

# sanadad

das Gesundheitsmagazin

Nummer 02 | Winter 2014

## Editorial

### Trends und Herausforderungen im Gesundheitswesen

#### Liebe Leserin, lieber Leser

Die kantonale Spitalversorgung hat gemäss der vom Grossen Rat in der Augustsession 2005 beschlossenen Neukonzeption der Spitalversorgung die Gesundheitsversorgung des Kantons sicherzustellen. Die gesamte Kantonsbevölkerung muss innerhalb einer medizinisch und sozial vertretbaren Frist Zugang zu den nötigen Spitalleistungen haben. Das bestehende dezentrale Spitalversorgungssystem ist entsprechend beizubehalten.

Die Sicherstellung der ambulanten medizinischen Versorgung der Bevölkerung obliegt den Gemeinden. Auch bedingt der Tourismus als wichtigster Wirtschaftszweig Graubündens eine gesicherte Gesundheitsversorgung in allen Regionen des Kantons.

Gemäss Bevölkerungsprognose bis 2030 nimmt die Bevölkerung über den gesamten Kanton zwar zu. Die in den letzten Jahren erkennbare Entwicklung – nämlich eine markante Bevölkerungszunahme in den bereits heute bevölkerungsreichen Regionen und eine Abnahme in den anderen Regionen werde sich jedoch weiter fortsetzen. Diese demografischen Entwicklungen zu meistern und gleichzeitig überall eine hohe Qualität in der Gesundheitsversorgung erhalten zu können, wird uns alle herausfordern. Eine mögliche Antwort auf diese Problematik ist der Zusammenschluss zu grösseren Einheiten oder Kooperationen – mit allen seinen Chancen und Risiken.

Da in der nahen Zukunft vor allem in peripher besiedelten Regionen die Gefahr besteht, dass in absehbarer Zeit Hausarztpraxen infolge Pensionierung und mangels eines Nachfolgers geschlossen werden und

dass auch das Besetzen von Stellen durch Fachpersonal in kleinen Spitälern immer schwieriger wird, müssen neue Wege beschritten werden.

Die Sicherstellung einer qualitativ hochstehenden und quantitativ ausreichenden Grundversorgung in der Spitalregion Surselva sowie die Sicherung der vielen Arbeitsplätze gehören also zur Hauptaufgabe des Vorstands.

Durch die nun beschlossene Zusammenarbeit mit dem Kantonsspital Graubünden wurde ein wichtiger Schritt in die richtige Richtung getan. Das Leistungsangebot steht im Zentrum der Kooperation. Die Grundversorgung bleibt für Einheimische und Gäste garantiert.

Als weitere Aufgabe muss nun abgeklärt werden, inwieweit ein Gesundheitszentrum, allenfalls mit Aussenstellen, der Region helfen würde, ihre strukturellen Rahmenbedingungen der Herausforderungen der Zeit anzupassen um die Probleme gemeinsam anzupacken.

Mit der Wahl von Herr Urs Kellenberger als neuen Direktor am Regionalspital Surselva ist es dem Vorstand gelungen, eine Persönlichkeit zu engagieren, die über langjährige Tätigkeit und fundierte Erfahrungen im Gesundheitswesen verfügt. Seine in verschiedenen Spitälern gemachten Erfahrungen als Direktor/CEO während vielen Jahren werden uns helfen, die auf uns zukommenden Aufgaben tatkräftig anzugehen und zum Wohle unserer Bevölkerung und Gäste zu lösen.

Vitus Dermont,  
Vizepräsident Spitalverband, Grossrat

## Veranstaltungen

### EINLADUNG ZUR BESICHTIGUNG GEBÄRSAAL

Mit Führung durch die Abteilung «Geburts-  
hilfe».

**Dienstag, 27. Mai 2014**

**Dienstag, 30. September 2014**

Lernen Sie die Ärzte, Hebammen, Pflegefach-  
frauen sowie unsere Räumlichkeiten kennen!  
Keine Anmeldung erforderlich!

Telefon 081 926 52 18  
hebammen@spitalilanz.ch  
www.spitalilanz.ch

## Diverses

### KRANKENVERSICHERUNGSKARTE NICHT VERGESSEN

Haben Sie einen Termin bei uns im Spital,  
dann denken Sie bitte daran Ihre Krankenver-  
sicherungskarte mitzubringen.  
Die Leistungserbringer (Krankenkassen, Kan-  
ton und Unfallversicherungen) sind auf die Er-  
fassungsnummern – auf der Rückseite der  
Karte – angewiesen.



