

Um Viertel nach zehn kommt der Pfleger – damit Max Wettstein ins Bett kann

Nachtspitex am Pfannenstiel Der 78-jährige Extrembergsteiger ist seit einem Sturz am Vrenelisgärtli querschnittgelähmt. Ohne Unterstützung könnte er nicht mehr allein in seiner Wohnung leben.

Leo Schreyer (Text)
und Michael Trost (Fotos)

Die Wolken hängen in dieser Nacht tief über dem Zürichsee. Es ist Viertel nach zehn, in der Gemeinde Hombrechtikon ist es still. In einigen Wohnungen brennt noch Licht. In den meisten lassen die Bewohnerinnen und Bewohner den Abend ausklingen. Auch aus Max Wettsteins Wohnung schimmert noch Licht. Er lebt allein, ist seit 6 Jahren querschnittgelähmt und wartet auf die Nachtspitex. Denn er ist beim Zubettgehen auf Hilfe angewiesen.

Emanuel Dent ist gerade in Hombrechtikon angekommen. Auf seinem Auto und seiner blauen Arbeitskluft steht gross Nachtspitex. Dents erster Klient für den Abend ist Max Wettstein. Der 78-Jährige hat bis eben noch Fussball geschaut. Der Fernseher ist aber schon aus, als Dent eintrifft.

Seit einem Wanderunfall auf Hilfe angewiesen

«Hallo, Max», ruft Dent in die Wohnung. Obwohl Dent erst seit Anfang Mai in der Nachtspitex Pfannenstiel arbeitet, duzen sich die beiden. Wettstein hat vor der Ankunft des Pflegers bereits die Zähne geputzt. Trotz seiner Querschnittlähmung verrichtet er noch viele Aufgaben selbstständig: Er geht zur Therapie, trifft Freunde zum Jassen und kauft selbst ein. Dieses Jahr war er bereits zum dritten Mal in den Ferien und kam beim letzten Mal erst nach Mitternacht nach Hause. «Ohne die Nachtspitex wäre es nicht möglich, dass ich so spät ins Bett gehen kann», sagt Wettstein, währenddem Dent ihm hilft, sein Shirt auszuziehen.

Durch einen kleinen Kraftakt hievt sich Wettstein aus dem Rollstuhl und auf das Bett. Nun sind die Hosen dran. Wettstein lernte den Offset-Druck in einer Druckerei am Zürichsee. «Mir wurde aber gesagt, dass es bald keinen Druck mehr brauchen würde», erzählt er. Also sattelte er um und arbeitete in der Firma Meynadier in Zürich. Er stieg immer weiter auf, bis er irgendwann die ganze Produktion unter sich hatte. Ohne Chemie-studium. «Es war <Learning by doing>», sagt er und schmunzelt.

Dent stellt ihm ein kleines Tablar für die Körperpflege über die Beine. Weil das Rückenmark



Nach dem Umziehen und der Körperpflege deckt der diplomierte Pflegefachmann Emanuel Dent seinen Klienten Max Wettstein zu.

«Die Nachtspitex ist für alle, egal welchen Alters. Mit ihr schliessen wir eine Lücke in der Versorgung.»

Claudius Holinski
Leiter der Spitex Pfannenstiel

nicht ganz durchtrennt ist – die Rede ist von inkompletter Tetraplegie –, spürt Wettstein Gespür seine Beine noch, aber sie gehorchen ihm nicht mehr. Beim Abstieg vom Vrenelisgärtli im Glarnerland, Wettstein war damals 72 Jahre alt, stolperte er auf einem für ihn einfachen Wanderweg über die eigenen Füsse. Die Diagnose: Halswirbelbruch und inkomplette Tetraplegie.

Erster Schweizer auf einem der Achttausender

Wettsteins grösste Leidenschaft war das Bergsteigen. Während Dent ihm eine Handschiene anzieht, erzählt Wettstein: «Ich war schon immer ein Adrenalin-Junkie.» Alle Viertausender der Schweiz habe er bestiegen. Er sei in Europa, Afrika und im Himalaya gewesen. Nach eigenen Angaben bestieg der Extrembergsteiger 1985 als erster Schweizer den Shishapangma, 8013 Meter über dem Meer.

Ueli Steck scheiterte ebenfalls 1985 an seiner Erstbegehung des Gipfels. An Hantieren mit einem Seil ist seit dem Unfall nicht mehr zu denken. Durch die spastische Lähmung ziehen sich Wettsteins Hände immer mehr zusammen. Die Schiene soll verhindern, dass die Finger zu steif werden.

