

Berufung zum Gesundheits- und Krankenpfleger

Christian Koch



Bei unserer Redaktionssitzung zu dieser Ausgabe des anstösse, überlegten wir, wen wir zum Thema „Freude schenken“ interviewen könnten. Unsere Wahl fiel auf Christian Koch. Er ist Dipl. Gesundheits- und Krankenpfleger (DGKP) im Senioren- und Pflegeheim Nenzing.

CHRISTIAN, WIE BIST DU ZU DIESEM BERUF GEKOMMEN?

Eigentlich wie Maria zu ihrem Kind. Ursprünglich hatte ich andere Pläne. Mein Vater hat eine eigene Firma, in die ich später einsteigen und evtl. auch übernehmen sollte. Nach dem Abschluss der Bundes-handelsschule stand mein Zivildienst an, den ich hier im Senioren- und Pflegeheim Nenzing gemacht habe. Nach ca. zwei Monaten merkte ich dann, dass mir die Arbeit mit Menschen Spaß macht. 2000 bis 2003 absolvierte ich die Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegeschule in Feldkirch.

WORIN BESTEHEN DEINE AUFGABEN ALS DGKP?

Wir sind ein eher kleiner Betrieb. Wir betreuen max. 28 Personen, wodurch es uns möglich ist, viel Zeit für jeden und jede Einzelne aufzubringen. Ich bin für die Pflege und Betreuung der BewohnerInnen und für organisatorische Tätigkeiten zuständig. Unsere bewohnerorientierte Tagesgestaltung ist sehr vielfältig und macht das Arbeiten sehr abwechslungsreich! Singen, basteln, Gedächtnistraining, Ausflüge, Backen, religiöse Feiern, Leserunde, Kinonachmittag, Seniorenturnen und vieles mehr ist fester Bestandteil unserer Arbeit.

IST ES DEIN TRAUMBERUF?

Ja! In diesem Beruf habe ich sehr viele Möglichkeiten. Momentan beginne ich gerade als Referent tätig zu werden zum Thema Demenz, und bin seit kurzem Mitglied des Projekts „Tandem“, bei dem sich pflegende Angehörige, die Menschen mit Demenz betreuen, austauschen und Rat holen können. Sehr attraktiv sind unsere flexiblen Arbeitszeiten. Das ermöglicht mir, meine Hobbies auszuüben.

DIE DA WÄREN?

Ich spiele seit meinem 8. Lebensjahr Tennis. Daneben mach ich auch gerne Mountainbiketouren, gehe ins Fitnessstudio und bin sehr gerne in den Bergen.

WAS MOTIVIERT DICH AN DEINER ARBEIT ALS PFLEGER? DA IHR RELATIV WENIG HEIMBEWOHNER HABT, ENTSTEHT DOCH BESTIMMT EIN ENGER KONTAKT. IST ES DA NICHT SCHWIERIG, WENN EINE PERSON STIRBT?

Mich motiviert, dass wir in unserem Haus versuchen, unseren Bewohnern soviel Zuhause wie möglich zu geben. Das heißt, dass Zimmer heimelig einrichten und den gewohnten Tagesablauf so gut wie möglich bei behalten. Es ist schön, wenn ich mit den Leuten über ihre Erinnerungen reden kann und ich erfahre auch immer wieder interessante Geschichten wie es früher in Nenzing war.

Wenn Menschen zu uns ins Heim kommen, sind wir darauf eingestellt, dass es meist deren letzter Umzug war. Wenn ein Mensch im Sterben liegt, zeichnet sich das meistens über einen gewissen Zeitraum ab. Somit haben wir die Möglichkeit, uns von ihnen würdig zu verabschieden.

WIE KANN MAN DIR FREUDE MACHEN?

