



# Leben heisst atmen

Jahresbericht 2014



## Ein Rückblick – ein Ausblick

«Nichts ist so stetig wie der Wandel!»

Dies gilt auch für die Lungenliga Bern.

Deshalb habe ich in meinem ersten Jahr als Geschäftsführer die Struktur der Geschäftsleitung verändert und eine Leiterin Sozialberatung und einen Leiter Finanzen und HRM eingestellt. Da Marketing und PR zunehmend wichtiger werden, konnte eine Stelle mit einem 50-Prozent-Pensum geschaffen und besetzt werden. Desgleichen gilt für die Abteilung Human Resources. Zudem haben wir die Informatik reorganisiert und das Programm Pulmocare installiert.

Die Lungenliga Bern soll sich weiterentwickeln und für die Zukunft rüsten. Für die Jahre 2014 bis 2019 entwickel-

ten wir eine Strategie mit den Schwerpunkten Positionierung, Angebot und Kommunikation. Ziel hier ist, dass nicht nur jedermann die Lungenliga kennt, sondern auch weiss, was die Lungenliga Bern konkret anbietet. Dazu kommt, dass wir die vier Regionalvereine und die Dachorganisation Lungenliga Bern fusionieren. Dadurch nutzen wir Synergien und werden effizienter.

Wir verzeichnen bei unseren Dienstleistungen einen Zuwachs bei der Heimtherapie (Atemhilfsgeräte-Vermietung). Dabei ist zu beachten, dass es stets neue Anbieter von Atemhilfsgeräten gibt, die bei den Pneumologen vorstellig werden. Für uns heisst das, die Konkurrenz schläft nicht! Daher ist eine gute Vernetzung mit den Pneumologen wichtig, das zeigen auch die Gespräche, die ich anlässlich meiner

Besuche führen durfte, hier können Fragen direkt erörtert werden. Und ein wichtiger Faktor sind die top ausgebildeten Mitarbeitenden, die eine fachkundige Leistung bei den Klienten / Patienten erbringen und eine optimale Beziehung zwischen Arzt / Spital und Patient vermitteln. Ich bin zuversichtlich, mit dem bestens motivierten Team sowie den vielfältigen Dienstleistungen erfolgreich am Markt aufzutreten.

Ich danke meinen Mitarbeitenden, dem Vorstand und der Geschäftsleitung für die geleistete Arbeit und den Einsatz für die Lungenliga Bern. Mein Dank gilt auch allen, die die Lungenliga in irgendeiner Weise unterstützt haben.

Marcel Rüfenacht  
Geschäftsführer



## Inhaltsübersicht

<b>Auftakt</b>	<b>4</b>
Ausblick der Co-Präsidenten	
<b>Sauerstoff</b>	<b>6</b>
Mehr Mobilität für Sauerstoffpatienten	
<b>NIV</b>	<b>8</b>
Erprobte Standards für NIV-Patienten	
<b>Prävention</b>	<b>10</b>
Bessere Lebensqualität dank Asthmaschulung	
<b>Sozialberatung</b>	<b>12</b>
Kantonalisierung der Sozialberatung	
<b>Regionalstelle Emmental-Oberaargau</b>	<b>14</b>
Wachsendes Interesse an den Luftholtagen	
<b>Regionalstelle Bern-Mittelland</b>	<b>15</b>
Ein normaler Tag, oder der Umgang mit Veränderungen	
<b>Regionalstelle Biel – Berner Jura – Seeland</b>	<b>16</b>
Präventionstag im Spital Saint-Imier	
<b>Regionalstelle Berner Oberland</b>	<b>17</b>
Tradition bewahren und Neues bewegen	
<b>Berner Reha Zentrum und Lungenliga Bern</b>	<b>18</b>
Zwei starke Partner	

Die Jahresrechnung 2014 der Geschäftsstelle Lungenliga Bern bzw. der Regionalstellen finden Sie hinten im Umschlag.

Herausgeber und Redaktion: Lungenliga Bern  
Gestaltung: KOMET Werbeagentur, Bern

© 2015 Lungenliga Bern



## Ausblick der Co-Präsidenten



Von links nach rechts:  
Peter Bernasconi, Dr. med. Reta Fischer,  
Dr. med. Markus Riederer, Dr. med.  
Michael Witschi, Dr. jur. Gian Sandro  
Genna, Dr. med. Anton Seiler,  
Christian Huber, auf dem Foto fehlt  
Dr. med. Patrick Brun

### «Der Weg ist das Ziel»

Das war der Gedanke der Co-Präsidenten: «Ein spannendes Jahr wird 2014 alleweil, denn es gibt viel zu tun, wenn wir die Organisation Lungenliga Bern neu gestalten wollen, so wie es uns in unseren Köpfen vorschwebt.»

