

Tag der Kranken, 7. März 2021: „Verletzlich, aber stark“

Gemäss dem Gesundheitsbericht 2015 leiden in der Schweiz 2,2 Millionen Menschen aller Altersstufen an einer chronischen Krankheit. Krankheiten und Beeinträchtigungen schränken nicht nur körperlich ein, sie beeinflussen auch unsere Psyche. Ob und wie stark, haben wir auch selbst in der Hand. Am 7. März 2021, dem Tag der Kranken, möchten wir die Bevölkerung darauf aufmerksam machen mit dem Motto «verletzlich, aber stark» und einladen, offen über gesundheitliche Einschränkungen zu sprechen und darüber, was uns dann guttut.

Wir alle sind im Laufe unseres Lebens mit Krankheiten und Beeinträchtigungen konfrontiert – sei es als Angehörige, sei es, weil wir eine Diagnose erhalten oder einen Unfall erlitten haben. Das Jahr 2020 hat gezeigt, dass Gesundheit nicht selbstverständlich ist und dass eine gesundheitliche Krise auch Einfluss auf unsere Psyche haben kann. Daten des Schweizer Haushalt-Panels belegen, dass nicht alle Menschen gleich auf eine Krankheit reagieren. Um mit solchen Veränderungen umzugehen und für das psychische Wohlbefinden, ist es wertvoll, wenn wir wissen, was uns guttut und was wir brauchen. Mit dem Tag der Kranken und dem Motto: «Verletzlich, aber stark» möchten wir Diskussionen anregen sowie kranke und gesunde Menschen einladen, sich auszutauschen.

So wie wir das Immunsystem unseres Körpers stärken, können wir dies ebenso mit unserer Psyche tun und widerstandsfähiger werden. Doch Resilienz zu entwickeln, ist keine Einzelkämpferhandlung: Ein wichtiger Aspekt ist die Gemeinschaft und das soziale Umfeld. Dazu zählen Freunde, Familie aber auch neue Kontakte, zum Beispiel mit Menschen, die ein ähnliches Schicksal teilen oder dieses bereits bewältigt haben. Wertvoll wäre es, wenn wir als Gesellschaft mit den Themen Krankheit und psychische Gesundheit offener umgehen und darüber sprechen würden, um gemeinsam stärker zu werden. Dazu gehört ebenfalls, dass wir alle unsere Emotionen wahrnehmen und wissen, wann, wie und wo wir bei Problemen Hilfe holen können. Fachpersonen leisten einen wichtigen Beitrag zur Stärkung der Resilienz ihrer Patientinnen und Patienten, wenn sie nicht nur die Behandlung der Krankheit, sondern den Menschen als Ganzes im Blick haben. So leisten auch wir bei der SPITEX Thierstein/Dorneckberg eine ganzheitliche Pflege. Das Wohl der Klientin oder des Klienten steht im Vordergrund. Vorhandene Ressourcen werden gefördert oder erhalten, das Umfeld mit einbezogen, damit ein Verbleib zuhause möglichst lange gewährleistet werden kann.

Fast zeitgleich mit dem Tag der Kranken wird auch der Tag der Frauen begangen. Bei uns arbeiten 71 Frauen und ein Mann. Dies zeigt deutlich, dass Pflege nach wie vor eine Frauendomäne ist. Teilzeitstellen sind üblich und gut vereinbar mit der Familienarbeit. Ich nutze gerne diese Gelegenheit, all unseren Mitarbeitenden für die wertvolle Arbeit, die sie für unsere Gesellschaft leisten, zu danken.

Wir sind auch für Sie da! Ein Anruf genügt. Unsere Telefon-Nr. 061 783 91 55.

Simone Benne
Geschäftsleiterin
SPITEX Thierstein/Dorneckberg