Meine Freundin ist mein größtes Geschenk, sie erfreut mich jeden Tag! Ebenfalls freue ich mich über gutes Essen, Kontakt mit Freunden und Kollegen, Musik, Humor und gegenseitige Aufmerksamkeit. Jacqueline Hammerer

„Zu Ostern ist Jesus auferstanden“

Interview Jugendliche



Die Jugendgruppe von Mario Mahl der KJ Klaus machte sich Gedanken zum Thema Freude. Interview: Daniel Furxer

anstösse: Über welches Ereignis hast du dich zuletzt sehr gefreut?

Nici: Bei mir war das Silvester. Ich hab mich gefreut, dass das alte Jahr abgeschlossen ist und ein neues Jahr beginnt.

Matthias: Ich hab mich bei meinem Geburtstag gefreut, an dem ich 13 geworden bin und ein Handy bekommen habe.



Markus: Der Einser in Mathe war schon super. Das hat mich gefreut.

anstösse: Womit hast du jemandem neulich Freude bereitet?

Markus: Ich habe meiner Mama zum Geburtstag einen Kuchen gebacken.

Nici: Ich hab meiner Mama im Haushalt geholfen.

Matthias: Ich hab dem Freund meiner Mama eine selbstgebastelte Vase geschenkt.



anstösse: Was hat Ostern mit Freude zu tun?

Matthias: Die kleinen Kinder freuen sich sehr, weil sie Ostereier suchen dürfen.

Markus: Ostern ist ein Fest der Freude, weil die ganze Familie Ostern feiert.

Nici: Zu Ostern ist Jesus auferstanden, das ist ein Grund zur Freude.

Lache, wenn es nicht zum Weinen reicht

Kommentar

„DIE FREUDE AM HERRN IST EURE KRAFT“ (NEHEMIA 8, 10)

Wie oft erleben wir, dass uns ein Mensch glücklich macht, dass wir durch ein erfreuliches Ereignis glücklich werden. Oft vergessen wir jedoch, Gott dafür zu danken. Er ist der Ursprung der Freude, er gibt uns, wie im oben stehenden Bibel-Zitat deutlich wird, die Kraft. Von ihm geht die Freude aus, die uns glücklich und froh macht, auch wenn wir nicht immer Grund dazu haben.



Gott zu loben und ihm zu danken, wenn es uns gut geht, fällt uns meist nicht schwer. Wie gelingt uns das jedoch in schwierigen Situationen, in Krisen? Ich glaube, dass wir Gott auch preisen können, wenn es uns schwer fällt, etwas Erfreuliches zu finden.

Er hat uns die Fähigkeit gegeben, zu lieben, zu verzeihen, zu lachen und zu weinen. Er hat uns so erschaffen, wie wir sind. Darum können wir auch lachen, wenn uns zum Weinen zumute ist. „Lache, wenn es nicht zum Weinen reicht“. Diesen Satz eines sehr schönen Liedes von Herbert Grönemeyer können wir uns zu Herzen nehmen und freudig auf Ostern schauen.

Die Fastenzeit stellt, gleich wie der Advent, eine Zeit der Vorbereitung auf Jesus dar. Diemal kommt er jedoch nicht als der neugeborene, sondern als der auferstandene Jesus zu uns und verkündet uns die österliche Freude.

Jesus kommt mit seinen Wundmalen, zeigt sie den Aposteln, dem ungläubigen Thomas und auch uns. Ja, er ist wirklich auferstanden! Mit seinen Wunden, seinem Schmerz. Das Bemerkenswerte dabei ist, dass seine Wunden leuchten. Sie sind nicht verschwunden sondern gewandelt in etwas sehr Starkes. Wer an Jesus glaubt weiß: Auch er kann unsere Wunden heilen, damit sie leuchten und uns und den anderen zum Segen werden. [Daniel Furxer](#)



Auslandszivildienst

Bericht



Blick von Ngaoubela Richtung Meng am frühen Morgen



Impfaktion in Sela Leda mit dem SMI

Selten Strom, meistens kein fließend Wasser, keinen Fernseher oder Radio und 15 km bis zum nächsten kalten Bier (vorausgesetzt sie haben dort Strom und damit funktionierende Kühlschränke). Auf den ersten Blick ist Ngaoubela sicherlich nicht der beste Platz zum Leben, zumindest aus der Sicht eines Mitteleuropäers. Und doch, die Qualitäten Ngaoubelas erschließen sich einem, auch wenn vielleicht erst auf den zweiten Blick.