Rege Diskussionen, zahlreiche Sitzungen, viele Ideen prägten unser Handeln. Anlass dazu gab unter anderem eine Mitarbeiterbefragung mit einer Beteiligung von 92 Prozent. Die Mitarbeitenden sind das Kapital einer Organisation, sie sind ernst zu nehmen, ihre Anliegen sollen erkannt und Verbesserungsvorschläge wenn möglich bald und zielführend umgesetzt werden. Verantwortlichkeit, motivierende Aufgaben, Anerkennung und unterstützendes Arbeitsumfeld waren die positiven Wertungen aus der Befragung; aber es gab eben auch an-

dere Aussagen, wie. z.B. eine fehlende Vision, keine gemeinsame Ausrichtung, keine überzeugende Strategie, fehlende synergetische Teamarbeit. Alles ernst zu nehmende Tatsachen, die uns veranlassten, in eine Retraite zu gehen. Wir hatten den Hilferuf der Mitarbeitenden nach einer Veränderung verstanden!

So zogen wir uns Anfang Mai zurück – fernab von Telefonen und mit ausgeschalteten Handys hoch über dem Thunersee – gingen in Klausur und überlegten, diskutierten, verwarfen, kreierten, sammelten und priorisierten Lösungen für die Mitarbeitenden, für die Organisation und für unsere Patienten und Kunden. Wir wollten für alle das Beste!

Bis 2019 führt uns der Weg von der Heimtherapie zu einer Lungen-Spitex. Schlanke Strukturen in der Organisation erleichtern den Arbeitsfluss, die

Verfügbarkeit «rund um die Uhr» ist umgesetzt, wichtige Fortbildungen finden statt. Für die Kunden gibt es einen «Shop».

### Der Weg ist das Ziel

Wir beraten – der Kunde wählt aus. Regionale Strukturen sind bereinigt = nur noch eine Lungenliga für den Kanton Bern und zufriedene Zuweiser. In diese Richtung soll es gehen. Der Weg ist das Ziel.

Eine Voraussetzung zur Erreichung des Ziels und zur Umsetzung der Strategie muss gegeben sein: nur noch eine Lungenliga für den Kanton Bern. Das heisst, die vier eigenständigen Regionalvereine und die kantonale Dachorganisation Lungenliga Bern arbeiten künftig als eine Organisation. Wir befinden uns bereits jetzt voll in der Reorganisation. Den Mitarbeitenden wurde im September das Projekt vorgestellt. Anfängliche Ängste und Unsicherheiten konnten in vertiefenden Gesprächen erörtert werden und es ist erfreulich, wie gut alle Beteiligten an der Ausarbeitung einer neuen Organisationsstruktur mitgewirkt und sich mit dem Projekt identifiziert haben. Wir alle starten gemeinsam in die Zukunft und wollen die Lungenliga verändern und vorwärtsbringen. Ab 1.1.2016 wollen wir startklar sein. Dabei ist es wichtig, zu wissen, dass die Lungenliga in den Regionen verankert und damit die persönlichen Kontakte erhalten bleiben.

2014 konnten wir zudem an Präventionsveranstaltungen die Leute für Lungenkrankheiten sensibilisieren. So war der «Lungentest» eine gefragte Attraktion und konnte bei so manchen Menschen den Weg zum Arzt ebnen. Nicht unerwähnt bleiben soll auch das Projekt «Rauchfreie Lehre», das 2014 ein toller Erfolg wurde: derzeit machen gut 2500 Lernende mit!

Die hohe Qualität unserer umfassenden Dienstleistungen und die Vielseitigkeit unseres Engagements haben wir beibehalten und gemeinsam Ideen und Strategien für eine starke Lungenliga Bern entwickelt, die sich auch in Zukunft konsequent nach den Bedürfnissen der Betroffenen ausrichtet und diese dabei unterstützt, möglichst beschwerdefrei und selbstständig leben zu können.

«Wir danken  
allen Mitarbeitenden für  
ihren Einsatz auf dem  
Weg zu einer topfiten  
Lungenliga Bern.»

