Spital regiunal Surselva
REGIONALSPITAL SURSELVA AG
7130 ILANZ

swiss olympic APPROVED

sanadad

das Gesundheitsmagazin

Nummer 19 | Sommer 2022

Editorial

Corona ist in den Hintergrund gerückt. Die neue «Freiheit» schätzen wir alle sehr und das tut richtig gut! Wenn ich nun aber das Wort «Freiheit» schreibe, dann mit einem beklemmenden Gefühl… Lange mussten wir uns einschränken, Masken tragen, zuhause bleiben… aber wir durften uns immer frei äussern, unsere Meinung kundtun. Und diese wurde gehört, respektiert und von unseren Freunden, Nachbarn, Kollegen, Bund, Kantonen, der Politik und den Medien ernst genommen. Jeder auf seine Weise, mal besser, mal weniger.

Wie wertvoll die Freiheit aber wirklich ist, das hat uns erst der schreckliche Krieg in der Ukraine vor Augen geführt. So schränkt auch der massive Corona-Lockdown in China ein. Unterdrückung und Zensur erleben Menschen in vielen Ländern. Was für ein Glück, in der Schweiz zu leben! Und was für ein Glück, dass wir uns nur vorübergehend einschränken mussten, denn eigentlich hatten wir unsere Freiheit nie wirklich verloren… Demut und Dankbarkeit erfüllen mich, denn Freiheit ist so wertvoll (geworden)… Und Glück erfüllt mich, wenn Sie und wir alle unsere Freiheit wieder in vollen Zügen geniessen dürfen.

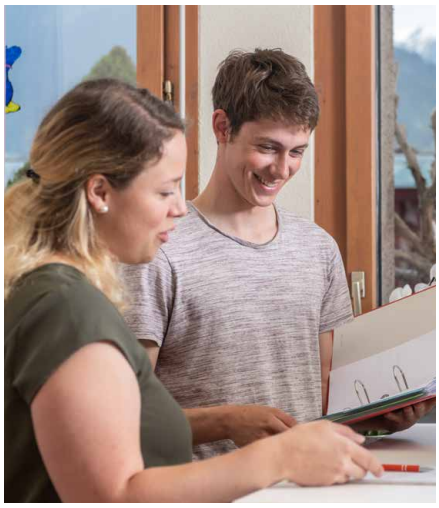
Danke an alle Mitarbeitenden und an Sie alle für das Durchhalten, für Ihre Treue und Ihr Vertrauen in unser Regionalspital Surselva.

Claudia Käch, CEO

Einblicke

Onkologie – Behandlung von Krebserkrankungen

Heute gewähren wir Ihnen einen Einblick in unsere Onkologie. Seit vielen Jahren dürfen wir, in enger Zusammenarbeit mit dem Kantonsspital Graubünden, die onkologischen Patientinnen und Patienten mit einem starken, spezialisierten Team an Pflegefachkräften und Ärztinnen und Ärzten bei uns betreuen. Dies dank unserem Team aus onkologisch spezialisierten Pflegefachpersonen unter der Leitung von Annamarie Chistell und ihrem unermüdlichen Einsatz für unsere Krebspatientinnen und -patienten. Sie leisten eine hervorragende Betreuungsarbeit von schwer erkrankten Personen und sind immer für sie da. Dank unserer engen Kooperation mit dem KSGR dürfen wir auf eine regelmässige, hervorragende ärztliche Betreuung der onkologisch Erkrankten hier vor Ort zählen, angeführt durch PD Dr. med. Richard Cathomas, Co-Chefarzt am KSGR. Wir stellen Ihnen in dieser Ausgabe diesen Bereich näher vor.



Im 1. und 3. Lehrjahr arbeitet der Lernende in der Patientenabrechnung und in der Finanz- und Personalabteilung.

Ausbildungen am Regionalspital Surselva

Erfahren Sie zudem, was wir alles unternehmen, um die Fachkräfte laufend auf dem neusten Stand zu halten und um die künftigen Fachkräfte des Gesundheitswesens auszubilden. Wir freuen uns immer wieder über die vielen jungen Personen, die ihre Zukunft im Gesundheitswesen sehen und sich rege für unsere Ausbildungsangebote interessieren. Haben Sie gewusst, dass wir eine breite Palette an Ausbildungsmöglichkeiten anbieten? So bilden wir angehende Pflegefachkräfte aus und ermöglichen es auch, sich in diesem Beruf zu Pflegenden HF weiterzuentwickeln. Wir bilden weiter Lernende in der Küche und in der Verwaltung aus. Und wir leisten einen wesentlichen Beitrag an die Ausbildungen der Ärztinnen und Ärzte. So können bei uns Unterassistentinnen und -assistenten einige Monate ein Praktikum absolvieren, an der Front am Patientenbett, statt sich alleine nur hinter die Theoriebücher zu klemmen. Nach dem Staatsexamen bilden sich die frisch gebackenen Ärztinnen und Ärzte dann für rund sechs bis acht Jahre weiter zu Fachärztinnen und Fachärzten in einer gewissen Disziplin aus. Und auf diesem Weg dürfen wir sie bis zu zwei Jahren bei uns begleiten.

Erfahren Sie mehr über den wertvollen Beitrag unserer Aus- und Bildungsverantwortlichen und all unserer Spezialistinnen und Spezialisten für die gute Ausbildung der künftigen Fachkräftegenerationen in dieser «sanadad».

Ich wünsche Ihnen eine gute Lektüre und einen schönen Sommer!