Ich hatte die Gelegenheit im Rahmen meines Zivildienstes zwölf Monate in Ngaoubela zu leben und zu arbeiten. Rückblickend eine wertvolle und sehr schöne Erfahrung. Davon möchte ich hier erzählen.

Ngaoubela ist ein kleines Dorf, das sich um das in den 1950er Jahren gegründete Hospital gebildet hat. Neben dem Krankenhaus gibt es eine Bar, eine Kirche, eine Moschee und einen Markt auf dem man gegrillten Fisch und Grundnahrungsmittel (Mais, Manjok, Tomaten, Bananen, Reis, Öl) kaufen kann. Die Detailverliebtheit dieser Beschreibung ist nicht auf meine Pedanterie zurückzuführen, ich zähl einfach alles auf was es gibt. Ach ja, ich vergaß den Fußballplatz, davon gibt's zwei. Eingebettet ist Ngaoubela von einer wunderschönen Baumsavanne. Soweit das Auge reicht, und viel weiter wie die Füße tragen, erstreckt sich hügeliges Land mit lockerem Baumbestand, durchzogen von kleinen Flusstälern mit immergrünen Galeriewäldern. Wunderschöne Vögel, viele Rinder, die mit den nomadisch lebenden Mbororos durchs Land ziehen, und eine Unzahl von zum Teil sehr lästigen aber auch oft spektakulär schönen Insekten bevölkern das Land. Unweit von Ngaoubela mündet die Meng, ein recht breiter Fluss durch sumpfiges Grasland. Das war lange Zeit mein Lieblingsbadeplatz, bis mir zwei Krokodile zum Kauf angeboten worden sind, die laut Verkäuferangabe in der Meng gefangen worden waren. Von da an habe ich es sein lassen. Gearbeitet habe ich direkt im Krankenhaus. Ich wurde von Dr. Elisabeth Neier, der ärztlichen Leiterin des Spitals, als Kinesiotherapeut auserkoren. Vorwissen fehlte zu Beginn, Motivation war da. Das klingt jetzt recht sinnlos und unprofessionell, und doch kann man einiges bewegen. Ich möchte von M. Moussa (Name geändert) erzählen: Wirbelsäulentuberkulose hat seine Beine gelähmt, durch das viele Liegen und die Inkontinenz hatte er offene Wunden an Rücken, Becken und Beinen, AIDS hatte seinen Körper ausgezehrt.

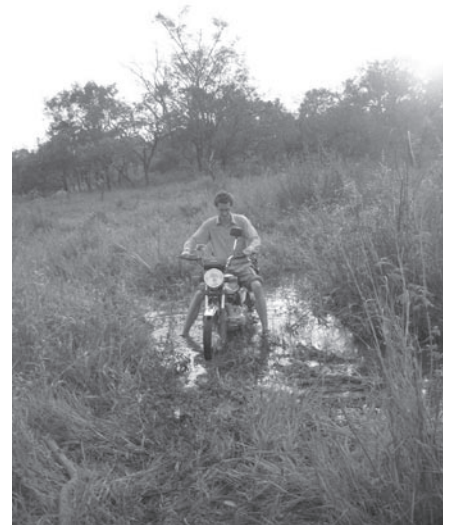
Ohne viel von Medizin zu wissen, einfach durch Zeit schenken, Ohr leihen und viel Geduld aufbringen, konnte ich ihn animieren wieder ordentlich zu essen und mit leichten Übungen seinen Körper zu stärken. Mittlerweile ist er wieder zu Hause bei seiner Familie und nimmt mit seinem gespendeten Rollstuhl am Dorfleben teil. Als ich das erste mal mit ihm sein Bett und sein Zimmer verlassen habe, das erste Mal seit vielen, vielen Monaten, haben die Pfleger, die wir getroffen haben, ihre Kamerahandys gezückt, um diesen Moment festzuhalten. Solche Momente entschädigen für viele schwierige Situationen und wiegen sie mehr als auf.