Dr. med. Michael Witschi  
Co-Präsident Lungenliga Bern,  
Liga-Arzt

Dr. med. Markus Riederer  
Co-Präsident Lungenliga Bern,  
Präsident Region Emmental-Oberaargau

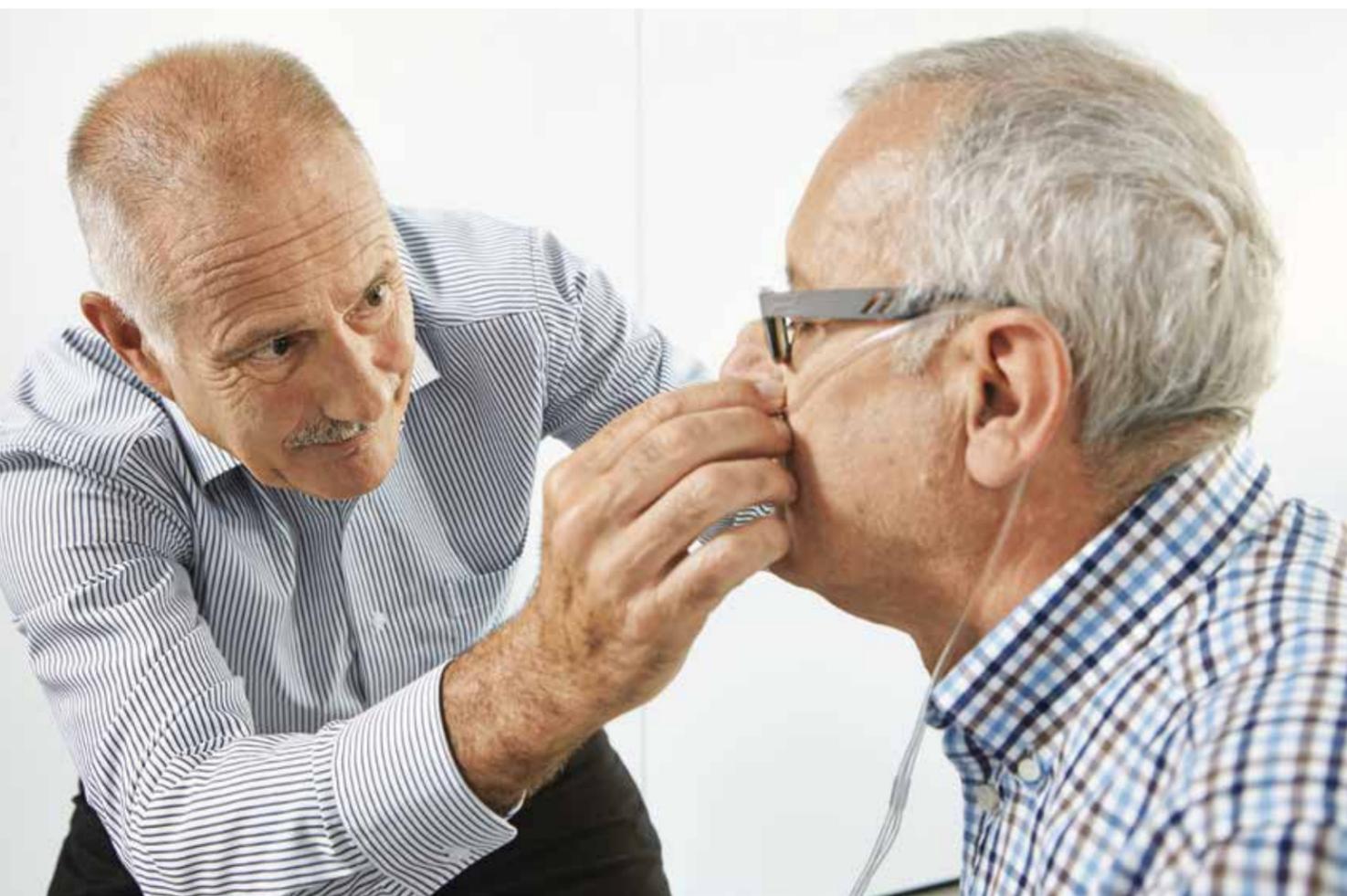
Dr. iur. Gian Sandro Genna  
Co-Präsident Lungenliga Bern,  
Präsident Region Berner Oberland

