

«Gerade für ältere Menschen sind wir da!» – Medizinische Behandlung und Betreuung auf höchstem Niveau

SILOAH • Ein Augenschein im BESAS, dem Berner Spitalzentrum für Altersmedizin in Gümligen.

Der Humor ist Patientin Alice Sommer – trotz ihres Sturzes im Frühsommer dieses Jahres – nicht abhandengekommen. «Er hat sich gut festgehalten», schmunzelt die 84-Jährige. «Zudem ist es mir hier in der Klinik wunderbar ergangen. Ich wurde sowohl medizinisch hervorragend behandelt als auch menschlich bestens gepflegt.» Nach einem 14-tägigen, stationären Aufenthalt im BESAS geht Alice Sommer nun von zuhause aus zur nötigen Nachbehandlung in die ambulante Rehabilitation, welche ebenfalls am BESAS stattfindet. Am Tag des Besuchs der Journalistin in der Klinik Siloah kommt die Patientin gerade von der Physiotherapie. Sie setzt sich – zwecks dieses Gesprächs – auf einen Stuhl im Vorraum des Kraft- und Geräte- raums, in dem sie kurz zuvor auf einem Fahrrad ihren durch den Unfall versehrten Körper trainierte. Auf die Frage des Chefarztes und Co-Klinikleiters BESAS, Dr. med. Markus Bürge, ob sie noch ein paar Minuten warten könne, bis alle da seien, antwortet sie leise, schalkhaft und trocken: «Ja, wegrennen geht ja so nicht.»

Wie es geschah

Vor einigen Wochen wollte Alice Sommer, die in Bümpliz wohnt, einen Fussgängerstreifen überqueren, als ihr die Balance einen kurzen Moment abhanden kam. «Ich machte wohl ein falsches Schrittl.» Sie fiel daraufhin auf die rechte Seite und verletzte sich. «Die Autofahrer, die anhielten, um mich die Strasse überqueren zu lassen, boten mir sofort ihre Hilfe an.» Einer habe ihr sogar einen Stuhl organisiert. «Ein junger Autolenker hat mir angeboten, bei mir zu warten, bis mein Sohn eintrifft. Er blieb eine halbe Stunde an meiner Seite und liess sich nicht davon abbringen.» Dass dies für ihn selbstverständlich gewesen war, rührt die Verunglückte. «Solange es solche Personen gibt, muss man nicht um die Menschheit bangen.» Ihr Sohn habe sie sofort zu ihrem Hausarzt vor Ort gefahren. Dieser habe, nach ausführlicher Untersuchung, festgestellt, dass nichts gebrochen gewesen sei. «Aufgrund dessen hat er mich heimgeschickt.» An den Leisten hätten sie allerdings schon bald darauf Schmerzen geplagt, die nach und nach heftiger wurden. Nach zehn Tagen suchten Alice Sommer und ihr Sohn erneut den Arzt auf. «Er schickte mich sofort ins Siloah.» Erst habe es ihr nicht gefallen, in ein Spital einzutreten, das sich so weit weg von zu Hause befinde. «Doch bereits nach kurzer Zeit wusste ich, weshalb ich gerade hierher kommen sollte», erklärt sie. «Hier wissen Ärzte und Pflegefachleute, worum es bei alten Menschen im Speziellen geht.» Das BESAS sei explizit auf Sturz-Patientinnen und -Patienten ausgerichtet. «Ich habe mich immer sehr verstanden und wohl gefühlt.» Eine Computertomografie (CT) vor Ort habe ergeben, dass halt doch ein kleiner Riss im Becken vorliege. Eine Operation sei nicht nötig gewesen. Der Knochen würde, bei entsprechenden Massnahmen, selbst wieder zusammenwach-



Physiotherapeutin Inga Jansen, Patientin Alice Sommer und Chefarzt Markus Bürge im Kraftraum des BESAS in der Klinik Siloah schalten eine Trainingspause ein. Fotos: slb



Markus Bürge, Chefarzt und Co-Klinikleiter, begleitet die ambulante Patientin Alice Sommer vor die Tür des BESAS.

Gemeinsam stark für Ihre Gesundheit

Ziel des BESAS (Berner Spitalzentrum für Altersmedizin, Siloah) ist es, in der altersmedizinischen Grundversorgung betagter Menschen aller Versicherungsklassen neue Massstäbe für die Region zu setzen. Dafür sorgen bewährte und hochspezialisierte Teams mit langjähriger Erfahrung in der Altersmedizin. Das Projekt wird unterstützt durch eine eigens dafür geplante und im Jahr 2015 nach modernen Erkenntnissen neu erbaute Spitalinfrastruktur.

