

Neue Serie

1 Jahr CORONA



Andreas Igl, Geschäftsführer des Vereins PSU akut e.V.

Die Hotline für die Helfer

Burnout, Angst, Zusammenbrüche: Diese Kollegen sind für Ärzte & Pfleger da

Und dann kommt der Tag, an dem plötzlich nichts mehr geht: Rund 900 000 Menschen arbeiten im bayerischen Gesundheitssystem – viele von ihnen seit Monaten an der Belastungsgrenze. Alle Blicke richten sich in diesen Tagen auf die großen Kliniken und Intensivstationen. Dabei sind Physiotherapeuten, Hebammen und Reinigungskräfte, auch Mitarbeiter in Praxen, Alten-, Behinderten- und Pflegeheimen, Rettungsdiensten, Küchen, Verwaltungen oder Klinik-Security nicht minder verstörenden Situationen ausgesetzt. Für sie alle gibt es seit Anfang März eine sehr spezielle Form der Telefonseelsorge: Die Helpline des PSU akut e.V., ein Münchner Verein für die psychosoziale Unterstützung der Mitarbeiter im Gesundheitswesen.

Von Kollegen für Kollegen. Täglich von 9 bis 21 Uhr. Kostenlos und vertraulich. Geschäftsführer ist der Pädagoge Andreas Igl, selbst seit 25 Jahren im Rettungswesen aktiv. Für die Arbeit an der Helpline zeichnet er das Bild eines überlasteten Motors: „Wir laden die schwachen Batterien auf, bevor der Motor ausfällt.“ 1500 Betroffenen vom Arzt bis zur

Küchenhelferin konnte PSU schon helfen. Der Verein wurde erst im Jahr 2013 gegründet von engagierten Notärzten, Anästhesisten und Pflegekräften. Die waren bis dahin sehr alleingelassen – im Gegenteil zu Polizei und Feuerwehr, die schon seit über 20 Jahren auf professionelle Krisenintervention zugreifen können. „Ein Unterstüt-

zungs-Angebot hat auch etwas mit Wertschätzung zu tun, die viele Menschen im Gesundheitswesen sehr vermissen“, betont Andreas Igl. Eine Dienstleistung mit

höchster Relevanz für die ganze Gesellschaft. „Wir alle möchten schließlich von psychisch stabilen und arbeitsfähigen Menschen betreut werden, wenn wir Hilfe brau-

chen.“ Permanente Überlastung dagegen lässt Betroffene manchmal herzlos und unbeteiligt erscheinen.

„Dabei befinden sie sich nur im Schutzmodus, um weiter funktionieren zu können.“

Ein weiterer Ansatz von PSU ist der Schutz der Angehörigen: „Daheim sind all diese Sorgen oft tabu, aber eben doch präsent. Das kann eine ganze Familie schwer belasten.“

Studien zeigen, dass über drei Viertel der Betroffenen das Gespräch mit Kollegen – den sogenannten Peers – suchen. An der Helpline sitzen zurzeit im Schichtwechsel rund 40 Frauen und Männer aus dem Rettungs- und Gesundheitswesen mit einer speziellen Zusatzausbildung. Auch Psychotherapeuten stehen zur Verfügung. Zum PSU-Angebot gehört ebenfalls professionelle Unterstützung der Mitarbeiter vor Ort: „Wir helfen Institutionen, psychosoziale Unterstützung für Mitarbeiter innerhalb der Organisation zu etablieren.“

Das neueste Projekt: Der Aufbau einer PSU-Koordinierungsstelle für das bayerische Gesundheitswesen zusammen mit der Bayerischen Landesärztekammer. Wie der Verein einen Kollegen vor dem Burnout bewahrt lesen sie unten. DORITA PLANGE

Der Kollege versteht die Sorgen: Auf dieser Basis funktioniert die Helpline

Fotos: Shutterstock (2)



Hier gibt's Hilfe

Die Rufnummer der Helpline lautet 0800 0 911 912. Auf der Homepage psu-akut.de finden Sie neben Infos auch einen Selbsttest sowie das Spendenkonto des Vereins.

„Auf einmal drehte sich der ganze Raum um mich“

Nach 25 Jahren Berufserfahrung schien Armin H. (46) nichts mehr aus der Bahn werfen zu können. Er arbeitet in einem Münchner Krankenhaus als Fachpfleger für Anästhesie- und Intensivmedizin auf einer Covid-19-Station, schien selbst extremsten Belastungen immer gewachsen zu sein. Bis ihn mitten im Dienst der Blackout umwarf. Voller Scham und dem Gefühl des Versagens wählte er die Helpline des Vereins PSU Akut e.V. Das Ergebnis überraschte ihn. Denn am Ende des Gesprächs fand er die Kraft weiterzumachen – mit einer neuen Sicht auf sich selbst:

Es war der 1. Dezember, der elfte Arbeitstag in Folge für Armin H. Das Team chronisch unterbesetzt, die Stimmung im Keller. Der extreme Lärmpegel der ständig Alarm schlagenden Beatmungs- und Dialysegeräte tat Armin H. geradezu körperlich weh. Drei schwerstkranke und instabile Covid-19-Patienten hatte er in seiner Obhut. „Diese Menschen sind so krank, wie ich es in 25 Jahren nie sah. Es sind Bilder, die sich einbrennen.“