## Jahresstatistik Heimtherapie 2014

Anzahl Vermietungen nach Gerätetyp	Inhalatoren	Sauerstoff-Konzentratoren	Sauerstoff LOX	Sauerstoff-Spender	Sauerstoff-Sparsysteme	CPAP	Atemluft-Befeuchter	IPPB	BIPAP / VPAP <sup>[1]</sup>	Total
Vermietete Geräte per 1.1.2014	263	836	439	206	334	5694	2179	4	682 <sup>[2]</sup>	11 004
Veränderung	51	125	-2	8	33	465	382	1	168	864
Vermietete Geräte per 31.12.2014	314	961	437	214	367	6159	2561	5	850	11 868
Anzahl verkaufte Geräte 2014	510	14	0	0	3	151	45	0	0	723
Anzahl Patienten per 31.12.2014	305	931	427	199	363	6104	2537	5	825	11 696

<sup>[1]</sup> Fremdgeräte, betreute Patienten

<sup>[2]</sup> Infolge Softwareumstellung ergaben sich gegenüber der Vorjahresstatistik Veränderungen in der Bestandsführung



## Mehr Mobilität für Sauerstoffpatienten

Immer mehr Sauerstoffpatienten möchten mobil sein und reisen – dank kleinen Konzentratoren und Sauerstofftankstellen ist das möglich. Das ist eine Erleichterung für Patienten. Hausintern erleichtert uns die neue Patientensoftware Pulmocare die Arbeit.

### Sauerstoff

Das Bedürfnis der Sauerstoffpatienten nach erhöhter Mobilität ist in letzter Zeit massiv gestiegen. Zudem ist es für den Krankheitsverlauf fördernd, mobil zu bleiben.

Wir versorgen rund 250 Patienten mit Flüssigsauerstoff. Das System erlaubt es den Patienten, von einem grossen Tank selber Sauerstoff in ein kleines Gefäss abzufüllen, damit sie sich unterwegs mit Sauerstoff versorgen können. Rund ein Viertel unserer Patienten hat ein zweites Gerät, um in einer grösseren Reichweite mobil zu sein. An schweizweit 30 Sauerstofftankstellen können Patienten gratis Sauerstoff beziehen. Da dies die teuerste Therapieart ist, sind die Limitationen für die Therapie durch die Versicherer hoch gesetzt.

Um Patienten mit einem stationären Konzentrator mobiler werden zu lassen, haben wir 500 Sperrventile, die an kleine Druckgasflaschen montiert werden und so in einem Rucksack bei 2 Litern Sauerstoff pro Minute eine 10-stündige Mobilität ermöglichen.

Zudem sind in letzter Zeit mobile, kleine Konzentratoren auf den Markt gekommen. Unser Bestand umfasst 100 solcher Geräte. Es gibt Modelle, die Dauersauerstoff liefern, oder solche, die nur beim Einatmen Sauerstoff abgeben, die klein und leicht sind, aber sich nicht für jeden Patienten eignen. Durch einen Akku betrieben, ergibt sich eine kurze Reichweite, was nachteilig ist. Doch die Industrie entwickelt immer leichtere und leistungsfähigere Geräte.

Die Herausforderung unserer Berater/-innen ist, dem Patienten das für ihn beste Therapiesystem abzugeben. Dies gelingt in den meisten Fällen. Grenzt die Technik an Limiten, suchen wir zusammen mit Patient und Arzt die optimale Lösung.

### Informatik

Die Informatik unterliegt einem steten Wandel und erfordert Anpassungen. Der Wechsel auf eine neue Software erfolgte, weil die Anforderungen der Verordner und Versicherer der Patienten sowie weiterer externer Partner stiegen und bereits einige kantonale Lungenligen mit dem Programm Pulmocare arbeiteten. Die Planung und Einführung gestaltete sich nicht einfach, weil der Kanton Bern zweisprachig ist und wir mit vier selbstständigen Vereinen zusammenarbeiten. Vorteilhaft war, dass andere Ligen bereits mit dem Programm arbeiteten und wir dadurch nicht dieselben Anfangsfehler im System übernehmen mussten.

Die Projektplanung sah wie folgt aus:

- Datenbereinigung des alten Systems Icare
- Anpassung der Kostenstellen und des Kontenplanes
- Sicherstellen des Clientzuganges
- Mandanten definieren
- Berechtigungen zuweisen
- Erarbeiten von Wordvorlagen, Recall für die Therapiesysteme samt Leistungsblättern

Anschliessend folgte die Test-Migration der Patienten- und Mitarbeiterdaten sowie die Therapiesysteme und

Abrechnungen. Alle Daten wurden genau kontrolliert. Ende Juni war die Datenmigration abgeschlossen und wir konnten die Mitarbeitenden informieren und schulen.