Claudia Käch, CEO

«Wir gehen den Weg gemeinsam mit den Betroffenen»

v.l.n.r. Rita Berther, dipl. Pflegefachfrau Onkologie / PD Dr. med. Richard Cathomas, Co-Chefarzt Onkologie/Hämatologie, Kantonsspital GR / Anita Cathomen, Administrationshilfe / Dr. med. Sara Bastian, Stv. Leitende Ärztin Onkologie/Hämatologie, Kantonsspital GR / Claudia Pally, dipl. Pflegefachfrau Onkologie / Alexi Camiu, Beratung und Unterstützung Krebsliga GR / Angelina Cathomas, dipl. Pflegefachfrau Onkologie / Annamarie Chistell, Leiterin amb. Onkologie, dipl. Pflegefachfrau Onkologie / Silvana Caprez, psychoonkolgische Beratung Krebsliga GR / Barbara Lechmann, Pflegehilfe / Bettina Jacomet, dipl. Pflegefachfrau Onkologie / Claudia Berni, dipl. Pflegefachfrau Onkologie

Seit über 15 Jahren bietet die Regionalspital Surselva AG ein professionelles, weitreichendes und persönliches Behandlungs-, Beratungs- und Betreuungsangebot für die in der Region wohnhaften Patientinnen und Patienten mit einer Krebserkrankung an. Dr. med. Richard Cathomas, Co-Chefarzt Onkologie am Kantonsspital Graubünden, sowie Dr. med. Sara Bastian, stellvertretende leitende Ärztin Onkologie am Kantonsspital Graubünden, leiten jeweils am Dienstag und am Mittwoch die onkologische Sprechstunde. Die medikamentöse Tumortherapie mit der fachspezifischen Beratung und Betreuung führt wiederum das Pflegeteam der Onkologie mit spezialisierter Fachausbildung in Onkologiepflege durch. Die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit den Fachbereichen Chirurgie, Gynäkologie, Radiologie, den Hausärztinnen und Hausärzten sowie mit externen Beratungsstellen wie bspw. der Krebsliga Graubünden runden das Angebot ab.

Angebote

In der Sprechstunde mit der Onkologin werden Diagnosen und Therapiemöglichkeiten mit den Patientinnen und Patienten besprochen. Zudem werden sie vom Onkologen sowohl während ihrer Behandlung als auch während der Nachsorge betreut.

Gespräch zwischen der Onkologin Dr. med. Sara Bastian und einer Patientin. (Person fiktiv gewählt)

Auf der ambulanten Onkologie werden verschiedene Formen der Tumortherapien angeboten. Dazu zählen Chemotherapien, Hormontherapien, Immuntherapien sowie molekular-zielgerichtete Therapien. Die Verabreichung dieser Therapien erfolgt dabei in unterschiedlicher Form – als Infusion, in Tablettenform oder als Injektion. Die Therapien werden immer individuell auf die jeweilige Tumorerkrankung abgestimmt.

Für Behandlungen wie Bestrahlung oder komplexere Operationen müssen die Patientinnen und Patienten ins Kantonsspital Graubünden oder in grössere Zentren gehen. Nebst den Tumortherapien werden auch komplexe Therapien für die Behandlung von nicht-onkologischen Erkrankungen durchgeführt wie z. B. spezifische Muskelerkrankungen.

In Zusammenarbeit mit der Abteilung für Onkologie am Kantonsspital Graubünden haben die Patientinnen und Patienten darüber hinaus die Möglichkeit, an klinischen Studien teilzunehmen.

Claudia Berni, dipl. Pflegefachfrau, berät eine Patientin betreffend orale Tumortherapie. (Person fiktiv gewählt)

Fortschritte in der Medizin

Dank der intensiven Forschungstätigkeit national und international konnten sehr grosse Fortschritte erzielt werden. Wenn man die Zahlen betrachtet, kann man sagen, dass in der Schweiz mittlerweile rund 60 Prozent der an Krebs erkrankten Menschen geheilt werden. Also deutlich mehr als in der allgemeinen Wahrnehmung und wohl auch in vielen öffentlichen Darstellungen impliziert wird. Diese doch sehr hohe Zahl an geheilten Erkrankten hat mit verschiedenen Faktoren zu tun.

Erstens entdeckt man heutzutage dank fortgeschrittenen Screening-Programmen eine Krebserkrankung viel früher als noch vor ein paar Jahren. Zweitens haben sämtliche Spezialitätenabteilungen Fortschritte gemacht. Es wird besser operiert, es kann besser bestrahlt werden und die heutigen Medikamente können Erkrankungen heilen, die noch vor fünf, zehn Jahren als aussichtslos gegolten haben. Zudem können heute viele Krebskrankheitsverläufe, die nicht geheilt werden können, durch punktuelle Therapien und Behandlungen zumindest in eine chronische Phase geführt werden, in der die Betroffenen ähnlich einer Blutzuckerkrankheit über Jahrzehnte ein ganz normales Leben führen können.

Claudia Pally, dipl. Pflegefachfrau, während der Zubereitung einer Chemotherapie am Laminar Flow.

Behandlung und Betreuung

Beginnt die Patientin, der Patient mit der medikamentösen Behandlung, findet gleichentags ein Erstberatungsgespräch zwischen ihm, ihr, den Angehörigen und einer dipl. Pflegefachperson statt. In diesem Gespräch werden Themen wie der Umgang mit unerwünschten Wirkungen, Unterstützungsangebote wie beispielsweise der psychoonkologische Dienst sowie Notfallnummern besprochen. Notwendige Pflegeprodukte und Medikamente sowie Informationsbroschüren zu Müdigkeit, Ernährung oder Mundschleimhautentzündung werden besprochen und abgegeben. Bei einer ausgeprägten Mundschleimhautentzündung wendet das Pflegeteam die Low Laser-Therapie an. Die Patientinnen und Patienten werden jeweils am Tag nach der Therapie durch eine dipl. Pflegefachfrau telefonisch nach ihrem Befinden befragt und beraten.

Sequenz einer Low Laser-Therapie zur Behandlung einer durch Chemotherapie verursachten Mundschleimhautentzündung.

Hier finden Sie weitere Informationen zum Thema:

krebsliga graubünden
lia grischuna cunter il cancer
lega grigionese contro il cancro
www.krebsliga-gr.ch

krebsliga schweiz
www.krebsliga.ch

palliative gr
www.palliative-gr.ch

PRO SENECTUTE
www.prosenenctute.ch

Die Pflegefachpersonen sind die ganze Woche für die Patientinnen und Patienten erreichbar und haben bei Bedarf die Möglichkeit, jederzeit mit den behandelnden Onkologen am Kantonsspital Graubünden Kontakt aufzunehmen. Dies ermöglicht eine breit abgestützte, nachhaltige und persönliche Patientenbetreuung und -behandlung und bietet sowohl den Patientinnen und Patienten als auch den Angehörigen Sicherheit.

Die Informationsflut, welche in den vergangenen Jahren auf verschiedensten Kanälen stattgefunden hat, ist auch an der Onkologie nicht spurlos vorbeigegangen. Insbesondere jüngere Patientinnen und Patienten konfrontieren das Behandlungsteam häufig mit sehr vielen Informationen, die sie im Internet gefunden haben. Die Aufgabe des Behandlungsteams besteht dann darin, beratend da zu sein und aufzuklären.