Dreieinhalb Stunden lang hetzt Armin H. an diesem Tag in voller Schutz-Monturschweißgebadet von Alarm zu Alarm: „Auf einmal drehte sich der ganze Raum um mich. Mir war extrem schwindelig, der Kopf leer.“ Er wankt auf den Flur, lehnt sich an die Wand. Die Kollegin

sagt: „Dusiebstjafurchtbar aus. Mach mal Pause.“ Armin geht in den Gemeinschaftsraum, stürzt einen Liter Wasser hinunter, schließt sich im Klo ein – und weint bitterlich: „Ich hatte keine Kraft mehr, konnte nicht mehr klar denken. Ich fühlte mich so hilflos und hatte Angst, das alles nicht mehr zu schaffen. Obwohl ich meinen Beruf doch liebe und weiß, dass ich es kann.“

Spät abends kommt er heim. Seine Frau fragt, wie der Tag war. Und wieder verliert er



Klinik-Realität: Arbeiten bis zum Burnout

die Fassung. „Ich hatte mich nicht mehr im Griff.“ In dieser Nacht schläft er kaum. Er geht trotzdem zur Arbeit, quält sich durch den Dienst. Eine Ärztin gibt ihm die Nummer der PSU-Helpline. „Ich bin doch kein Psycho“, denkt er. Aber dann ruft er doch an. Am anderen Ende: Kerstin Strebe, seit 2017 aktiv bei PSU, selbst Pflegerin für Intensiv- und Anästhesiepflege. Eine Frau vom Fach, die Armins Belas-

tungen kennt und versteht. Und dann sprudelt es aus Armin heraus. „Mir war nicht klar gewesen, was sich in mir alles angestaut hatte.“ Die verstörenden Bilder todkranker und sterbender Menschen. Die Überlebenden, die mit schweren Folgeschäden leben müssen. Die Verzweiflung der Angehörigen. Die Wut auf Corona-Leugner und niedergelassene Ärzte, die erkrankte Mitarbeiter von Intensivstationen nicht behandeln wollen. Seine Mutter, die ihn anflehte: „Bitte kündige!“ Bekannte, die ihn nicht mehr treffen wollen. Nachbarn, die im Treppenhaus vor ihm fliehen. Und auch die eigene, begründete Angst vor der Infektion: „Ich habe wie viele von uns einen Desinfektionszwang. Und oft Herzklopfen, wenn ich die Klinik betrete.“

Nach diesem langen Telefonat fühlte sich Armin wie befreit. Er ist Kerstins Rat gefolgt und hat einiges verändert. Keine Katastrophenzahlen mehr schon morgens im Bett. Die Familie hat wieder Priorität. Und es gelingt ihm wieder müheles, auch mit den beatmeten Patienten zu sprechen, sie zu trösten und ihnen die Hand zu halten. „Das konnte ich zuletzt nicht mehr. Ich war unbewusst auf Distanz gegangen und hatte mich sehr dafür geschämt.“ Seitdem Armin geimpft ist, ist auch die Angst fast weg: „Bald bin ich wieder frei.“ DORITA PLANGE

SEGMÜLLER

DIGITALE & PERSÖNLICHE MÖBELBERATUNG

BERATUNG PER CHAT / E-MAIL



beratung-parsdorf@segmueller.de
beratung-friedberg@segmueller.de

Schreiben Sie uns eine E-Mail oder klicken Sie auf das Chat-Fenster auf unserer Homepage. Beschreiben Sie uns kurz, was wir für Sie tun können. Zu Ihren Wünschen und Fragen haben wir den idealen Berater, der Sie per E-Mail kontaktiert oder im Chat antwortet.

BERATUNG AM TELEFON



Parsdorf: 089 / 90053 - 3261
Friedberg: 0821 / 6006 - 2261

Wählen Sie direkt unsere Beratungsnummer. Abgestimmt auf Ihre individuellen Wünsche verbinden wir Sie mit dem idealen Berater. Wenn es sich im Gespräch ergibt, kann jederzeit auf eine andere Kommunikation (u.a. auch Video-Chat) gewechselt werden.

HEIMBERATUNG VOR ORT



Heimberatung bei Ihnen zuhause ist der besondere Service unserer Einrichtungshäuser. Bei einer Vor-Ort-Beratung zu Ihrem Wunschtermin können wir Ihnen Muster und Planungsbeispiele persönlich zeigen. Natürlich unter Einhaltung aller Hygienevorschriften.

ONLINE-SHOPPING



www.segmueeller.de

Hier finden Sie ein großes Warensortiment. Stöbern Sie in zahlreichen Produktkategorien oder lassen Sie sich auf unseren Magazinsseiten inspirieren. Für Ihren Online-Einkauf stehen zahlreiche Bezahlmöglichkeiten zur Verfügung.

CLICK & COLLECT
Mo-Sa, 9-16h



Zum Shop



VERSAND INKLUSIVE

ALLE INFORMATIONEN AUCH AUF WWW.SEGMUELLER.DE

85599 Parsdorf
Heimstettener Str. 10
Tel.: 089/90053-0

86316 Friedberg
Augsburger Str. 11-15
Tel.: 0821/6006-0

Promotionteam Friedberg,
Segmüller Einrichtungshaus der Hans
Segmüller Polstermöbelfabrik GmbH & Co. KG,
Münchner Straße 35, 86316 Friedberg | 210204

SEGMÜLLER
WIR LEBEN EINRICHTEN