

# Die Fragen, die einem den Schlaf rauben

**BÜLACH** Ein Herzinfarkt kann nicht nur körperlich, sondern auch psychisch eine hohe Belastung nach sich ziehen. Das spürt ein Unterländer derzeit am eigenen Leib – doch psychologische Betreuung musste er selber organisieren.

Es ist ein früher Morgen Anfang Februar, als der Unterländer Martin Frey\* beim Aufwachen ein Stechen zwischen den Schulterblättern spürt. Doch der 52-Jährige steigt ins Auto, will zur Arbeit, vielleicht hat er einfach falsch gelegen. Nach einigen Minuten Fahrzeit muss er anhalten, ihm wird schwindlig. Er löst seine Krawatte, öffnet das Fenster und ruft seine Frau Sandra\* an. Beim Hausarzt heisst es nach einem EKG: ab ins

Spital. Als er dort erfährt, dass er mit Blaulicht ins Herzzentrum des Triemli Spitals überführt werden müsse, bricht die Angst wie eine Welle über ihm ein.

Das Ärzteteam des Triemli erwartet ihn bereits, inzwischen ist klar, dass Frey einen Herzinfarkt erlitt und sofort behandelt werden muss. Erst verläuft der Eingriff gut. Doch dann wird Frey wieder schwindlig, er hat Atemnot und «unglaubliche» Schmer-

zen in der Brust – er hat einen zweiten Infarkt, noch auf dem OP-Tisch. Er verliert allmählich das Bewusstsein. Das Ärzteteam schafft es, ihn zurückzuholen.

## Gesprächsbedürfnis bleibt

Auf der Intensivpflegestation verbringt er eine Nacht voller Fragen. Was geschieht als Nächstes? Was, wenn er das nicht überstanden hätte? «Diese Fragen beschäftigen mich bis zum heutigen Tag, sie rauben mir den Schlaf. Bei jedem Zwicken in der Brust, jedem Husten kommt die Angst zurück», erzählt er heute, fast zwei Monate nach der ersten Opera-

tion. Bis zum zweiten Eingriff, der einen chronischen Verschluss in seinem Herz beheben soll, besucht er das ambulante Rehabilitationsprogramm des Spitals Bülach: montags ein 45-minütiger Vortrag über Ernährungsberatung, Stressbewältigung oder das Herz-Kreislauf-System, dann 90 Minuten begleitete Wanderung. Mittwochs und freitags 90 Minuten Ausdauer- und Koordinationstraining. Frey hat auch das Bedürfnis, mit einer Fachperson über das Erlebte zu sprechen, die Fragen zu klären, die ihn nachts wachhalten. Doch hier fühlt er sich alleingelassen. «Im Rahmen

der ambulanten Rehabilitation fehlt mir jede Unterstützung.»

## Ein ganzes Set an Angeboten

Allerdings ist es nicht so, dass das Spital Bülach seinen Patientinnen und Patienten keine solchen Angebote zur Verfügung stellt. Zwar sind keine Psychologen angestellt, sie werden aber von extern beigezogen: «Zwischen dem Spital und der Klinik Integrierte Psychiatrie Winterthur besteht ein Kooperationsvertrag zur Unterstützung und Beratung in den Fachgebieten Psychiatrie sowie Psychotherapie», erklärt Franziska Berger, Pflegedirektorin und stellvertretende CEO, auf Anfrage. Auch werde mit dem psychiatrischen Ambulatorium in Bülach sowie mit der Krisenintervention Schweiz zusammengearbeitet.

Eine wichtige Rolle nehme ausserdem die Spitalseelsorge ein, hebt Pfarrerin Claudia Graf hervor: «In schwierigen Situationen bietet sie Menschen unabhängig von Religionszugehörigkeit oder Glaubensauffassung eine psychosoziale Begleitung. Wir besitzen eine Zusatzausbildung in klinischer Seelsorge – und ich eine weitere in Notfallpsychologie.» Die Spitalseelsorge nehme vielfach aufgrund eines Hinweises durch Pflegenden oder Ärzte Kontakt mit den Patientinnen und Patienten auf.