Eine andere Tätigkeit, die mir sehr am Herzen liegt, ist die Arbeit mit dem SMI (Santé Maternel et Infant). Vergleichbar mit unseren Mutter-Kind-Untersuchungen werden Mütter und ihre Kinder geimpft, untersucht und beraten. Mit Hilfe der katholischen Pfarre Frastanz ist es mir gelungen diese Tätigkeit auch auf die entlegenen Dörfer auszudehnen. Das wurde früher auch schon so gemacht, aber auf Grund von Geldmangel wurde diese Tätigkeit eingestellt. Jeden Dienstag und Mittwoch haben wir die Motorräder beladen und sind in die Dörfer im Busch gefahren, um dort unsere Dienste anzubieten. Meine Aufgabe war es alle Kinder gratis zu impfen und schwangere Frauen zu untersuchen und vor Ort auf HIV zu testen, um sie aufgrund dieses Resultats bezüglich der Kinderernährung zu beraten. Dabei sah ich eine Seite von Afrika, die wirklich einmalig ist. Weit ab von irgendetwas was wir als Straße bezeichnen würden, erlebt man Herzlichkeit, Gastfreundschaft und Hilfsbereitschaft (sehr wichtig bei den regelmäßigen Motorrad Pannen) und natürlich jede Menge Natur.

All das, die Lektionen in Gelassenheit, Geduld und Improvisation und vor allem das Vorbild auf welcher bewundernswerten Art die Menschen ihre Probleme meistern, sind wirklich eine Bereicherung für mein Leben. Ich konnte, wie ich hoffe, ein paar Menschen helfen und gleichzeitig haben mich diese Menschen Unmengen gelehrt. Deshalb möchte ich allen, die mir das ermöglicht haben, besonders Dr. Neier und der Pfarre Frastanz, recht herzlich Danke sagen. Fabian Amman



Rüchfahrt Richtung Ngaoubela



Fahrt mit dem SMI nach Mayo Bakaji

Lachen ist gesund

Humorforschung



Warum lacht der Mensch? Die Euphorie, die wir dabei erstreben, ist die Sehnsucht nach der Stimmung unserer Kindheit. Gegenwärtig entdecken WissenschaftlerInnen beim Studium des Immunsystems verblüfft, was der Volksmund seit langem verrät: Lachen ist gesund!

Weltweit versuchen rund 200 WissenschaftlerInnen, PsychologInnen, NeurologInnen, LinguistInnen, StressforscherInnen und ImmunologInnen - dem Geheimnis des Lachens, des Humors auf die Spur zu kommen. Und sie kommen zum Ergebnis, dass Lachen die Abwehrkräfte stärkt. Der Immunologe Lee S. Berk von der Medizinischen Hochschule bei Los Angeles hat in aufwändigen Experimenten nachgewiesen, dass beim fröhlichen Lachen mehr Stoffe der körpereigenen Immunabwehr ausgeschüttet werden.

Lachen und Humor kommen aus der Tiefe des Unterbewusstseins und stillen seelische und vielleicht sogar körperliche Schmerzen. WissenschaftlerInnen raten uns wieder einmal ein Buch mit Comics anzuschauen, mit Kindern zu blödeln oder sich eine rote Nase aufzusetzen. So gewinne man das Spielerische der eigenen Kindheit zurück, schaffe Distanz zu den Alltagsorgen und regeneriert sich uns lachend.