Unterstützungsangeobte

Heute geht das Behandlungsteam vom ersten Augenblick an gemeinsam den Weg mit dem Patienten, mit der Patientin. Entsprechend kann individuell beraten und informiert werden. In den vergangenen Jahren haben sich die Möglichkeiten der sogenannten supportiven Massnahmen vervielfacht und es stehen den Patientinnen und Patienten sowie den Angehörigen mittlerweile unterschiedliche Angebote zur Verfügung. Beispielsweise sind Vertreter der Krebsliga Graubünden einmal wöchentlich auf der ambulanten Onkologie mit ihrem breiten Angebot in einem persönlichen Gespräch beratend tätig. Weitere Unterstützungsangebote wie der Sozialdienst, die Pro Senectute oder die Pro Infirmis werden bei Bedarf hinzugezogen.

PD Dr. med. Richard Cathomas,
Co-Chefarzt Onkologie KSGR

Dr. med. Sara Bastian,
Stv. Leitende Ärztin Onkologie KSGR

Annamarie Chistell,
Leiterin ambulante Onkologie RSS AG

Tavola rosa

Jeden ersten Montag im Monat

Bistro Pur Suisse
Bahnhofstrasse 4
7000 Chur

Die Mitarbeiterinnen empfangen die Patientinnen und Patienten im ambulanten Zentrum.

«Nus mein la via ensemen cun las persunas pertuccadas»

Gia dapi varga 15 onns porscha il Spital Regiunal Surselva SA ina purschida da tractament, da cussegliaziun e d'assistenza professiunala che sedrezza a pazientas ed a pazients ord la regiun cun ina malsogna da cancer. Dr. med Richard Cathomas sco era dr. med. Sara Bastian meinan mintgamai il mardis e la mesjamna la consultaziun ell'oncologia a Glion. La terapia da medicaments cun cussegliaziun ed assistenza professiunala meina la squadra da tgira dall'oncologia. La collaboraziun cun ils secturs specials chirurgia, ginecologia, radiologia, miedias e miedis da casa sco era posts externs da cussegliaziun cumplettesch an la purschida.

Purschida

Duront l'ura da consultaziun vegn discutau cun las pazientas ed ils pazients surda diagnosas e pusseivladads da terapia. Ultra da quei vegnan els accumpignai digl oncolog duront e suenter il tractament.

Sin l'oncologia ambulanta vegnan purschidas differentas fuormas da terapia sco la chemoterapia, terapias da hormons, terapias d'immunitad sco era terapias molecularas. Tractaments da irradiaziun ni operaziuns pli cumplexas succedan el Spital cantunal Grischun ni en centers pli gronds.

Tractament ed assistenza

Cull'entschatta dil tractament medicinal datti era gl'emprem discuors da cussegliaziun d'ina tgirunza dil fatg ensemen culla persuna pertuccada e ses confamiliars. En quei discuors vegn tematisau il tractament d'effects secundars, la purschida da sustegn sco il survetsch psiconcologic e las numeras d'urgenza.

Il di suenter la terapia s'annunzia ina tgirunza per telefon tier la persuna pertuccada, damonda suenter il beinesser e dat cussegls. Il team da tgira ei contonschibels l'entira jamna ed en cass da basegns datti la pusseivladad da contactar igl oncolog. Quei fa pusseivel ina tgira fetg persunala che dat segirtad als pertuccai e lur confamiliars.

Purschidas da sustegn

Oz va il team da tractament communablamein la via cun il pazient ni la pazienta. En ils davos onns ein las pusseivladads da sustegn s'augmentadas e stattan a disposiziun als pertuccai ed a lur confamiliars. Per exempel ein representants dalla «Lia grischuna cunter il cancer» ina gada ad jamna ell'oncologia ambulanta a Glion e porschan discuors ed agid.

Ausbildungen am Regionalspital Surselva

Die Regionalspital Surselva AG hat aktuell 32 Lernende im Betrieb. Gerne stellen wir Ihnen hier die Ausbildungsmöglichkeiten in unserem Betrieb vor. Weitere Informationen zu den Ausbildungen am RSS finden Sie hier:

Dipl. Fachperson Gesundheit FaGe EFZ

Fachpersonen Gesundheit betreuen und pflegen Kranke, Behinderte sowie Betagte. Sie unterstützen diese Menschen beispielsweise bei der Körperpflege, beim Essen oder bei ihrer Tagesgestaltung. Fachfrauen und Fachmänner Gesundheit übernehmen Kontrolluntersuchungen wie Puls und Blutdruck messen, verabreichen Medikamente und erledigen hauswirtschaftliche sowie administrative Aufgaben. Fachpersonen Gesundheit arbeiten in Akutspitälern mit Erwachsenen und Kindern, in Pflegeheimen, psychiatrischen Kliniken oder in der Spitex.

Die Ausbildungsleiterin zeigt der Fachfrau Gesundheit wie man einen Verband anlegt.

Um die Ausbildung machen zu können, benötigt man einen Oberstufenabschluss. Die Ausbildung dauert drei Jahre. Wichtig ist, dass man Freude am Menschen hat und beziehungs- und kommunikationsfähig ist. Weitere Anforderungen sind eine gute körperliche Verfassung, psychische Belastbarkeit und manuelle Geschicklichkeit.

Zintha Berni
Ausbildungsleiterin

Links der Rettungssanitäter in Ausbildung, er wird durch die zwei anwesenden ausgebildeten Rettungssanitäter geschult und unterstützt.

Rettungssanitäter:in

Kein Beruf wie jeder andere, kein Tag wie jeder andere! Der Beruf des Rettungssanitäters fordert dich in allen Belangen: fachlich – physisch – mental! Oft musst du bereit sein, genau dort hinzuschauen, wo andere wegschauen. Du musst ruhig bleiben, wo andere ausser sich geraten. Der Lohn ist der Dank der Patientin, des Patienten. Wenn du dich solchen Herausforderungen stellen willst – dann ist dieser Beruf der richtige für dich! Die Rettung Surselva bildet aus – auch dich! Melde dich bei uns und komm vorbei, wir geben dir gerne einen Einblick in unseren alles andere als alltäglichen Alltag.

Enrico Battaglia
Ausbildungsverantwortlicher

Die diplomierte Pflegefachfrau HF instruiert die angehende Pflegefachfrau bei der Zubereitung einer Infusion.