Im Bereich Heimtherapie, FICO, TB, Sozialberatung und Kurse nahmen 13 Personen als Superuser mit total 55 Schulungstagen teil. An den User-schulungen nahmen 45 Personen mit total 139 Schulungstagen teil. Der Support der Anwender durch die Superuser war stets gewährleistet. Erfreulich war die positive Einstellung der Mitarbeitenden gegenüber dem Pulmocare-System.

Für mich ist die Weiterentwicklung einer Organisation eine grosse Herausforderung. Unser Ziel war, dass die Software gleich viel oder mehr kann als zuvor das Icare-Programm. Zudem sind die elektronische Leistungsabrechnung und die Lagerbewirtschaftung neu angepasst. Neu sind die prozessgesteuerte und gesamtschweizerische Vereinheitlichung der Datenerfassung sowie das Spendewesen. Kurzum: Das neue System brachte eine Erleichterung in der gesamten Verwaltung und gute Neuerungen.

Patrice Pauli  
Leiter Sauerstoff, Informatik, Logistik  
Mitglied der Geschäftsleitung



## Erprobte Standards für NIV-Patienten

Seit vier Jahren betreut die Lungenliga Bern ihre NIV-Patienten nach einheitlichen Kriterien. Nun wird das Modell landesweit eingeführt. Erklärungen von Marianne Hühnli, Bereichsleiterin Schlafapnoe/NIV und Mitglied der Geschäftsleitung.

### Warum ein neues Betreuungsmodell für NIV-Patienten?

Bis vor vier Jahren gab es im Bereich NIV keine klaren Abläufe, und die Zusammenarbeit mit den Pneumologen war nicht geregelt. Deshalb haben wir das «Berner Modell» entwickelt – neue Betreuungsstandards, die sich inzwischen als tragfähig erwiesen haben:

*«Die Patienten sind besser betreut, die Pneumologen können auf kompetente Partner zurückgreifen, und die Beraterinnen wissen genau, was gefordert ist.»*

### Wie sieht die Betreuung heute aus?

Alles geschieht in enger Zusammenarbeit mit den Pneumologen und den medizinischen Zentren. Wir besuchen die Patienten zu Hause. Dort erheben wir den Betreuungsbedarf, informieren über die Therapie, erklären das Gerät und das Maskenhandling und besprechen das Vorgehen im Notfall. Zudem verstehen wir uns als Case Manager, die den Patienten wiederholt kontaktieren und wenn nötig vorausschauend intervenieren.

### Das stellt hohe Anforderungen an eine NIV-Beraterin.

Ja, das Krankheitsbild und die Geräte, welche die ausreichende Belüftung der Lunge sicherstellen, sind komplex. Deshalb ist es ein Vorteil, wenn die Beraterin eine Ausbildung in Intensivpflege vorweisen kann.

### Nun soll das Berner Modell in allen Schweizer Lungenligen zum Standard werden.

Die Lungenliga Schweiz rief zu diesem Zweck 2013 eine interdisziplinäre Arbeitsgruppe ins Leben. Darin sassen Lungenligavertreter aus der Romandie und aus der Deutschschweiz, zudem Gerätelieferanten und Versicherer. Die Arbeitsgruppe hat auf der Basis des Berner Modells einen Standard zur Therapiebegleitung und Beratung der NIV-Patienten entwickelt, der jetzt flächendeckend eingeführt werden kann. Ziel ist eine homogene Dienstleistung in der ganzen Schweiz.

### Sie waren auch in dieser Arbeitsgruppe?

Ja, ich hatte mich im Rahmen meiner Masterarbeit mit dem Thema NIV beschäftigt und das Betreuungsmodell erarbeitet, das in der Lungenliga Bern übernommen wurde. Meine Rolle in der Arbeitsgruppe war es, den Bezug zur Praxis herzustellen.

### NIV – kurz erklärt

Das Kürzel NIV steht für «nicht-invasive Ventilation». NIV-Patienten leiden, vor allem nachts, unter eingeschränkter Atmung, z.B. wegen muskulärer Probleme. Folge: Die Organe erhalten zu wenig Sauerstoff. Abhilfe schafft ein Therapiegerät, das die Lunge belüftet (ventiliert). Nicht zu verwechseln ist diese Therapie mit der lebenserhaltenden, invasiven Beatmung via Tubus oder künstlichen Eingang in die Luftröhre.

