meinen Ehemann fast 10 Jahre lang gepflegt. Mir war rasch klar geworden, dass seine Pflege schwierig sein würde und dass ich sie nicht ohne Hilfe würde leisten können. So setzte ich mich mit der Gemeindekrankenpflege in Verbindung, später mit der Spitäler. Nach ärztlicher Anordnung verbrachte mein Mann jährlich einige Wochen im Ferienkrankenhaus, um mir eine Ruhepause zu geben, aber wir waren beide nicht glücklich über diese Lösung. Leider hat sich der Charakter des

Patienten durch die lange Leidenszeit völlig verändert: aus dem liebenswerten Mann und Vater war ein aggressiver und sehr schwieriger Patient geworden, wodurch Pflege und Betreuung natürlich sehr anspruchsvoll wurden.

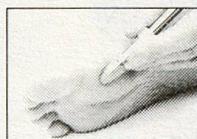
Frau D. Kunz-Gafner

Redaktion: Marianna Glauser

### FUSS- UND NAGELPROBLEME MÜHELOS BESEITIGT

Mit MANIQUICK entfernen Sie schnell, einfach und ohne Verletzungs-Gefahr:

DRUCKSTELLEN, EINGEWACHSENE NÄGEL,  
ABGESTORBENE HAUT, VERDICKE NÄGEL, SCHWIELEN,  
HARTE HAUT, BRÜCHIGE NÄGEL, HORNHAUT



MANIQUICK, ein

■ PATENTIERTES SCHWEIZER  
QUALITÄTSPRODUKT

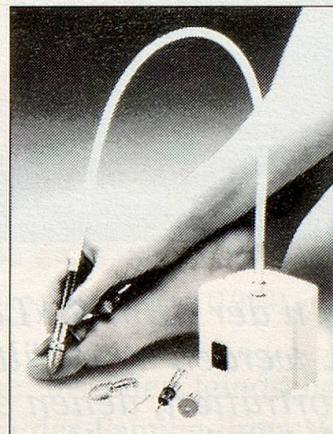
■ 25 JAHRE WELTWEITE  
ERFAHRUNG

■ EINFACH IM GEBRAUCH  
auch für ältere Personen

■ GEFAHRLOSE ANWENDUNG  
dank den abgerundeten  
Formen der Zubehörteile

■ ZUBEHÖR AUS SAPPHIR

■ 2 JAHRE VOLLGARANTIE



NEU!  
5 MODELLE STEHEN  
ZUR VERFÜGUNG

**maniquick**

LEADER IN DER FUSSHYGIENE



### EIN PRAKТИSCHES, GESCHÄTZTES GESCHENK

Frau/Frl./Herr Name:

Vorname:

Strasse und Nr.:

PLZ/Ort:

ZE/49/94

Um unseren neuen Katalog zu erhalten, schreiben oder telefonieren Sie an:  
Arise Diffusion SA, 44, rue Industrielle, 2740 Moutier, ☎ 032/93 63 63