

Wenn eine Krankheit alles verändert

# Wie möchte ich leben?

**Am Welt-Hospiz- und Palliative-Care-Tag vom 13. Oktober 2018 hat Palliativ Luzern an vier Standorten in unserem Kanton moderierte Gespräche zum Thema «Medizinische Betreuung am Lebensende – den letzten Lebensabschnitt gestalten» angeboten. Bei diesen Gesprächen ging es darum, mit seinen Gesprächspartnern über die letzte Lebensphase, das Sterben und den Abschied zu sprechen, Klarheit für sich selbst und die Nächsten zu schaffen, und seine Wünsche für das Lebensende zu formulieren.**



Sich auf ein solches Gespräch einzulassen ist nicht einfach. Die moderierenden Fachleute versuchten, den Besucherinnen und Besuchern den Einstieg zu erleichtern, Fragen zu beantworten und auf weiterführende Angebote zu verschiedenen Themen wie Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag, Anordnungen für den Todesfall, Testament und Organspende hinzuweisen.

## Eine Patientenverfügung ist keine Bagatelle

Wer entscheidet über die medizinische Behandlung und die finanziellen Angelegenheiten, wenn man wegen eines Unfalls oder einer Krankheit nicht mehr urteilsfähig ist? Seit 2013 kann man vorsorglich mit einer Patientenverfügung und einem Vorsorgeauftrag regeln, was dann geschehen soll. In der Schweiz be-

steht eine grosse Vielfalt an Patientenverfügungsformularen, mit teilweise erheblichen Qualitätsunterschieden. Wie sieht eine gute Patientenverfügung aus? Wie formuliert man einen griffigen Vorsorgeauftrag? Wann kommt eine Organspende in Frage? Welche Palliative-Care-Angebote gibt es in der Region? Palliativ Luzern hat zu diesen Fragen Informationsmaterial zur Verfügung gestellt und eine Übersicht gängiger Patientenverfügungen erarbeitet. Dieses wertvolle Verzeichnis sowie das Informationsmaterial kann jederzeit bei der Geschäftsstelle von Palliativ Luzern bestellt werden.

## Über Sterben und Tod zu sprechen gehört zum Leben

Die Situation heute ist paradox: Noch nie haben wir mehr Menschen im Fernsehen und in Filmen sterben gesehen; und trotzdem sind

Sterben und Tod im realen Alltag meist ein Tabuthema. Über die letzte Lebensphase, das Sterben und den Abschied zu sprechen, bringt Klarheit und oft auch eine grosse Erleichterung. Denn Sterben und Tod sind untrennbar mit dem Leben verbunden. Das Führen von Gesprächen mit Angehörigen und medizinischen Fachpersonen über Sterben, Tod und die Behandlung, die man sich wünscht, wenn man nicht mehr in der Lage ist, den eigenen Willen mitzuteilen, hilft sicherzustellen, dass die Behandlung und Betreuung mit den Werten und Präferenzen bezüglich Art und Ort der Behandlung sowie Sterbeort übereinstimmen.

## Die meisten würden lieber zu Hause sterben

Für die meisten Patienten ist es grundsätzlich möglich zuhause zu sterben, denn gemäss Schätzun-

gen benötigt lediglich einer von fünf Sterbenden das spezialisierte Angebot von Palliativstationen und Hospizen. In ihrem Hause umgeben von Angehörigen oder Freunden, betreut vom Hausarzt und von der Spitex sterben zu können, ist der Wunsch, den achtzig Prozent der Menschen in der Schweiz äussern. Heutzutage geht er jedoch für lediglich zwanzig Prozent der Sterbenden in Erfüllung. Damit diesem Wunsch entsprochen werden kann, müsste er mit den Angehörigen und dem betreuenden Hausarzt besprochen werden. Ausserdem müsste das erforderlichen Betreuungsnetzwerk vorhanden sein und aktiviert werden.

## Palliative Care fördert die Selbstbestimmung

Bei der Behandlung und Betreuung von Menschen mit einer chronischen, unheilbaren und lebenslimitierenden Erkrankung gewinnt Palliative Care zunehmend an Bedeutung. Palliative Care hilft, schwerkranken und sterbenden Patienten sowie ihren Angehörigen ihr Leben bis zum Ende lebenswert zu gestalten, wobei eine optimale Schmerz- und Symptomkontrolle im Vordergrund steht.

Die Vorstellungen der Patienten am Lebensende können sehr verschieden sein. In dem man die eigenen Wünsche mitteilt, steigt die Wahrscheinlichkeit, die Behandlung und Betreuung zu erhalten, die den eigenen Werten entspricht. Patientenverfügungen werden irrtümlicher-

weise mit dem Tod in Verbindung gebracht. In Realität verbessern solche Verfügungen jedoch die Lebensqualität, denn sie ermöglichen, den letzten Lebensabschnitt gemäss den eigenen Vorstellungen zu gestalten. Palliativ Luzern möchte die Menschen dazu motivieren, ihre Wünsche für das Lebensende mit den Angehörigen und den betreuenden medizinischen Fachpersonen zu besprechen. Wenn wir wissen, was einem urteilsunfähigen Patienten wichtig ist, können wir die Belastung in einer schwierigen Situation verringern und dem Kranken die Sicherheit geben, die von ihm gewünschte Betreuung zu gewährleisten.

Trotz strahlendem Herbstwetter liessen sich am 13. Oktober mehr als 140 Teilnehmende auf diese intensiven und herausfordernden Gespräche ein und leisteten so einen wichtigen Beitrag zur Enttabuisierung des Sterbens und zu Förderung der Qualität in der palliativen Gesundheitsversorgung.