Pflegefachperson HF

Im Zentrum der Pflege stehen Patientinnen, Patienten – Menschen in allen Lebensphasen, von Säuglingen bis zu Hochbetagten und aus den verschiedensten Kulturen. Pflegefachleute sind verantwortlich für den gesamten Pflegeprozess vom Eintrittsgespräch bis zum Austritt. Sie arbeiten in Akutspitälern mit Erwachsenen und Kindern, in Pflegeheimen, psychiatrischen Kliniken oder in der Spitex.

Um die Ausbildung Pflegefachperson HF absolvieren zu können benötigt man eine abgeschlossene dreijährige berufliche Grundausbildung/Lehre mit EFZ oder allgemeinbildender Abschluss (FMS, Fachmatura oder gymnasiale Matura). Die Ausbildung dauert grundsätzlich drei Jahre. Wenn bereits die FaGe EFZ vorhanden ist, ist eine verkürzte Ausbildung möglich. Wichtig ist, dass man Freude am Menschen hat und beziehungs- und kommunikationsfähig ist. Weitere Anforderungen sind eine gute körperliche Verfassung, psychische Belastbarkeit, manuelle Geschicklichkeit, gute Beobachtungsgabe und schnelles Reaktionsvermögen.

Blandina Quinter
Ausbildungsverantwortliche

Der Ausbildungsverantwortliche zeigt, wie die Handgriffe an der Patientin umzusetzen sind.

Physiotherapeut:in FH

Den Studierenden wird vorausgesetzt, dass sie ein breites Wissen über die Anatomie des Körpers, die physiologischen Prozesse und Behandlungsformen vom Studium mitbringen. In Ausbildungssituationen wird, zusammen mit einer Aufsichtsperson, eine Patientin, ein Patient behandelt und anschliessend besprochen. Die Behandlung soll immer kritisch hinterfragt werden und auf neusten wissenschaftlichen Erkenntnissen basieren.

Die Behandlung an der Halswirbelsäule erfordert äusserst viel Konzentration und Fingerspitzengefühl, da die Patientin, der Patient das ganze Gewicht des Kopfes in die Hände des Therapeuten legt. Die gelernten Handgriffe müssen sitzen und werden auch immer wieder geübt.

Gieri Gabriel
Ausbildungsverantwortlicher

Assistenzarzt:ärztin Chirurgie

An der Klinik für Chirurgie und Orthopädie beschäftigen wir 4 – 5 Assistenzärztinnen und -ärzte (AA). Die meisten der jungen Kolleginnen und Kollegen haben vor kurzem ihr Staatsexamen (Abschluss des Medizinstudiums) absolviert und sammeln nun klinische Erfahrung. AA betreuen unsere Patientinnen und Patienten auf der Bettenabteilung (tägliche Visiten) sowie auf der Notfallstation. Stets werden sie eng durch einen Kaderarzt begleitet, der ihre Arbeit überwacht und sie in klinischen Verrichtungen ausbildet. Die AA werden regelmässig im Operationssaal eingesetzt, wo sie bei Eingriffen assistieren. Je nach Ausbildungsstand und Befähigung können sie unter Anleitung auch kleine Eingriffe selbständig durchführen. AA partizipieren an unseren regelmässigen Rapporten und Weiterbildungen. Ebenso müssen sie in regelmässigen Abständen kleine Referate halten oder aktuelle Publikationen im Rahmen des sog. «Journal-Clubs» vorstellen. Zudem arbeiten stets 2 – 3 Unterassistenzärztinnen und -ärzte im Rahmen ihres Praktikumsjahres (im 5. oder 6. Jahr des Medizinstudiums) an unserer Klinik. Sie begleiten unsere AA und «schnuppern» klinische Luft.

Die Assistenzärztin erklärt dem Leitenden Arzt, was Sie auf dem Röntgenbild sieht und schlägt Behandlungsmöglichkeiten vor.