## Beratungen

### TEAM AMBULANTE ONKOLOGIE

Der Begriff Onkologie steht für Krebserkrankungen und deren Behandlungen. Die medizinische Onkologie hat sich zu einem spezialisierten Fachbereich entwickelt. Neben den klassischen Chemotherapien werden immer mehr moderne Medikamente gemäss internationalen Standards angewendet. Voraussetzung dafür ist spezialisiertes, sich weiterentwickelndes Fachwissen. Die meisten Therapien können ambulant durchgeführt werden. Seit 2002 hat die ambulante Onkologie im Regionalspital Surselva einen festen Platz. Mittwochs leitet Dr. Richard Cathomas, Leitender Onkologe am Kantonsspital Graubünden, diese Sprechstunde mit einem Team aus onkologisch geschulten Pflegefachpersonen des Regionalspitals Surselva. Eine Zusammenarbeit mit anderen Fachbereichen wie Medizin, Chirurgie, Gynäkologie, Hausärzten sowie bei Bedarf der Radiotherapie (Bestrahlung) in Chur, ist selbstverständlich. Es finden dazu regelmässige interdisziplinäre Tumorfallbesprechungen im Regionalspital Surselva statt. Dort werden die Situation und deren mögliche Behandlungen besprochen. Die



Team der ambulanten Onkologie und des PBD.

Betroffenen werden in einem persönlichen Gespräch mit dem Onkologen bei ihrer Entscheidungsfindung unterstützt. Eine Krebsdiagnose kann die Betroffenen und ihre Angehörige erschüttern und fordert neben der individuell angepassten Therapie eine umfassende und feinfühliges Begleitung, die Ängste und Fragen auffangen kann. Das Pflegeteam organisiert und verabreicht die Therapien sowie berät und begleitet die Betroffenen professionell durch die Diagnose-, Be-

handlungs- und Nachsorgezeit. Das kleine Team im kleinen Spital garantiert eine Kontinuität in der Begleitung. Gezielte telefonische Rückfragen nach der Therapie und die Möglichkeit, das Team an allen Wochentagen kontaktieren zu können, sind ein wichtiger Bestandteil dieses ambulanten Angebotes. Dies soll Vertrauen und Sicherheit geben. Bei Bedarf wird das Team von einem psychoonkologischen Dienst ergänzt, der wichtige Verarbeitungsstrategien aufzeigen kann.

### PALLIATIVER BRÜCKENDIENST SURSELVA

Ziel des Palliativen Brückendienstes (PBD) ist es, schwer kranke und sterbende Menschen trotz belastender Symptome in enger Zusammenarbeit mit der Spitex und dem zuständigen Hausarzt zu Hause oder im Heim zu behandeln und zu pflegen. Der PBD richtet sich an Menschen mit einer Erkrankung in fortgeschrittener Krankheitsphase. Pflegendes, Hausärzte sowie schwer kranke und sterbende Menschen und deren Angehörige werden beraten und unterstützt. Der PBD ergänzt die Pflege und Betreuung und ersetzt weder die Pflege der Spitex oder des Pflegeheims noch den Hausarzt. Das Wort «palliativ» stammt vom lateinischen Wort «palliare» ab und wird übersetzt mit umhüllen, «care» ist ein englisches Wort und bedeutet Fürsorge. Palliative Care steht für eine menschliche sowie fachliche Unterstützung und Begleitung von Menschen mit einer unheilbaren oder chronisch fortgeschrittenen Erkrankung und deren Angehörigen. Dabei geht es um das frühzeitige Erkennen und Lindern von körperlichen, seelischen, sozialen und spirituellen Leiden. Ambulante und sta-

tionäre Angebote in Palliative Care werden generell in der Schweiz vermehrt angeboten. Der PBD Surselva ist der erste seiner Art in unserem Kanton. Auf Initiative der Region Surselva, in Kooperation mit dem Regionalspital Surselva und der Spitex Foppa (als Geschäftsstelle), sowie Dank finanzieller Unterstützung der Krebsliga Graubünden, wurde er im Juli 2011 gegründet. Seit Juli 2013 ist dieser PBD in das kantonale Projekt PBD Graubünden überführt worden. Das Brückendienstteam Surselva besteht aus Pflegefachpersonen mit Zusatzausbildung in Palliative Care und /oder Onkologie, welche in Festanstellung am Regionalspital Surselva tätig sind. Das Team arbeitet in medizinischen Fragen mit dem Kaderarzt der Palliativabteilung des Kantonsspitals Graubünden zusammen. Nach der ersten Kontaktaufnahme nimmt eine Pflegefachperson des PBD vor Ort mit den beteiligten Fachpersonen die verschiedenen Bedürfnisse und Anliegen des Patienten und der Angehörigen auf. Dabei werden auf die Aspekte Symptomkontrolle, Entscheidungsfindung, Netzwerkbildung und