Auf diese Weise würden im Spital Bülach an 365 Tagen im Jahr immer Ansprechpersonen bereitstehen. Ob Gruppen- oder Einzelgespräche stattfinden, würde jeweils zwischen den Patienten, Psychiatern, Psychotherapeuten und Seelsorgern festgelegt. «Grundsätzlich darf jeder Patient

eine psychologische Betreuung beanspruchen, wenn er oder sie dies möchte», so Franziska Berger. Für die Besucher des erwähnten Rehaprogramms führt sie aus, dass die Kontaktdaten der Fachpsychologin, die zwei Vorträge über Stressbewältigung hält, im Trainingshandbuch der Patienten vermerkt seien.

Von diesem Handbuch weiss Frey nichts. Er holte sich Rat beim Hausarzt. Dieser überwies ihn in eine Psychotherapie, wo er nun über das Erlebte sprechen kann. «Nicht jeder Patient ist dazu in der Lage, von sich aus Hilfe anzufordern», sagt er. Deshalb sei es umso wichtiger, dass das Spital Bülach ambulante Rehapatienten aktiv darauf anspricht.

Sharon Saameli

\* Namen der Redaktion bekannt

## NACH DEM INFARKT

### Die psychische Gesundheit

kann nach einem Infarkt entscheidend sein. Eine Studie rund um Roland von Känel, Chefarzt Psychosomatische Medizin in der Klinik Barmelweid, zeigt, dass jeder zehnte Patient nach einem Herzinfarkt eine posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) entwickelt. Einer amerikanischen Studie zufolge, die im Fachmagazin «Plos one» veröffentlicht wurde, ist sogar nicht weniger als jeder vierte Patient betroffen. Eine PTBS, so Roland von Känel, erhöhe das Risiko eines weiteren Herz-Kreislauf-Ereignisses. Insofern seien die Spitäler gefordert, eine Traumatisierung zu vermeiden. ssa



Zum Programm der Rehabilitation von Herzpatienten gehören im Spital Bülach Vorträge und Bewegung.

Archiv ZU

# Keine Altersdurchmischung im Eichi

**NIEDERGLATT** Im Schulhaus Eichi wird im Sommer nun doch keine Altersdurchmischung eingeführt, wie die Schulpflege mitteilt. Noch offen ist, wie das Schulmodell aussehen wird.

Seit fast drei Jahren lernen die Schüler im Schulhaus Seehalde nach einem neuen Schulmodell. Das Programm selbst organisiertes Lernen, kurz SOL, sieht altersdurchmischte Homebases vor. Acht bis zehn Stunden pro Woche verbringen die Schüler mit ihrem Coach im Office. Auch im Schulhaus Eichi in Niederglatt hätte es in diese Richtung gehen sollen. Für diesen Sommer wäre die Einführung der Altersdurchmischung geplant gewesen. Nun hat sich die Schulpflege jedoch umentschieden. Es bleibt bei den alten Klassen. Wie das Schulmodell im Eichi für das kommende Schuljahr genau aussehen soll, das sei noch offen. «Wir werden

uns in den kommenden Tagen und Wochen intensiv damit befassen», erklärt Philippe Chappuis, Schulpflegepräsident der Sekundarschule Niederhasli-Niederglatt-Hofstetten (Niniho).

## Evaluation abwarten

Laut Chappuis hätten gleich mehrere Faktoren beim Entscheid eine Rolle gespielt. Zum einen stehe im Herbst die Evaluation der beiden Schulhäuser Seehalde und Eichi durch die kantonale Fachstelle für Schulbeurteilung an. Man wolle daher erst die Resultate der Evaluation abwarten, bevor man weitere Änderungen vornehme, so Chappuis. Der Bericht werde im Frühjahr 2017 erwartet. Er solle dann als Basis dienen für weitere Entscheidungen, wie sich das Schulmodell weiterentwickeln soll und in welche Richtung man gehen möchte, so der Schulpräsident.