Dr. med. Marcel Bundi
Chefarzt Chirurgie

SIWF ISFM
zertifizierte Weiterbildungsstätte
2022

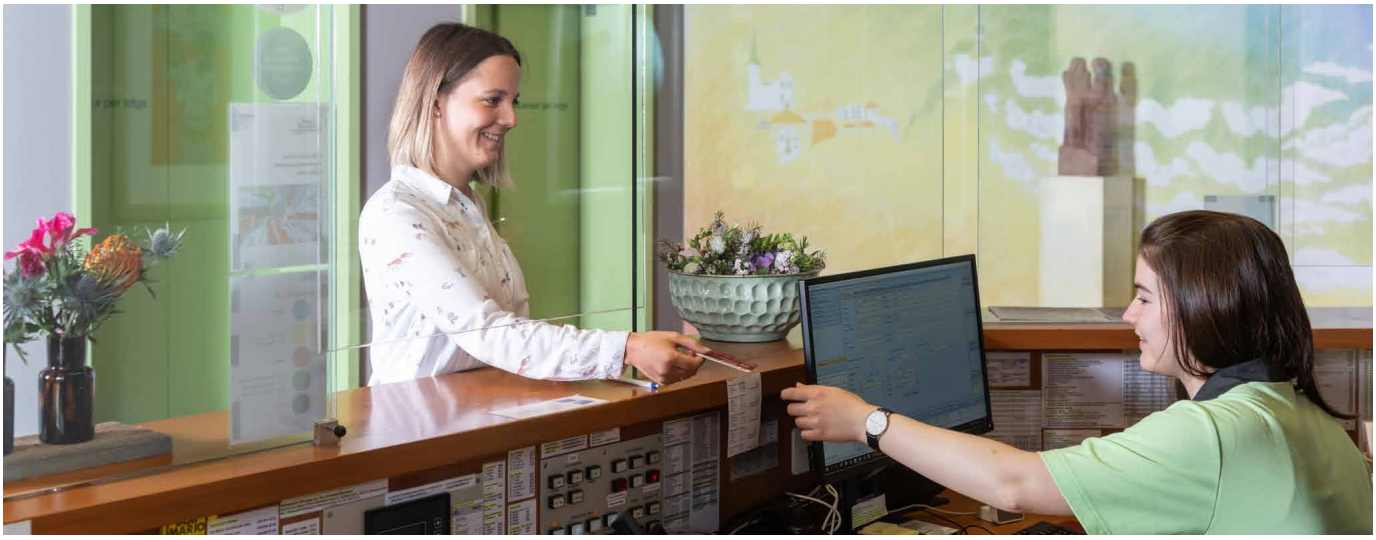
Assistenzarzt:ärztin Medizin

Die Abteilung für Innere Medizin des Regionalspitals Surselva ist eine vom SIWF (Schweizerisches Institut für Weiter- und Fortbildung) anerkannte Weiterbildungsstelle für die Ausbildung in allgemeiner Innerer Medizin. Als Weiterbildung bezeichnet man bei Ärztinnen und Ärzten die Zeit vom abgelegten Staatsexamen bis zum Erwerb des Facharzttitels. Die Medizinische Abteilung des RSS bildet Unterassistentinnen und Unterassistenten- (während des Medizinstudiums) und Assistenzärztinnen und -ärzte zum Facharzt für Innere Medizin aus. Die Schwerpunkte der Weiterbildung liegen im Erkennen und Behandeln der verschiedenen Krankheitsbilder, im Erlernen der notfallmedizinischen Vorgehensweisen, in der Betreuung und Beratung von Patientinnen/Patienten und Angehörigen, im Erlernen der Arbeit in einem interdisziplinären Team und ein besonderer Schwerpunkt bildet die Möglichkeit, sich in den Techniken der Ultraschalluntersuchung ausbilden zu lassen.

Der Leitende Arzt bespricht die Bilder der Ultraschalluntersuchung mit der Assistenzärztin.

Dr. med. Thomas Koch
Chefarzt Medizin

SIWF ISFM
zertifizierte Weiterbildungsstätte
2022



Im 2. Lehrjahr ist die Lernende im Frontoffice bei der Reception/Patientenaufnahme.

Kaufmann/-frau EFZ

Im 1. Lehrjahr wird das Grundwissen über das Spital vermittelt und die Ausbildung in der Patientenabrechnung absolviert. Dabei liegt der Fokus vor allem auf der Rechnungsstellung der Patientenrechnungen und der Korrespondenz mit Versicherungen und Patienten. Der Fokus im 2. Lehrjahr liegt beim direkten Patientenkontakt an der Reception/Patientenaufnahme. Wie kommuniziere ich korrekt mit meinem Gegenüber? Welche Informationen benötige ich, um die nachfolgenden Arbeitsschritte ausführen zu können? Oder wie bewahre ich Ruhe und Überblick in hektischen Situationen? Dies sind alles Fragen, welche an der Reception beantwortet und auch gleich in der Praxis angewendet werden. Die «Krönung» der 3-jährigen Ausbildung erfolgt dann im letzten Lehrjahr in der Finanz- und Personalabteilung. Während die korrekte Buchführung des Betriebes in der Finanzabteilung ausgebildet wird, vermitteln die Mitarbeitenden in der Personalabteilung das Wissen rund um die anfallenden Arbeiten bezüglich Personalmanagement.

Matthias Müller
Ausbildungsverantwortlicher

Koch:in EFZ

In der Ausbildung als Köchin, Koch erwartet Sie eine spannende und abwechslungsreiche Ausbildung mit Einblick in verschiedene Bereiche. Sie nehmen Lebensmittel entgegen, bereiten warme und kalte Speisen zu und richten sie dekorativ an. In unserer Küche werden täglich die Essen für Patientinnen und Patienten, Mitarbeitende, externe Gäste, Tageskliniken und für den Mahlzeitendienst der Spitex frisch hergestellt. Im Rahmen Ihrer Tätigkeit haben Sie die Gelegenheit, sich persönlich, praktisch und methodisch zu entwickeln und das berufsspezifische Wissen und Können zu erwerben. Dabei werden Sie von engagierten Ausbildnerinnen und Ausbildner begleitet, unterstützt und gefördert. Es erwartet Sie ein kollegiales Arbeitsklima sowie eine wertschätzende Unternehmenskultur.

Der Ausbildner zeigt dem Lernenden vor, wie das Gemüse geschnitten wird, das er anschliessend selbstständig zubereiten kann.

Sie verfügen über gute, schulische Leistungen in der Oberstufe, Sie sind eine offene und kontaktfreudige Persönlichkeit, haben eine hohe Lernbereitschaft und Motivation für den Beruf. Sie haben Freude an der Arbeit mit Menschen und zu Ihren Stärken zählen Selbstständigkeit und Zuverlässigkeit, dann sind Sie genau richtig bei uns.

Laszlo Szabo
Ausbildungsverantwortlicher

La spital regiunal Surselva SA 2021 en cefras
Die Regionalspital Surselva AG 2021 in Zahlen

1329 weiblich

1273 männlich

Kanton Graubünden **2043**

übrige Schweiz **471**

Ausland **88**

2602 stationäre Patientinnen und Patienten

84.9 % allgemein **Versicherte**

6.8 % privat **Versicherte**

8.3 % halbprivat **Versicherte**

14 443 AMBULANTE FÄLLE

10 817 stationäre Aufenthaltstage (gemäss Definition SwissDRG)