Dent deckt ihn zu. Neben Wettsteins höhenverstellbarem Bett steht noch ein altes, bezogenes Bett. Vor vier Jahren verstarb seine Frau an Krebs. Sie war ebenfalls Pflegerin bei der Spitex und pflegte ihn mehrere Jahre. Doch als sie krank wurde, musste Wettstein sich um sie kümmern. Seit sie verstorben ist, ist er auf die Spitex angewiesen.

Sie hätten sich übers Wandern kennengelernt, erzählt Wettstein. Er stamme nicht aus einer Bergsteiger-Familie. Beim Wandern mit seiner Ehefrau seien ihnen immer wieder Personen mit Bergsteiger-Ausrüstung entge-

gekommen. «Und da habe ich mir die Bergspitzen angesehen und dachte mir: <Das kann ich auch>», erzählt Wettstein. So kaufte er sich ohne Vorwissen seine erste Ausrüstung. Später machte er dann einige Kurse. Mit 65 liess er sich pensionieren, seine Frau gleichzeitig mit 57. Danach wollten sie ihre Pension geniessen, aber das Schicksal spielte ihnen übel mit.

Pfleger Dent arbeitet lieber nachts als tagsüber

Als die Schiene montiert ist, verabreicht der Pflegefachmann Wettstein Augentropfen. Dazu erzählt er, dass er seit Anfang Mai in der Nachtspitex arbeite. Seine Ausbildung machte er in Slowenien, danach war er in der Klinik Hirslanden in Zürich tätig – doch er bevorzugte schon immer Nachtschichten. Und da passte die Stelle in der Nachtspitex für ihn wie angegossen. «Mein Gehirn funk-

tioniert früh am Morgen noch nicht», sagt Dent.

Seine Freizeit kann er aber trotzdem mit seinen Freunden geniessen. «Die Lücke zwischen ihrer Frühschicht und meiner Abendschicht reicht, um etwas zu unternehmen», erklärt Dent. Er arbeitet fünf Nächte die Woche bei der Nachtspitex. Nach seiner letzten Nachtschicht bleibt er jeweils den Tag über wach, um trotzdem noch ein Überbleibsel eines Tagesrhythmus zu behalten.

Sieben Personen versorgen 14 Gemeinden

Initiiert wurde die Nachtspitex von der Spitex Pfannenstiel, die das Angebot für die Region aufgebaut hat und bis heute in Zusammenarbeit mit den beteiligten Spitex-Organisationen operativ betreibt. Vor über einem Jahr, am 4. August, begannen drei Personen in der Nachtspitex. «Mittlerweile sind es sieben Personen und wir versorgen 14 Gemeinden», sagt Patrycja Grochla, Teamleiterin der Nachtspitex.

«Mit der Nachtspitex schliessen wir eine Versorgungslücke», sagt Claudius Holinski, Leiter der Spitex Pfannenstiel. In der Stadt Zürich oder auch Winterthur gibt es bereits eine Nachtspitex, allerdings noch nicht am rechten Zürichseeufer. «Die Nachtspitex ist für alle, egal welchen Alters», sagt Holinski. Ziel ist es, Spitalaufenthalte zu verkürzen und auch Menschen in komplexen Pflegesituationen oder in der letzten Lebensphase eine kontinuierliche und bedarfsgerechte Versorgung zu ermöglichen. Auch soll ihr Klientel dadurch länger in den eigenen vier Wänden wohnen, wie es bei Wettstein der Fall ist. «Ohne dieses tolle Team wäre nichts davon möglich», ergänzt Grochla.

Zurück in Wettsteins Wohnung kommt zum Schluss noch eine Atemmaske. «Während einer nächtlichen Kontrolle fiel auf, dass ich beim Atmen Aussetzer hatte», sagt Wettstein. Ihm selbst sei das nicht bewusst gewesen. Er habe Glück, da er immer sehr rasch einschlafe. Als die Maske sitzt, verabschiedet sich Dent von Wettstein: «Gute Nacht, Max!». Dent nimmt seine Jacke vom Haken und löscht in der ganzen Wohnung die Lichter. Beim Hinausgehen nimmt er noch den Abfall mit.



Alte Schneeschuhe, Skis und Bergsteiger-Pickel zeugen von Max Wettsteins Passion für die Berge.



Emanuel Dent ist von 22 Uhr bis 7 Uhr morgens mit dem Auto in den Gemeinden des rechten Zürichseeufers und am Pfannenstiel unterwegs.



Claudius Holinski und Patrycja Grochla sind die Köpfe hinter der Nachtspitex.