Gesundheitliche Probleme können betagte Menschen besonders verunsichern. Neben den eigentlichen medizinischen Beschwerden stellen sich oft auch Fragen rund um die zukünftige Selbstständigkeit im Alltag, das Wohnen, oder Veränderungen des sozialen Umfeldes. In solchen Momenten ist es entlastend und beruhigend zu wissen, dass sich das BESAS-Team diesen Aspekten besonders widmet.

Um zu verdeutlichen, wer von einer geplanten oder notfallmässigen Spitaleinweisung besonders profitieren kann, hier einige typische Einweisungsgründe, welche häufig auch kombiniert vorkommen:

- Verschlechterung einer Gangstörung, mit oder ohne vorangehende Stürze
- Körperliche Schwäche nach schweren Erkrankungen oder Operationen
- Muskelverlust im Rahmen einer akuten Erkrankung
- Depressive Verstimmungen bei kognitiver Verschlechterung
- Nebenwirkungen von Behandlungsmassnahmen, insbesondere Medikamenten

Die beiden Ärzte, Chefarzt Dr. med. Markus Bürge und Chefarzt Dr. med. Jon Lory, erklären, wofür sie stehen: «Wir sind ein Spezialistenteam der Al-

tersmedizin, zusammengesetzt aus ärztlichen, pflegerischen und therapeutischen Fachpersonen. Das Leitungsteam arbeitet bereits seit Jahren erfolgreich zusammen. Der im August 2015 bezogene Neubau des Siloahs ermöglicht es nun, unsere Behandlungen in einer optimalen und zeitgemässen Infrastruktur anzubieten. Unser Angebot ist eng verknüpft mit dem medizinischen und chirurgischen Gesamtangebot der Klinik Siloah.»

Um der individuellen Situation eines jeden Patienten gerecht zu werden, finden sich im BESAS geeignete Konzepte für alle Stufen einer Erkrankung. **slb**

Informationsbroschüren und weitere Erläuterungen sind auf der Homepage des Siloah zu finden: www.altersmedizin-besas.ch

sen, erfuhr Sommer von den Ärzten. Zwei Wochen blieb sie daraufhin stationär in der Klinik in Gümligen. «Ich genoss die Pflege. Der ganze Aufenthalt tat mir gut.»

Mit dem Velo zur Gesundheit

Seit sie das Spital verlassen hat, besucht Ali-

ce Sommer regelmässig zweimal in der Woche die ambulante Rehabilitation im BESAS. Hingebracht wird sie vom Fahrdienst des Roten Kreuzes.

Vor dem Treffen mit der Journalistin stieg Alice Sommer erst für zehn Minuten aufs Fahrrad, danach ging es zur Physiothera-

pie. «Der Therapeut schaut, wie ich gehen oder wie ich aufstehen kann.» Jeweils 45 Minuten dauere eine Therapieeinheit. Wird sie nicht müde? «Es geht schon», lächelt Sommer, «es ist auch Abwechslung und natürlich wichtige Unterstützung des Heilungsprozesses.» Am Montag sei die medizi-

nische Trainingstherapie an der Reihe sowie der Kraftraum. Aber auch die «Tanzplatte», das Kreislauftraining und die Physiotherapie. Am Mittwoch wieder Kreislauftraining und Physiotherapie.

An diesem speziellen Mittwoch kam zusätzlich noch das Ortho-Team. «Sie passten mir Schuhe an. Doch sie waren alle zu gross. Nun habe ich Einlagen. So ist es besser.» Dass das gesamte Klinik-Team sehr auf sie eingehe, schätzt die Patientin. Und wenn sie sich etwas nicht merken kann, schaut sie im extra für sie erstellten Therapieheft nach. Da steht zum Beispiel unter den Reha-Zielen: «Wieder komplett selbstständig werden und die Spitex nicht mehr brauchen.» Oder: «Wieder sicher und selbstständig im Aussenbereich mobil werden.» Ausserdem gibts ein Heimprogramm, das Sommer zweimal in der Woche absolviert: Sich auf einen Stuhl setzen, wieder aufstehen und so weiter, ohne dabei die Hände zu gebrauchen. Ausserdem: «Gehen Sie, wenn möglich, täglich spazieren.» Oder: «Sorgen Sie für Sicherheit, indem Sie bei den Übungen im Stehen immer eine stabile Haltemöglichkeit in Reichweite haben.» Das Reha-Programm dauert bis zu 14 Wochen. Während der Therapietage am BESAS gibt es – falls erwünscht – auch ein Mittagessen und einen Kraftdrink. «Für den Muskelaufbau», erläutert Sommer, während sie am Strohalm zieht. «Er schmeckt sogar noch gut.» **Sonja L. Bauer**

Das ist unser ambulantes Angebot

Von zuhause aus – Ambulante Rehabilitation BESAS

Im Gegensatz zur einer Einzeltherapie (z.B. Physiotherapie) beinhaltet eine «Ambulante Rehabilitation» ein komplettes, auf die einzelne Patientensituation zugeschnittenes Rehabilitationsprogramm unter der Leitung eines Facharztes für Geriatrie sowie einem therapeutischen Spezialistenteam.