### Wie sieht der Umsetzungsplan aus?

Grundsätzlich gelten die neuen Betreuungsstandards ab 1. Januar 2015. Bis allerdings das Modell im ganzen Land greift, dürfte es rund drei Jahre dauern. Zuerst eignen sich die Kantonal-Ligen das NIV-Fachwissen an. Dafür sorgt ein Weiterbildungsangebot der Lungenliga Schweiz. Zudem gibt es eine Projektgruppe, die für die Umsetzung in der Nordwestschweiz verantwortlich ist. In der Westschweiz ist das neue Modell weitgehend umgesetzt.

Marianne Hühnli  
Bereichsleiterin Schlafapnoe/NIV  
Mitglied der Geschäftsleitung

## Bessere Lebensqualität dank Asthmaschulung

Volles Engagement für die Prävention! Ausgerichtet auf COPD, Asthma und Tabak, ist die Präventionsarbeit ein wichtiges Tätigkeitsfeld, wie die 2014 geleisteten Aktivitäten zeigen:

### Asthma Erwachsenen- und Kinderschulung

Jeder 14. Erwachsene und jedes 10. Kind ist von Asthma betroffen. Sich nicht vom Asthma beherrschen lassen, sondern das Asthma kontrollieren: Unter diesem Motto vermittelt die Asthmaschulung an drei Abenden wichtige Informationen, Inhalationstechniken sowie Atemübungen und Wege zur Entspannung. In Thun fand eine Schulung mit Herrn Dr. Meisels statt. An der Kinderschulung mit dem Puppentheater 4 Freunde eignen sich die Kinder auf spielerische Art Wissen über Asthma und Therapie an.

### COPD-Schulungen

Rund 400'000 Menschen in der Schweiz leiden an der chronisch obstruktiven oder einengenden Lungenkrankheit. Die COPD-Schulung verbessert die Lebensqualität der Betroffenen nicht nur durch die korrekte Einnahme der Medikamente, sie zeigt auf, wie eine angepasste, körperliche Aktivität sowie Entspannungs- und Atemübungen Beschwerden lindern, und gibt praktische Anregungen zur Krankheitsbewältigung. Im Kanton Bern profitierten rund 80 Teilnehmende und Angehörige von einer COPD-Schulung.

### Sportplausch Magglingen / Spitzensportler unterstützen asthmakranke Kinder

Die Lungenliga Aargau, beider Basel, Bern, Luzern-Zug und Solothurn haben am 4. Mai anlässlich des Weltasthmatags zum fünften Mal zu einem Tag eingeladen, an dem 6- bis 12-jährige Kinder mit Asthma spielen, Sport treiben und Neues ausprobieren können. Für

die Kinder zählt die Freude am Sport und das gemeinsame Erlebnis. Spitzensportler/-innen wie die Rennrodlerin Martina Kocher oder der Eishockey-Goalie Marco Streit führten die Kinder durch das Programm und sorgten für einen unbeschwerten Tag. Die Eltern konnten inzwischen durch Fachvorträge ihr Wissen über Asthma auffrischen, um die Kinder optimal begleiten zu können.

### Öffentlichkeitsarbeit

Die Fachstelle Prävention führte viele Spirometrien und FEV-1-Messungen (forciertes expiratorisches Volumen oder Einsekundenkapazität) mit dem Clown Luftikus durch. Spezialistinnen beraten zu Atemproblemen und -erkrankungen, Rauchen und Rauchstopp. Gleichzeitig konnte das gesamte Angebot der Lungenliga vorgestellt werden. Im Januar waren wir an der Ferien- und Gesundheitsmesse 50 plus präsent. Und im Spital Saint-Imier konnten am Welttag ohne Tabak gemeinsam mit der Berner Gesundheit viele Patienten, Besucher und Angestellte getestet und beraten werden. Anlässlich des Welt-COPD-Tags im November fand im Spital Thun ein Anlass statt, der auf reges Interesse stiess.

Im Herbst waren Mitarbeitende der Lungenligen Aargau, beider Basel, Bern und Solothurn an den Swiss Indoors in Basel.