Beobachtungen haben ergeben, dass gespieltes Lächeln genauso wie echtes fröhliches Lachen die Gehirnströme verändern. Anders gesagt: Wenn sie heute Abend vor dem Spiegel mit Augen- und Wangenmuskeln ein Glückslächeln mimen, werden sie sich fröhlicher fühlen, sich entspannen und vielleicht sogar Ihre Immunabwehr stärken.

Wie kräftig wir loslachen, ist eine Frage des Temperaments. Lachen und Humor geben Aufschluss über das individuelle Temperament und die Persönlichkeitsstruktur eines Menschen. Melodie und Rhythmus des Gelächters sind bei den Menschen so unterschiedlich wie ihre Fingerabdrücke. Lachen ist eine höchst individuelle Angelegenheit. Selbst Zwillinge goutieren selten denselben Witz. Roberto Uccia



Die Farben des Paradieses

Eigentlich ist es ein trauriger Film, ein sehr trauriger sogar. In vielen Szenen zumindest und besonders am Schluss. Man ist jedenfalls verunsichert: Ist das Kind tot, oder ist es doch ein freudiges Ende, eine Art Auferstehungssequenz sogar? Aber beginnen wir doch am Anfang...

Der etwa zehnjährige blinde Mohammad freut sich am Ende des Schuljahres in Teheran auf seinen verwitweten Vater, der ihn für die Sommerferien abholen soll, sich aber für die Behinderung seines Kindes schämt, sie als eine Strafe Allahs betrachtet und ihn am liebsten im Internat zurück gelassen hätte. Während des langen Wartens hat das Kind einem aus dem Nest gefallenen Vogelbaby das Leben gerettet und dabei erstaunliche Geschicklichkeit und Sicherheit im Umgang mit seiner Blindheit gezeigt.

Auch zu Hause reagiert er aufmerksam, ja enthusiastisch auf die Geräusche und Gerüche, den Wind und die Pflanzen in der idyllischen Natur, die sein Heimatdorf umgibt – ganz im Gegensatz zum Vater, der schweigsam und abwesend ist, dessen Sinne unter der vermeintlichen Last seines Schicksals abgestumpft sind. Nichts lässt er von Mohammads Glücksgefühlen im Umgang mit seinen Schwestern und der geliebten Großmutter an sich heran, nichts geht von der Schönheit der Natur und vom Leben im Einklang mit ihr auf ihn über. Der Blinde ist der Sehende, der Sehende ist blind. Und wenn das herzenssehende Kind am Ende tot in den Armen des verblendeten Vaters liegt, der jetzt voller Reue sieht, was er falsch gemacht hat und ein zauberhaft warmes Licht auf die Hand Mohammeds fällt, weiß man nicht, ob er nun doch wieder lebt – oder ob das Licht die Farbe des Paradieses auf den Jungen scheinen lässt: ein Auferstehungssymbol?

Bei allen traurigen Momenten vermittelt dieser Film - wie kaum ein anderer - Bilder innerer Freude und vermag sogar harte Jungs, coole Mädchen und abgebrühte Erwachsene tief im Herzen anzurühren.

Klaus Feurstein

Der Film kann an der Medienstelle der Diözese in Feldkirch ausgeliehen werden. (ab 12 Jahre)



10 Fragen „Freude“



- 1) Wann hast du dich zum letzten Mal so richtig gefreut? Warum?
- 2) Ist Freude ansteckend?
- 3) Kannst du dich für jemand anders freuen?
- 4) Wer hat dir kürzlich eine große Freude bereitet?
- 5) Lachst du oft?
- 6) Woher kommt grundlose Freude?
- 7) Für wen setzt du dich ein?
- 8) Freust du dich über die Schönheit der Natur?
- 9) Ist Freude ein göttliches Prinzip?
- 10) Bist du dankbar, wenn du froh bist?

Daniel Furxer