

## Besuche bei betagten Menschen: ein unersetzliches Lebens-Elixir

PD Dr. med. Albert Wettstein, alt Zürcher Stadtarzt, Leiter FAKO ZH UBA

Wissenschaftlich unbestritten ist, dass regelmässige Sozialkontakte die Gesundheit fördern und das Sterberisiko stark vermindern. So starben z.B. innert 2 Jahren nach einer Hüftoperation Betagte, die in den 2 Wochen vor dem Spitaleintritt täglich Kontakt mit einer Person hatten, nur halb so oft im Vergleich zu älteren Menschen, die keine Kontakte gepflegt hatten. In Zahlen ausgedrückt: Von 674 durchschnittlich 81-jährigen starben 12% statt 25%<sup>1</sup>. Unerheblich war beim Schutzeffekt, ob die Kontakte nur telefonisch oder persönlich erfolgt sind.

Statt der zu erwartenden zunehmenden Verschlechterung ihrer Situation haben Bewohnende von Institutionen, die regelmässig Besuche erhalten, nicht nur ein signifikant höheres Wohlbefinden, sondern zusätzlich stabilisiert sich ihre Hilfsbedürftigkeit.<sup>2</sup>

Zu Zeiten einer viralen Epidemie in Altersinstitutionen erkranken Pflegende in der Regel einige Tage vor dem Beginn der Erkrankungswelle bei den Bewohnenden. Während die Erkrankungen bei Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern meist nur zu einigen Tagen Arbeitsunfähigkeit führen, stirbt ein Teil der erkrankten älteren Menschen. Dies belegt, dass vor allem Mitarbeitende und nicht Besuchende die potentiell tödlichen Viren in die Institutionen bringen<sup>3</sup>. Deshalb macht es Sinn, dass Mitarbeitende in Heimen zu Zeiten von Virenepidemien – seien diese bedingt durch Influenza- oder Corona-Viren – spezielle Schutzvorkehrungen einhalten müssen. In Anbetracht der enormen Bedeutung regelmässiger Besuche von Angehörigen oder Freiwilligen bedeutet ein generelles Besuchsverbot eine vitale Bedrohung für die Bewohnerinnen und Bewohner. Deshalb ist es äusserst wichtig, regelmässig besuchende Angehörige und Freiwillige mit den gleichen Schutzmassnahmen auszurüsten wie das Personal. Nur so kann eine Sterbewelle in Heimen verhindert werden.

Mit Bewohnenden von Altersinstitutionen, die z.B. an einer Demenz erkrankt oder hörbeeinträchtigt sind, sind Kontakte via Telefon keine befriedigende Lösung. Um einen nachhaltig wirksamen Sozialkontakt zu ermöglichen, brauchen solche Menschen vielmehr taktile Kontakte, beispielsweise in Form liebevoller Berührungen (streicheln oder berühren der Hände). So kann auch ein durch Masken Tragen verunmöglichtes Erkennen des Gesichts leicht kompensiert werden. Dass in solchen Situationen das sonst so wichtige soziale Distancing nicht möglich ist, muss in Kauf genommen werden und kann durch gute Händedesinfektion und ev. dem Tragen eines Schutzanzugs kompensiert werden.

So kann auch während der aktuellen Covid-19-Pandemie das Lebens-Elixir «Besuche» weiterwirken.

---

<sup>1</sup> Mortimore, E et al (2008). Amount of social contact and Hipfracture mortality, J of American Geriatrics Society 56, 1069-1074

<sup>2</sup> Albrecht K, Oppikofer S (2004) Das Projekt „more...“ Wohlbefinden und seelische Kompetenz durch Freiwilligentätigkeit. Zürcher Schriften zur Gerontologie Nr. 1 Universität Zürich, Zentrum für Gerontologie.

<sup>3</sup> Persönliche Beobachtung anlässlich von Influenzaepidemien in den Pflegezentren der Stadt Zürich