*«Viele Tennisfans standen bei uns vor dem Luftikus Schlange und testeten ihre Lungenfunktion.»*

Zudem testeten wir auf dem Berner Hausberg am Gurten Classic Sportler und Sportlerinnen sowie viele Zuschauer.

Gefragt war unsere Präsenz am internen Gesundheitstag der SBB in Biel. Wir stellten die Lungenliga vor, sensibilisierten die Mitarbeitenden mit dem Film «das Wunder der Lunge» und boten Spirometrien und CO-Messungen (Kohlenmonoxid in der Atemluft) an. Zum Welt-COPD-Tag führten alle 4 Regionen einen Spirometrie-Tag durch. Die Nachfrage nach Spirometrie-Messungen war riesig. Viele Menschen wurden durch Plakate und die TV-Spots auf das Thema COPD aufmerksam. 500 Menschen nutzten die Möglichkeit einer Gratis-Spirometrie der Lungenliga.

### Tabakprävention

In der Schlossbergschule Spiez, BWD Bern (Bildungszentrum für Wirtschaft und Dienstleistung) und den Berufsschulen in Burgdorf sensibilisierten wir die Schüler/-innen zum Thema Rauchen und Nichtraucher. Sie konnten ihre Lungenfunktion testen, CO-Messungen vornehmen und mittels richtiger Antworten des Wissensquiz Kinogutscheine gewinnen. Der nationale Rauchstopp-Wettbewerb zum Welttag ohne Tabak ermutigt die Rauchenden, im Juni eine Rauchpause von einem Monat zu probieren. Für rauchende Jugendliche in der Berufsausbildung kann diese Rauchpause den Einstieg in die «Rauchfreie Lehre» erleichtern.

### «Rauchfreie Lehre» stärkt Jugendliche

In 23 Kantonen sorgt das nationale Projekt der Lungenliga dafür, dass mehr Jugendliche rauchfrei bleiben oder mit Rauchen aufhören.



Stand an Gesundheitsmesse Bern

*«Rund 13 000 Lernende schweizweit verpflichten sich im Vorjahr, auf jegliche Tabakprodukte zu verzichten.»*

Die Lungenliga unterstützt die Jugendlichen mit Information, Begleitung, Kontrolle und sozialer Gemeinschaft. Im Kanton Bern nahmen 2'200 Lernende aus 350 Unternehmen und aus 42 Berufsfachschulen an «Rauchfreie Lehre» teil. Am Ende des Projektjahrs gab es für alle ein Abschlussfest mit Preisverlosung.

Bisher wurde das Projekt vom Tabakpräventionsfonds (TPF) finanziert. Ab Juli 2015 sind wir auf neue finanzielle Partner und Sponsoren angewiesen, da wir vom TPF kein Geld mehr erhalten.

### Unternehmen Rauchfrei / Rauchstopp-Trainings professionell, nachhaltig und geprüft

Unternehmen profitieren direkt von professionell durchgeführten Rauchstopp-Trainings der Lungenliga:

*«Nicht rauchende Mitarbeitende sind gesünder, zufriedener, haben geringere Fehlzeiten und eine höhere Produktivität.»*

Die Lungenliga begleitet Unternehmen professionell, bis zur Integration in das betriebliche Gesundheitsmanagement. Die Mitarbeitenden durchlaufen am Arbeitsort ein erprobtes und wirksames Rauchstopp-Training. Nach einem Jahr sind ein Drittel der Teilnehmenden rauchfrei.

Im Kanton Bern wurden 2014 bei Swisscom, SBB und in der Reha-Klinik Heiligenschwendi Rauchstopp-Trainings durchgeführt.

### Halbschlaf / Vollgas ein Angebot für Chauffeure und Transportunternehmen

Berufsunfälle – verursacht durch Einschlafen am Steuer – haben fatale Folgen und enden oft tödlich. Ein häufiger, doch vermeidbarer Grund für solch tragische Berufsunfälle ist das bei Berufschauffeuren oft unerkannte Schlafapnoe-Syndrom. Die Lungenliga bietet firmeninterne Kurse zur frühzeitigen Erkennung von Schlafapnoe an. Der Risikotest findet sich auf der Kampagnen-Website [www.halbschlaf-vollgas.ch](http://www.halbschlaf-vollgas.ch). Die betroffenen Chauffeure werden von uns individuell beraten und auf dem Weg zu einer erfolgreichen Therapie begleitet.