4.16 Tage
Ø Aufenthalt

26 926 Covid-19 Impfungen

164 Neugeborene

83 Jungen

MAURO

81 Mädchen

LUANA

169
Helikopter-
landungen

1382
Einsätze
Rettungsdienst

337
Personen
beschäftigt

60 422 km zurückgelegt

42
Pflegepersonal
Pflegebereich

82
Pflegepersonal
Fachbereich

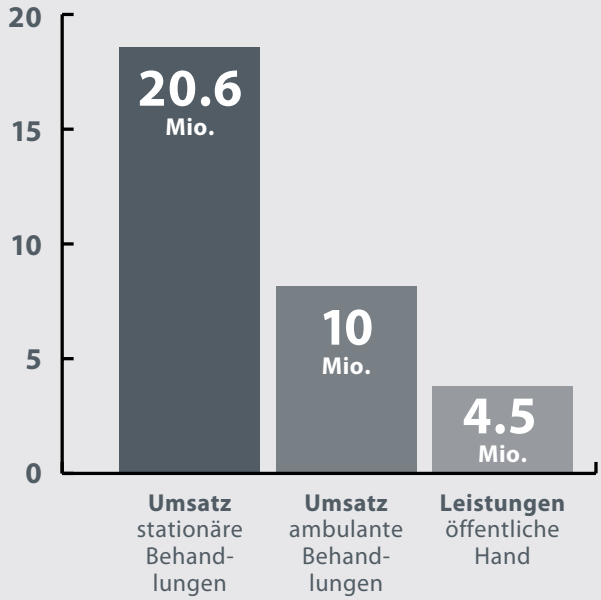
6
Technische
Betriebe

25
Ärztinnen
und Ärzte

32
in Aus-
bildung

20
Verwaltung

25
Ökonomie/
Hausdienst



Novitads aus dem RSS

Ursina Vollenweider, Leiterin Ökonomie

Ich wurde im August 1994 im Kanton Zürich geboren und bin auf dem elterlichen Bauernhof aufgewachsen. Bereits nach der Schulzeit zog es mich zu meinen Wurzeln in das schöne Bündnerland und ich wohne nun seit 2020 in Chur. Nach der Ausbildung zur Hotelfachfrau EFZ in Lenzerheide habe ich in verschiedenen Hotels in Graubünden und im Unterland Erfahrungen im Bereich Hauswirtschaft sammeln können. Seit 2018 bin ich im Besitz des Eidgenössischen Fachausweises als Bereichsleiterin Hotellerie-Hauswirtschaft und war die letzten drei Jahre als Leiterin Hauswirtschaft im Hotel Schweizerhof Lenzerheide tätig. In meiner Freizeit bin ich am liebsten draussen an der frischen Luft, sei es auf dem Pferd, auf dem Velo oder auch mal auf dem Liegestuhl. Seit dem 1. Januar 2022 ergänze ich das Kaderteam als Leiterin Ökonomie. Meine Verantwortlichkeiten beinhalten die Wäscheversorgung, die Reinigung des ganzen Spitalareals inklusive OP-Bereich und Büroräumlichkeiten sowie die Verwaltung und die Personalzimmer und -wohnungen. Mit Freude am Beruf und Herzblut sorgen sich mein Team und ich um die Hygiene und einwandfreien Zustand des Regionalspitals Surselva. Ich freue mich auf die Zusammenarbeit im Spital Ilanz.

Andreas Stocker, Leiter Physiotherapie

Geboren im 1997 als jüngster Sohn einer Medizinerfamilie, wuchs ich in Mals im Südtirol auf. Mit 10 Jahren wurde ich im italienischen Jugend Nationalteam im Badminton aufgenommen und spielte dort zehn Jahre auf höchstem nationalen und internationalen Level Badminton.

Schweren Herzens entschied ich mich mit 20 Jahren dazu, den Schläger an die Wand zu hängen und meinem Kindheitstraum nachzugehen. Das Studium der Physiotherapie beendete ich erfolgreich im August 2020 in Friedrichshafen am Bodensee (Deutschland). Parallel neben dem Physiotherapiestudium studierte ich an der Diploma Hochschule den aus sieben Semestern bestehenden Bachelorstudiengang Medizinalfachberufe. Dieser Studiengang bereitet den Absolventen bestens auf Führungsaufgaben im Gesundheitswesen vor und beinhaltet Fächer wie Gesundheitsmanagement, Wirtschaft für Medizinalfachberufe, klinische Psychologie und Gesundheitspolitik.

Direkt nach meinem Physiotherapiestudium bekam ich die Chance, in der Rehaklinik Walenstadtberg im Kanton St. Gallen zu arbeiten. Diese Klinik ermöglichte es mir, neben meinen Tätigkeiten als Physiotherapeut, als Berufsanfänger die Therapien bei Chefarztvisiten zu vertreten und die Therapiepakete der mir zugeteilten Patientinnen und Patienten zu erstellen und im Laufe der Reha an den Gesundheitszustand der Patientin, des Patienten anzupassen. 2021 entschloss ich mich, neben meiner Tätigkeit in der Rehaklinik, den acht semestrigen Masterstudiengang Osteopathie an der Privatuniversität «The International Academy of Osteopathy (IAO)» berufsbegleitend zu studieren. Seit 01.03.2022 bin ich nun am Regionalspital Surselva in Ilanz als Teamleiter der Physiotherapeuten tätig. Hier wurde ich zu meinem Glück nicht nur von den Physiotherapeuten herzlich aufgenommen, sondern auch von all den anderen Disziplinen. Ich freue mich hier sein zu dürfen und hoffe auch weiterhin auf eine gute Zusammenarbeit.

Gion Renner, Leiter Logistik

Seit dem 1. April 2022 bin ich als Leiter Logistik am Regionalspital Surselva tätig. Als kleiner Junge durfte ich zwischendurch meinen Vater zur Arbeit begleiten, der damals als Chauffeur bei einem kleineren Wein- und Getränkehändler in Domat/Ems tätig war. Die Lagerhallen, die Fahrzeuge und LKW's und der Transport faszinierten mich schon damals. Aufgewachsen und zur Schule gegangen bin ich in Ilanz. Meine erste Ausbildung absolvierte ich in einem Treuhandbüro in Chur. Danach arbeitete ich einen Winter bei den Bergbahnen in Flims.

Nach der Saison war ich motiviert für neue Herausforderungen und startete die Ausbildung zum Logistikassistenten in der EMS Chemie AG. Nach der Lehre arbeitete ich in diversen Firmen im Bereich Logistik, zwischendurch sogar als Chauffeur, wie dazumal mein Vater. 2012 begann ich die berufsbegleitende Ausbildung zum Technischen Kaufmann. Während dem Lehrgang wechselte ich beruflich zurück zur EMS Chemie AG in die Produktionsplanung, wo ich meinen Weg bis zum Leiter der Produktionsplanung machte. Nach insgesamt fünf Jahren bei der EMS Chemie AG war die Zeit gekommen, um eine weitere Reise zu unternehmen und das Reise-Tagebuch um ein Kapitel zu erweitern, welches meine Frau und ich 2008 gemeinsam begonnen hatten. Als wir nach mehreren Monaten mit vielen neuen Eindrücken zurückkamen, begann ich als Leiter interne Prozesse bei der Emsodur AG und anschliessend bei der Hamilton Bonaduz AG, wiederum in der Produktionsplanung, zu arbeiten. Die Aufgabe, im RSS ein neues Logistikkonzept einzuführen und das Haus im Bereich Logistik auf den neusten Stand zu bringen, ist eine spannende Herausforderung, die ich gerne annehme und mit viel Freude umsetze. Dass ich das in Ilanz tun darf, was mir die berufliche Rückkehr in meine Heimat ermöglicht hat, ist ein weiterer Grund zur Freude.