Bereits beim ersten Termin nimmt eine erfahrene Physiotherapeutin eine kurze Untersuchung vor, woraus erste Tipps mit Übungen resultieren. Gemeinsam mit dem geriatrischen Facharzt wird zugleich ein individuelles Wochenprogramm in einem der Schwerpunkteprogramme festgelegt und das weitere Vorgehen in einem ausführlichen Gespräch mit dem Patienten und den Angehörigen erörtert.

Schwerpunkteprogramme gibt es in der ambulanten Rehabilitation folgende:

- Neuro-Rehabilitation
- Sturzprävention und Sturzrehabilitation
- Orthopädische Rehabilitation

- Amputations-Rehabilitation und Prothesen-Gehschule

Welche Therapien kommen dabei zum Einsatz?

- Einzeltherapien:
- Physiotherapie
 - Ergotherapie
 - Logopädie
 - Therapeutische Pflege
 - Ernährungsberatung
 - Neuropsychologie

- Gruppentherapien:
- Gleichgewichtsgruppe
 - Gehgruppe
 - Prothese-Gehschule
 - Medizinische Trainingstherapie
 - Memogruppe
 - Feinmotorik- und Schreibgruppe

Rund um die Therapieeinheiten stehen Getränke in einem betreuten Aufenthaltsraum für die Patientinnen und Patienten bereit.

Welche Kosten entstehen?

Die Kosten für Arzt und Therapien übernimmt die Krankenkasse (Antrag durch das BESAS-Team), Jahres-Franchise und Selbstbehalt von 10 % müssen natürlich berücksichtigt werden. Die Transportkosten werden nicht übernommen.

Wo befindet sich die ambulante Rehabilitation?

Sie befindet sich im Erdgeschoss des Hauptgebäudes der Klinik Siloah. Aus allen Richtungen gut mit privaten und öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Das «Blaue Bähnli» (Tramlinie 6, Richtung Worb Dorf) aus Bern oder Gümligen hält direkt an der Haltestelle «Siloah». **slb**

Haben Sie noch Fragen in ambulanten Angelegenheiten? Telefon: 031 958 19 34

www.ambulanterehabilitation-besas.ch

Stationäres Angebot

In der Klinik – Geriatrische Akut-Hospitalisierung mit Früh-Rehabilitation

Das BESAS bietet die Möglichkeit, ältere Patientinnen und Patienten mit einer Akuterkrankung oder nach einem Sturz bereits ab dem zweiten stationären Aufenthaltstag aktiv zu mobilisieren und situationsgerecht zu aktivieren, dies im Rahmen einer Früh- oder anders ausgedrückt Akut-Rehabilitation. Da Bettlägerigkeit und Inaktivität bei betagten Menschen zu Muskel- und Funktionsverlust führen, ist dieses Angebot ein zentraler Pfeiler bei der Umsetzung des geriatrisch ausgerichteten Denkens und Handelns.

Geriatrische Rehabilitation

Patientinnen und Patienten, welche nicht bereits von Anfang an im BESAS behandelt werden, können auch erst nach der medizinischen Akutphase ins Siloah kommen, dies im Rahmen einer stationären Rehabilitation. Diese hat zum Ziel, die Selbstständigkeit des Patienten durch intensive Therapiemassnahmen zu verbessern und die Rückkehr in möglichst autonome Lebensverhältnisse zu ermöglichen. Diese Behandlung dauert im BESAS meist zwischen

zwei und vier Wochen und richtet sich selbstverständlich nach dem medizinischen Bedarf.

Profitieren von diesem Angebot können Patientinnen und Patienten ab dem 70. Altersjahr, in der Regel im Anschluss an eine Akutspitalbehandlung, also bei Krankheit, Unfall oder Operation.

Wer unterstützt die Patientinnen und Patienten sowie Angehörigen beim Austritt?

Die Sozialberatung des BESAS steht den Patientinnen und Patienten sowie ihren Angehörigen während des ganzen Aufenthaltes zur Verfügung und bietet Folgendes an:

- Unterstützung bei der Organisation von diversen Entlastungsangeboten zu Hause
- Organisation einer Übergangslösung oder eines Daueraufenthaltes in einem Alters- oder Pflegeheim
- Vermittlung von externen Beratungsstellen
- Beratung zu Finanzierungsmöglichkeiten
- Organisation von Fahrdiensten **slb**

Haben Sie noch Fragen zu stationären Angelegenheiten? Telefon: 031 958 14 90