Zudem sollen dieses Jahr gleich zwei Programme im Eichi einge-

führt werden. Eines der Programme ist das Quims (Qualität in multikulturellen Schulen). Ab dem Schuljahr 2016/2017 gehört die Sekundarschulgemeinde Niniho zum Kreis der Schulen mit ausgeprägter multikultureller Zusammensetzung und nimmt daher automatisch am Programm teil. Die Grundlage für eine Quims-Beteiligung bildet ein Mischindex aus dem Durchschnitt des Anteils an fremdsprachigen und des Anteils an ausländischen Schülern. Betelligt werden Schulen, die einen Mischindex von 40 Prozent und mehr aufweisen. Das Schulhaus Eichi weist einen Mischindex von 49,3 Prozent, das Schulhaus Seehalde von 40,4 Prozent auf.

Gleichzeitig wird im Eichi dieses Jahr auch das Projekt Alle (Aktive Lernzeit und Lernerfolg für alle) des Volksschulamtes eingeführt. In der Seehalde läuft das Programm bereits seit August 2015. Im Projekt geht es darum,

die Kompetenzen der leistungsschwächeren Schüler in Deutsch und Mathematik zu verbessern. «Die beiden Projekte werden sehr viele Ressourcen binden. Aus diesem Grund wollten wir nicht gleichzeitig ein neues Schulmodell mit Altersdurchmischung einführen. Das wäre einfach zu viel gewesen», erläutert Chappuis. Während die Teilnahme am Projekt Alle seit längerem feststehe, habe die Schulpflege von der Partizipation am Quims noch nicht so lange Kenntnis, führt Chappuis aus. «Wir wollen nun die Kräfte bündeln, um die beiden Projekte sauber umzusetzen.»

Chappuis räumt jedoch ein, dass ebenfalls die kritischen Stimmen aus der Elternschaft beim Entscheid mit eine Rolle gespielt hätten. Das neue Modell stösst bei den Eltern nicht nur auf Gegenliebe. Besonders gross war der Widerstand gegen das SOL-Modell im Eichi. 2014 sollen 13 von 30 Lehrern das Schulhaus

wegen des neuen Modells und der Leitung verlassen haben, wie einige Lehrer damals berichteten.

## Wieder Anforderungsstufen

Auch bei der Schule Seehalde hat das SOL-Modell Kritiker. Dort halte man am Modell fest. «In der Seehalde ist das neue Schulmodell bereits fest verankert und läuft bestens. Es gibt daher keinen Anlass, dort etwas zu ändern.» Eine Anpassung wird es jedoch auch in der Seehalde geben: Die Anforderungsstufen im Fach Mathematik sollen ab August im Schulhaus Seehalde für die neuen 7. Klassen, im Schulhaus Eichi in sämtlichen Jahrgängen eingeführt werden. Dies entspreche dem Bedürfnis mancher Eltern aber auch diverser Lehrbetriebe, die Stifte aufnahmen, sagt Chappuis. Auslöser für die Einführung der Anforderungsstufen sei allerdings das Projekt Alle gewesen, das einen Schwerpunkt auf Mathematik lege. Caroline Bossert

## Anlass

**BÜLACH**  
Der Film «Vier Minuten» im Sigristenkeller

«Vier Minuten» ist ein Spielfilm des deutschen Regisseurs und Produzenten Chris Kraus mit Monica Bleibtreu und Hannah Herzsprung in den Hauptrollen. Seit mehr als 60 Jahren gibt Pianistin Traude Krüger Klavierunterricht in einem Frauengefängnis. Eine Schülerin wie die 20-jährige Jenny, die wegen Mordes verurteilt ist, hatte sie noch nie. Zwischen den Frauen entwickelt sich ein packendes Duell. Jenny willigt ein, bei einem Wettbewerb mitzumachen. Vier Minuten hat sie da Zeit, um ihr Können zu zeigen. Gezeigt wird der Film am Samstag, 2. April, im Sigristenkeller bei der reformierten Kirche Bülach. Er beginnt um 20 Uhr. Die Bar ist ab 19 Uhr geöffnet. e

ANZEIGE

# 7×24

Eigenheim finanzieren

Nr. 1  
Online-  
Hypothek!

Verbindlich Online-Hypothek abschliessen und von günstigen Konditionen profitieren.

www.hypomat.ch

**hypomat.ch**  
by Glarner Kantonalbank