Familienbetreuung eingegangen. Bei der Symptomkontrolle geht es um eine umfassende Behandlung zur Linderung von Symptomen wie Schmerzen, Atemnot, Müdigkeit, Unruhe, Übelkeit. Bei der Entscheidungsfindung werden mögliche Komplikationen sowie Krisen möglichst früh erfasst und entsprechende Massnahmen geplant oder eingeleitet. Eine weitere Aufgabe ist die Begleitung der Patienten und ihrer Angehörigen bei der Bewältigung des Krankheits- und Sterbeprozesses. Der PBD unterstützt ebenfalls den Aufbau eines sozialen Netzes, beispielsweise ergänzt mit geschulten freiwilligen Begleitern, um die Betreuung zu Hause zu erleichtern und zu ermöglichen. Die ganze Betreuungsphase wird vom behandelnden Hausarzt begleitet. Nebst dem Kontakt vor Ort steht der PBD jederzeit telefonisch beratend zur Verfügung. Ein Einsatz vor Ort erfolgt innerhalb von 24 Stunden. Im Falle einer Notfallsituation ist weiterhin der Haus- oder Notfallarzt zuständig. Die Leistungen werden zum Spitex-Tarif abgerechnet. Der PBD ist jederzeit unter 081 926 57 66 erreichbar.

## Die Bedeutung des Regionalspitals Surselva für die Region

**Für die Region hat das Regionalspital Surselva eine zentrale Bedeutung. Seit über 146 Jahren dient es der eigenen Bevölkerung als sicherer Versorgungsschwerpunkt. Der Wert des Spitals geht jedoch weit über die unverzichtbare Versorgungsfunktion hinaus. Als wirtschaftspolitischer Standortfaktor nimmt es eine führende Stellung ein und als grosser und wichtiger Arbeitgeber gilt das Spital in arbeitsmarktpolitischer Hinsicht als stabiler Faktor.**

### Spital als Versorgungsschwerpunkt im Gesundheitswesen

Seit 1868 nimmt das Regionalspital Surselva eine gesellschaftlich wichtige Gesundheitsversorgungsfunktion für die Bevölkerung wahr. Während dieser Zeit nahm es an den rasanten Entwicklungen in der Medizin teil und vermochte so immer eine adäquate, sichere und den Qualitätsnormen entsprechende Versorgung zu garantieren.

Die Art der Leistungserbringung hat sich in den letzten 20 Jahren enorm verändert. Waren die Spitäler früher fast ausschliesslich für die stationäre Behandlung zuständig, so führt die zunehmende Spezialisierung verbunden mit neuen Techniken, z. B. die Möglichkeit minimalinvasiver Eingriffe, zu kürzeren Aufenthaltsdauern und zu einer Verschiebung in den ambulanten Sektor. Dadurch werden sowohl die Lebensqualität der Bevölkerung wie auch deren Lebenserwartung erhöht. Im Leitbild zur Organisation der Gesundheitsversorgung im Kanton Graubünden (Departement für Justiz, Sicherheit und Gesundheit, 2013) wird das bestehende, dezentrale Spitalversorgungssystem im Grundsatz bekräftigt. In der darin beschriebenen Vorstellung über die mittelfristig für die Gesundheitsversorgung des Kantons angestrebten Strukturen nehmen die Regionalspitäler eine wichtige Rolle in den Gesundheitsregionen der Tal-schaften ein. Das Regionalspital Surselva verfügt über eine Infrastruktur und medizinische Fachpersonen, die es erlauben, zusammen mit den Partnern der Region (Hausärzte, Spitex, Alters- und Pflegeheime sowie Gesundheitsförderung und -prävention) die Basis für

eine gemeinsame Gesundheitsversorgungsregion Surselva zu entwickeln und umzusetzen. Das Spital ist sich diesbezüglich seiner Verantwortung bewusst und Willens, den von ihm erwarteten Support zu erbringen.