## Palliativ Luzern

Informations- und Beratungsstelle  
Meyerstrasse 20  
6003 Luzern  
Tel. 041 228 59 80  
info@palliativ-luzern.ch  
[www.palliativ-luzern.ch](http://www.palliativ-luzern.ch)

## Öffnungszeiten

Montag, Mittwoch und Freitag 9:00 bis 12:00 (in allen übrigen Zeiten Anliegen auf Band sprechen oder per E-Mail formulieren)

## Überprüfen Sie jetzt Ihre Versicherungsdeckung

**Im Oktober haben Sie von Ihrer Krankenkasse die neue Police für 2019 erhalten. Nun ist an der Zeit, sich diese Versicherungsdokumente genau anzuschauen. Ich empfehle Ihnen: Lassen Sie sich durch eine Fachperson beraten, und sparen Sie so Geld bei den Prämien für nächstes Jahr.**

Reto Stocker ist Leiter der Visana-Geschäftsstelle Baar. Er beantwortet oft gestellte Fragen rund um das Thema Krankenversicherung.

### Warum steigen die Krankenkassenprämien auch nächstes Jahr?

Reto Stocker: Einfach gesagt: Weil wir alle immer häufiger zum Arzt gehen und mehr medizinische Leistungen beziehen. Je mehr die Gesundheitskosten steigen, desto höher sind im folgenden Jahr die Prämien. Dies liegt auch am technologischen Fortschritt und daran, dass wir immer älter werden. Die Krankenkassenprämien sind das Spiegelbild unserer Ausgaben für Ärzte, Spitäler, Medikamente und Therapeuten.

### Tut Visana etwas dagegen?

Ja. Wir setzen uns für tiefere Medikamentenpreise ein, wir halten die Verwaltungskosten tief, und wir kontrollieren die Rechnungen sorgfältig, damit nur die zu Recht gestellten Leistungen bezahlt werden. Jedes Jahr sparen wir so rund 500 Millionen Franken zugunsten unserer Versicherten ein. Auch deshalb können wir 2019 bei den Zusatzversicherungen mit einer Nullrunde aufwarten.

### Wie kann ich selber bei den Prämien sparen?

Indem Sie beispielsweise die Franchise, also den Maximalbetrag, den Sie pro Kalenderjahr selber tragen müssen, heraufsetzen. Wenn Sie statt der Mindest-Franchise von 300 Franken die Maximal-Franchise von 2500 Franken wählen, sparen Sie dadurch bis zu 1540 Franken pro Jahr.

### Spare ich auch durch einen Modellwechsel in der Grundversicherung?

Genau. Mit einem Hausarzt- oder einem telemedizinischen Modell profitieren Sie von attraktiven Rabatten bei der Grundversicherung. Wir beraten Sie gerne, welches für Sie die optimale Franchise und das passende Versicherungsmodell ist.

### Bis wann kann ich meine Grundversicherung wechseln?

Die Grundversicherung können Sie bis Ende November wechseln. Ich empfehle Ihnen darum, die Versicherungsdeckung jetzt zu überprüfen, um sich unnötigen Zeitdruck zu ersparen.

### Wofür sind Zusatzversicherungen gut?

Sie schliessen Lücken bei der Grundversicherung. Diese deckt zwar vieles ab, aber nicht alles. Mit der Spitalzusatzversicherung Flex Plus können Sie zum Beispiel fallweise entscheiden, ob Sie sich in der allgemeinen, halbprivaten oder privaten Abteilung behandeln lassen möchten. Die Zusatzversicherung Ambulant II bezahlt erheblich mehr an die Rettungs- und Transportkosten als die Grundversicherung. Ein persönliches Beratungsgespräch ist hier besonders sinnvoll, damit Sie nur die Zusatzversicherungen haben, die Sie wirklich benötigen.

### Ich habe den Kündigungstermin bei den Zusatzversicherungen verpasst. Kann ich trotzdem wechseln?

In der Regel müssen Zusatzversicherungen bis 30. September auf Ende Jahr gekündigt werden. Ändert sich Ihre Prämie, können Sie die Zusatzversicherung bis zum letzten Tag vor Inkrafttreten der neuen Prämie kündigen. Eine weitere Kündigungsmöglichkeit ergibt sich im Leistungsfall.

### Wie lautet Ihr wichtigster Ratschlag?

Das Thema Krankenkasse ist komplex, deshalb rate ich Ihnen: Setzen Sie sich möglichst früh mit Ihrer Versicherungsdeckung auseinander, und vereinbaren Sie einen Beratungstermin mit einem Experten. Zumal die Beratung bei uns kostenlos ist. Wir empfehlen nur Lösungen, die Ihren Bedürfnissen entsprechen. Gerne sind wir auf der Geschäftsstelle Baar für Sie da und unterbreiten Ihnen passende Vorschläge.

**visana**  
Rundum gut betreut.



**Cristian Sanz**  
Leiter Kundendienst  
Geschäftsstelle Luzern

**Unser Geschenk an Sie:**  
Coop-Gutschein im Wert von CHF 30.-

Beantragen Sie bis zum 23. November 2018 eine Offerte oder einen Beratungstermin, und Sie erhalten von uns als Dankeschön einen Coop-Gutschein im Wert von 30 Franken.



### Visana Services AG

Geschäftsstelle Luzern  
Inseliquai 8  
6002 Luzern  
041 226 21 50  
luzern@visana.ch  
[www.visana.ch](http://www.visana.ch)