Mario Riedi, Leiter Pflege

Seit dem 1. April 2022 bin ich der neue Leiter Pflege und neues Mitglied der Geschäftsleitung am Regionalspital Surselva Ilanz. Nach einigen Jahren in einem handwerklichen Beruf, entschloss ich mich, die Ausbildung als Pflegefachmann Psychiatrie zu absolvieren. Nach der Ausbildungszeit fand ich eine Anstellung bei den psychiatrischen Diensten Graubünden in der Klinik Waldhaus in Chur. Meine ersten beruflichen Erfahrungen sammelte ich auf der Akut-Notfallstation. Rasch ergab sich die Gelegenheit, eine Führungsstelle, ebenfalls in der Klinik Waldhaus, anzutreten und das waren meine ersten Schritte im Personalmanagement. Nach Jahren zog es mich beruflich weiter und es ergab sich, bei den Psychiatrischen Diensten St. Gallen in der Klinik Pfäfers eine spannende Stelle als Bereichsleiter Pflege neu zu besetzen. Die Arbeit war spannend und die Klinik zeigte sich in der psychiatrischen Behandlung als sehr fortschrittlich und ermöglichte mir viele neue moderne Führungsansichten. Trotzdem zog es mich wieder zurück nach Chur. Ich wurde als Leiter Pflege und Betreuung und Leiter Qualität im Seniorenzentrum Rigahaus Chur gewählt. An dieser anspruchsvollen Stelle konnte ich viele Projekte erfolgreich umsetzen. Die Zeit verging sehr schnell und nach 13 Jahren wurde ich wieder vom «Reisefieber» gepackt.

Die Reise führte über Croatien, Montenegro, Albanien, Griechenland und über Italien wieder zurück nach Rhäzüns. In dieser Zeit waren wir als Familie unterwegs und erlebten spannende Momente, die uns sicher ein Leben lang in bester Erinnerung bleiben. Die ersten Monate in Ilanz zeigen mir ein gut geführtes Regionalspital mit treuen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die zu «ihrem» Spital in der Region Treue halten und stolz sind, für die Surselva eine wichtige medizinische Grundversorgung sicherzustellen. Meine neue Aufgabe wird mit Herausforderungen gespickt sein, die ich erfolgreich umsetzen werde. Denn für mich ist es wichtig, dass das Regionalspital Surselva weiterhin als ein attraktiver regionaler Arbeitgeber bestehen bleibt und sich aber auch im Kanton Graubünden für einen festen und sicheren Platz für eine hervorragende Gesundheitsversorgung einsetzt. Ich freue mich auf meine Tätigkeit im Spital Ilanz, auf die Begegnungen und auf die Zusammenarbeit mit seinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter!

Karl Maissen, Leiter Technischer Dienst

Seit dem 25. April 2022 habe ich die Ehre als Technischer Leiter am Regionalspital Surselva zu arbeiten und bin stolz, einen Beitrag an der Grundversorgung der Surselva zu leisten. Nach meiner Ausbildung zum Elektrokontrolleur konnte ich mein Wissen bei verschiedenen Stationen unter Beweis stellen, sei es als bauleitender Elektromonteur, Projektleiter, Technischer Leiter oder als Geschäftsführer des eigenen Elektrobetriebes. Meine vielseitige Berufserfahrung im In- und Ausland hilft mir nun, die anstehenden Arbeiten sowie die neuen Herausforderungen in naher Zukunft professionell zu bearbeiten. Durch meine Tätigkeiten konnte ich mir ein breites Wissen und das notwendige vernetzte Denken aneignen, um so effizient und ressourcenschonend arbeiten zu können. Ich freue mich sehr auf die neue Herausforderung am Regionalspital Surselva und ich werde mit vollem Einsatz die anstehenden Aufgaben erledigen.

Ich bin 49 Jahre alt, verheiratet und habe zwei erwachsene und drei schulpflichtige Kinder. Aufgewachsen bin ich in Casti. Nach einigen Jahren in verschiedenen Orten der Schweiz und in Österreich zog es mich zurück nach Graubünden. Meine Familie und ich freuen uns auf die neue Zeit in unserer Wohngemeinde Sumvitg.

Cordiala gratulaziun

Cordiala gratulaziun zur bestandenen Lehrabschlussprüfung: Vanessa Panier, Fachfrau Gesundheit EFZ und Lia Defilla, Kauffrau EFZ.

IMPRESSUM
Herausgeberin:
Regionalspital Surselva AG
Redaktion:
Direktionsassistentin
Auflage:
13 600 Exemplare
Bilder:
Regionalspital Surselva AG/
Foto Surselva/Mattias Nutt
Druck und Layout:
communicaziun.ch

Ratgeber Gesundheit

Sechs Mal jährlich publizieren wir in der Ruinaulta und im Amtsblatt Surselva einen Ratgeber zu einem gesundheitlichen Thema. Sie können die Ratgeber Gesundheit jederzeit online nachlesen. Scannen Sie dafür den QR-Code:

Wir sind auch auf Facebook und Instagram zu finden, dai a nus in like!

Gesundheitstipp

Faszien

Die Faszien und ihre Wichtigkeit beschäftigen die Forschung schon lange. Es gibt Faszienbälle oder -rollen in verschiedensten Grössen und Ausführungen, Faszien-Training, Faszien-Yoga. Doch was sind Faszien eigentlich? Lange unterschätzte man das weissliche Gewebe, das in einem dichten Netzwerk den Körper durchzieht. Es umhüllt Muskeln als auch Organe und tendiert als Füll- und Stützmaterial. Seit mittlerweile einigen Jahren weiss man, dass Faszien mit Millionen von Rezeptoren und Nerven ausgestattet sind. Dies macht die Faszie zu einem sehr empfindlichen Sinnesorgan des menschlichen Körpers, die nebenbei eine wichtige Rolle bei der Schmerzempfindung und bei der Körperwahrnehmung einnimmt. Vor allem im Zusammenhang mit diffusen, im Lendenbereich liegenden Rückenschmerzen sind Faszien gegenwärtig in den Fokus gerückt.

Volkskrankheit Rückenschmerzen

Vier von fünf Menschen haben, verschiedensten Studienlagen nach, mindestens einmal in ihrem Leben Rückenschmerzen. In den meisten Fällen sind aber nicht Bandscheibenvorfälle, Abnützungserscheinungen der Gelenke oder eine schwache Rumpfmuskulatur die Ursache.