### Wirtschaftsfaktor Spital

Das Regionalspital Surselva generiert durch seine direkte Wertschöpfung einen Effekt als bedeutender Auftraggeber für das einheimische Gewerbe und Dienstleister. Ohne Berücksichtigung von grösseren baulichen Investitionen generiert das Spital jährlich einen Umsatz von CHF 2.2 bis 2.4 Mio. mit regionalen Geschäften, Betrieben und öffentlichen Körperschaften. Es trägt damit direkt zur wirtschaftlichen Stabilität und Entwicklung der Region bei. Den volkswirtschaftlichen Effekt durch das Regionalspital als Arbeitgeber gilt es ebenfalls zu berücksichtigen. Von den 230 Mitarbeitenden mit Wohnsitz in der Region fliesst ein grosser Teil der Nettolohnsumme von jährlich rund CHF 15.6 in unterschiedlichster Form in den regionalen Wirtschaftskreislauf.

Anhand der Zahlen (2012) lässt sich die Bedeutung des Tourismus für das Regionalspital Surselva – und umgekehrt – belegen. 405 ausserkantonale Patienten und 167 ausländische Patienten mussten sich in unserem Spital stationär behandeln lassen. Dies entspricht einem Anteil von 22.5% aller stationären Patienten. Weitere 951 ausserkantonale und 358 ausländische Patienten nahmen eine ambulante Behandlung in Anspruch. Grossmehrheitlich handelte es sich dabei um Notfälle.

Touristen wählen ihre Feriendestination freiwillig. Auch wenn dabei nicht Alle das Vorhandensein einer qualitativ hochstehenden Notfall- und Spitalversorgung in ihre Überlegung einbeziehen, so bekommt sie im Ereignisfall einen ganz entscheidenden Stellenwert. Pech zu haben, aber im nahen Spital ausgezeichnet behandelt und betreut zu sein oder medizinisch ungenügend versorgt zu sein sind Wahrnehmungen, die sich für zukünftige Ferienentscheide und die wichtige Mund-zu-Mund-Propaganda nachhaltig auf eine Region auswirken.

### Arbeitgeber Spital

Mit 260 Angestellten ist das Regionalspital einer der grössten Arbeitgeber in der Surselva. Es trägt der zunehmenden Nachfrage nach Teilzeitbeschäftigung Rechnung. Der Anteil der Teilzeitangestellten beträgt bereits heute über 50%. Dabei gilt es zu beachten, dass sich die Qualifikationsstruktur im Spitalwesen im Vergleich zur Gesamtwirtschaft durch einen höheren Anteil an gut ausgebildeten Arbeitskräften (berufsbezogene Ausbildung oder höhere schulische Bildung) auszeichnet.

Das Regionalspital nimmt seine Verantwortung als Ausbildungsbetrieb für seinen Berufsnachwuchs wahr. Mit seinen rund 35 Ausbildungs- und Praktikumsstellen in der Medizin, Pflege, Operationsaal, Physiotherapie, Rettungsdienst, Verwaltung und Küche ermöglicht das Spital jungen Männern und Frauen den Einstieg ins Berufsleben in einer krisensicheren Branche.

## Dankesbrief eines Patienten

Lieber Herr Doktor,  
Viele Jahre sind vergangen, seit Sie meine Kugel am Oberarmknochen wieder mit dem Knochen verbinden mussten. In 4-stündiger Arbeit haben Sie und Ihr Team alles wieder gerichtet – 17 Fragmente, Knochen-Granulat, Fixationsdrähte etc. Dass ich den Oberarm beim Skifahren 3½ Monate später an der Schwachstelle der untersten Schraube noch-

mals gebrochen habe war eben ein weiterer Unfall und ich entschuldige mich nochmals bei Ihnen, dass ich die akribische Nacharbeit geschändet habe! Weil ich immer wieder an die Zeit des Unfalls denke, will ich Ihnen in Dankbarkeit einen Status-Bericht senden:  
• ich habe keine Beschwerden  
• ich kann den Arm «augenscheinlich» ganz normal hochheben

• Ich gehe ins Fitness-Zentrum, fliege nach wie vor Gletschirm, laufe viel und fahre Velo  
• die Einschränkung von ca. 16.9° stört nicht, ansonsten kompensiere ich mit allen anderen zur Verfügung stehenden Körperteilen  
Ich danke Ihnen und Ihrem Team herzlich für alles was Sie für mich getan haben!  
Mit freundlichen Grüssen,  
ein dankbarer Patient

## Veranstaltungen

### DIVERTIKELERKRANKUNG – AUSSTÜLPUNGEN DES DICKDARMS – EINE ZIVILISATIONSKRANKHEIT



Publikumsvortrag, **Dienstag, 17. Juni 2014, 19.00 Uhr**, im Regionalspital Surselva mit Dr. med. Patrick Mäder, Chefarzt Chirurgie (l); Dr. med. Christian Weber, Leitender Arzt Chirurgie (r)

Fast ein Viertel der über 50-jährigen Bevölkerung in Europa hat Divertikel. Meist bleiben

die Ausstülpungen des Dickdarms unerkannt. Nur bei rund 10% kommt es zu Beschwerden, die auch mit einer begleitenden Entzündung auftreten können. Meist führen diese zum Arztbesuch mit anschliessender Darmspiegelung beim Spezialisten.