Oft sind diffuse Rückenschmerzen auf Verklebungen der grossen Rückenfaszie zurückzuführen. Verklebungen der Faszien haben zur Folge, dass die einzelnen fazialen Schichten nicht mehr flüssig übereinander gleiten können.

Dies löst ungünstige Zugspannungsverhältnisse im Gewebe aus und kann wie bei einem Zahnradphänomen auch Probleme in anderen Körperregionen auslösen. Gesunde Faszien sind dehnbar und in einer regelmässigen Gitterstruktur angeordnet. Bevorzugt durch Verletzungen, Narben, einseitige Belastungen, falsche Haltungsmuster oder Bewegungsmangel verlieren Faszien an Elastizität, verkleben oder wuchern. Auch kleine Risse oder Wunden können sich durch einseitige Belastungen bilden.

Faszientraining

Die Regelmässigkeit und variantenreich aktiv zu sein, ist optimal, um das Bindegewebe fit zu halten. So ganz nach dem Motto: «Wer sich nicht bewegt, verklebt.» Sportarten bei denen man hüpfen, schwingen oder auf- und abfedern muss, stimulieren die Elastizität des Bindegewebes. Da hingegen bewirken geschmeidige Bewegungen, wie man sie beispielsweise im Yoga durchführt, eher dass die Gleitfähigkeit zwischen den Schichten gefördert wird. Einen positiven Effekt bei Rückenschmerzen erzielt man mit langsamen Aufdehnen der betroffenen Struktur. Eine Selbstmassage mit der Faszienrolle löst Spannungen im Gewebe und presst die Gewebsflüssigkeit aus den Faszien, die sich danach wieder mit frischer Gewebsflüssigkeit vollsaugen können. Dies gilt natürlich nur bei richtiger Verwendung der Faszienrolle.

Aus diesem Grund empfiehlt es sich, bei dem ersten Versuch bei Benützung der Faszienrolle, wenn möglich einen Physiotherapeuten oder geschultes Fachpersonal um Rat zu fragen. Denn wenn man sich zu schnell auf der Faszienrolle bewegt und dabei angespannt ist, kann das die Schmerzen sogar verstärken. Langsam und in unterschiedlichen Richtungen zu rollen, ist der Schlüssel zum Erfolg.

Störfaktor Stress

Faszien reagieren sensibel auf emotionalen Stress. Hauptsächlich davon gefährdet ist die sehr dicht besiedelte Faszie im Lendenwirbelsäulenbereich. Bei Stress können sich Faszien allgemein sehr stark zusammenziehen, sobald der Körper gewisse Stress-Botenstoffe ausgeschüttet hat. Wer über eine längere Zeitperiode unter Dauerstress steht, verspannt sich sicherlich. Auch Erholungsphasen müssen nebst abwechslungsreicher Bewegung berücksichtigt werden. Denn Spannung kann sich nicht mit noch mehr Anspannung lösen.

Andreas Stocker
Leiter Physiotherapie

Veranstaltungen

ÖFFENTLICHE VORTRÄGE (jeweils 19.00 Uhr, Kapelle RSS AG)

20.09.2022	Gynäkologie/Geburtshilfe (Dipl. med. Beryl Scholtes, Chefärztin Gynäkologie und Geburtshilfe, Regionalspital Surselva)
25.10.2022	Anästhesie (Dr. med. Patrick Braun, Chefarzt Anästhesie, Regionalspital Surselva)
22.11.2022	Chirurgie (Dr. med. Marcel Bundi, Chefarzt Chirurgie, Regionalspital Surselva)

Auf unserer Homepage finden Sie die aktuellsten Informationen zu Veranstaltungen und weitere Publikationen www.spitalilanz.ch.

Informationsabend für werdende Eltern

Der Informationsabend für werdende Eltern findet jeweils am letzten Mittwoch des Monates um 19.00 Uhr statt. Das Team stellt sich und die Geburtshilfe vor, anschliessend gibt es eine Besichtigung der Gebärabteilung. Es ist keine Anmeldung notwendig. Für Fragen stehen Ihnen die Hebammen unter Telefon 081 926 52 18 oder E-Mail hebammen@spitalilanz.ch gerne zur Verfügung.

Wir gratulieren herzlich – cordiala gratulaziun!

Folgende Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Regionalspital Surselva AG in Ilanz feierten im ersten Halbjahr 2022 ihr Dienstjubiläum. Für ihren grossen Einsatz danken wir den Jubilaren und wünschen ihnen weiterhin viel Erfolg und Freude bei der Arbeit am Regionalspital Surselva. Wir gratulieren herzlich.

30

Slavica Giorgio-Grgurovic, dipl. Pflegefachfrau HF
Blandina Quinter, Ausbildungsverantwortliche Pflege

25

Marie-Theres Bearth-Flepp,
dipl. biomedizinische Analytikerin HF
Mengina Collenberg-Gartmann, Administrationshilfe
Suzel Maria Filipe Tomas Marques,
Mitarbeiterin Gastronomie

20

Dr. Benedikt Malin-Gschwend, Leitender Arzt Pädiatrie
Hanspeter Riedi, Betriebselektriker

15

Vreni Carigiet, Mitarbeiterin Caféteria
Dr. Andrea Darms-Rohr, Leitende Ärztin Anästhesie
Lydia Pfister-Kunakova,
dipl. Fachfrau Operationstechnik FA SBK
Ana Maria Valaulta-Machado, Lagerungspflegerin*
Dr. Christian Weber, Leitender Arzt Chirurgie*

10

Daniel Nöh, dipl. Pflegefachmann HF NDK IMC
Dr. Sebastian Ulsamer, Leitender Arzt Orthopädie

5

Stefania Bonsack, Pflegeexpertin
Dr. Marcel Bundi, Chefarzt Chirurgie
Anita Cathomen, Administrationshilfe
Dr. Thomas Koch, Chefarzt Medizin
Christina Monn-Mäder,
dipl. Expertin Intensivpflege NDS HF

* feierten im 2. Halbjahr 2021 Dienstjubiläum

Sie feierten im Jahr 2022 ein nicht alltägliches Dienstjubiläum: v.l.n.r. Slavica Giorgio-Grgurovic (ohne Bild) und Blandina Quinter, 30 Jahre, Marie-Theres Bearth-Flepp, Mengina Collenberg-Gartmann (ohne Bild) und Suzel Maria Filipe Tomas Marques, 25 Jahre, Dr. Benedikt Malin-Gschwend und Hanspeter Riedi, 20 Jahre. Cordiala gratulaziun.