Was ist zu tun bei Divertikelbeschwerden? Wie werden sie behandelt? Wie ist die Prognose? Welchen Einfluss hat die Ernährung? Wann ist eine Operation angezeigt?

Diese und viele andere Fragen um das Thema beantworten Ihnen Dr. Patrick Mäder und Dr. Christian Weber anlässlich des Vortragsabends.

### WENN DER SCHUH DRÜCKT – ERKRANKUNGEN DES FUSSES UND IHRE BEHANDLMÖGLICHKEITEN



Sebastian Ulsamer,  
Oberarzt Orthopädie

Publikumsvortrag, **Dienstag, 25. März 2014, 19.00 Uhr**, im Regionalspital Surselva.

Der Fuss muss beim Stehen und Gehen Schwerstarbeit verrichten. Er trägt das gesamte Körpergewicht, muss Stösse abfedern, das Gleichgewicht halten und Unebenheiten ausgleichen. Mit seinen 26 Knochen, 30 Gelenken, 60 Muskeln und über 100 Sehnen und

Bändern ist der Fuss hochentwickelt, um diese Aufgabe tagesin, tagaus meistern zu können. Aufgrund der hohen Belastung können bereits kleinste Veränderungen am Fuss zu Beschwerden führen, sei es zu Schmerzen oder Funktionsausfällen.

So verwundert es nicht, dass im Regionalspital Surselva fast täglich Patienten mit Fussbeschwerden behandelt werden. Dabei sind die Probleme, die am Fuss auftreten können, so vielfältig, wie die komplexe Funktionsweise des Fusses.

Im Rahmen des Vortrages soll ein Überblick über die häufigsten Krankheitsbilder am Fuss und mögliche sowohl konservative als auch operative Behandlungsmöglichkeiten gegeben werden.

Hat Ihnen diese Ausgabe des «sanadad» gefallen? Dann sagen Sie es uns bitte. Haben Sie Wünsche, Anregungen oder Vorschläge zur Verbesserung, dann freuen wir uns auf Ihre Rückmeldung (Tel. 081 926 59 09 oder [direktion@spitalilanz.ch](mailto:direktion@spitalilanz.ch))

## Gesundheitstipp

### BEWEGUNG IM WINTER: JETZT ERST RECHT!

Der Winter hat viele schöne Seiten, bringt aber auch kaltes und feuchtes Wetter. Viele Menschen lassen sich davon abhalten, sich im Freien zu bewegen. Dazu kommt, dass wir gerade während den Feiertagen zu viel essen und uns noch weniger bewegen. Wenn es darum geht, sein Körpergewicht zu halten, haben die regelmässig Aktiven eindeutig die Nase vorne. Auch im Winter ist Bewegung im Alltag möglich: z.B. Treppen steigen statt mit dem Aufzug oder der Rolltreppe zu fahren, einen Arbeitsweg oder einen Einkauf zu Fuss erledigen etc.

### Dem Winterwetter trotzen!

Wirklich extreme Wetterbedingungen sind bei uns eher die Ausnahme. Meistens kann man sich durch die richtige Ausrüstung gut vor Wind und Wetter schützen. Mehrere dünne Kleidungsschichten helfen, die Körperwärme zu halten. Wird einem zu warm, kann man einfach ein Shirt ausziehen. Auch Kopfbedeckung und Handschuhe sind für ein angenehmes Wärmegefühl wichtig.

### Indoor oder Outdoor?

Hat körperliche Aktivität im Freien einen grösseren Effekt auf das Wohlbefinden als Indoor-Bewegung? Wissenschaftliche Untersuchungen weisen darauf hin, dass Outdoor-Bewegung belebender wirkt, mehr Freude und Befriedigung bringt und Spannungen, Ärger oder depressive Stimmungen besser abbaut.

### Weitere Vorteile von regelmässiger Bewegung im Freien:

- Das Immunsystem wird gestärkt, Infektionen werden vorgebeugt.
- Bei Sonnenschein wird UV-Licht getankt.
- Der Stoffwechsel der Muskelzellen wird in Schwung gehalten.
- Besserer Schlaf wird gefördert.
- Stress wird abgebaut.
- Frische Luft tut den Atemwegen gut.