Katrin Lerch  
Beraterin Fachstelle Prävention

Statistik Sozialberatung	2014
Anzahl beratene Betroffene	448
Anzahl beratene Angehörige	11
Anzahl offene Beratungszyklen	379
Anzahl abgeschlossene Beratungszyklen	80
Anzahl Beratungsstunden Betroffene	5234
Anzahl Beratungsstunden Angehörige	85
Anzahl Kurzberatungen in Stunden (max. 1 Stunde pro Jahr pro Person)	281



## Vereinheitlichung der Sozialberatung

Die Sozialberatung wird kantonal. Mit der Schaffung der neuen Stelle Leitung Sozialberatung stärkt der Vorstand der Lungenliga Bern sein Engagement in der psychosozialen Beratung.

Neun Sozialarbeitende, die sich etwa fünf Vollzeitstellen teilen, begleiteten 450 Klientinnen und Klienten und deren Angehörige im vergangenen Jahr. Eine chronische Krankheit stellt eine grosse Belastung sowohl für die Betroffenen wie auch für die Angehörigen dar und kann zu grosser Verunsicherung führen.

Was bringt die «Kantonalisierung» für die Klientinnen und Klienten? Bis jetzt ist die Sozialberatung pro Region organisiert, was unweigerlich zu einem wenig einheitlichen Angebot führte. Innerhalb von klaren Leitplanken und einheitlicher Vorgehensweise kann nun die gesamte Bevölkerung des Kantons Bern von einer umfassenden und professionellen Beratung und Kursen profitieren.

Nebst der Orientierung über Sozialversicherungen und der Budgetberatung gehörten natürlich auch die Hilfeleistung bei persönlichen und familiären Schwierigkeiten sowie der Erfahrungsaustausch und die Bewegungsgruppen zur Dienstleistungspalette der Lungenliga. In der Folge werden drei Angebote etwas detaillierter dargestellt.

### Arbeit

Atemwegerkrankungen machen sich oft schleichend bemerkbar und werden von Müdigkeit und Konzentrationschwierigkeiten begleitet. Aus Angst vor dem Verlust der Arbeitsstelle werden die Probleme oft verdrängt. Aus diesem Grunde hat sich die Lungenliga Bern sehr aktiv am Berufseingliederungsprojekt für chronisch Kranke (BECK) beteiligt. Dieses Projekt ist auf nationaler Ebene angesiedelt, mit der Beteiligung der Rheuma-, Krebs- und Lungenliga sowie der Gesellschaft für Diabetes.

*«Es geht darum, die Mitarbeitenden für die Thematik Arbeit zu sensibilisieren und ihnen zusätzliche Instrumente für das Coaching von Berufssituationen zu geben, damit sie Selbstvertrauen gewinnen und den Arbeitsplatz sichern können.»*

Wie soll ich meinen Vorgesetzten mitteilen, dass ich eine chronische Krankheit habe? Kann ich in eine andere Abteilung wechseln? Wie gehe ich mit einem beruflichen Abstieg um? Solche und weitere Fragen können in diesen Beratungen rund um die Arbeit geklärt werden. Es bietet sich auch die Möglichkeit, spezifische Situationen, wie z.B. ein Mitarbeitergespräch, zu erproben.

### Krankheitskosten Verwaltung

Oft kämpfen chronisch kranke Menschen mit vielen Arzt-, Therapie- und Apothekerrechnungen, bis sie ihnen ganz über den Kopf wachsen. Die Beratungsstellen helfen gerne, Ordnung in den Dschungel von Rechnungen, Rückzahlungen von Krankenkassen und Ausgleichskasse zu bringen. Dies bedeutet, dass die Vorgehensweise der Klientin oder dem Klienten genau erklärt wird und falls nötig die Verwaltung der Krankheitskosten an seiner/ihrer Stelle erledigt wird. Bezahlte Arzt- und Krankenkassenrechnungen sichern die medizinische Betreuung und entlasten die kranken Menschen.

### Erfahrungsaustausch in Gruppen

Dank Austausch sind die Betroffenen eher bereit, die Krankheit zu akzeptieren, indem sie realisieren, dass sie nicht alleine sind. Gemachte Erfahrungen und Tipps geben mehr Sicherheit, wie mit besonders schwierigen Situationen umzugehen ist. Die Erfahrungsgruppen werden für Patienten mit Sauerstoff oder CPAP in den verschiedenen Regionen des Kantons angeboten. Angehörige und Bezugspersonen sind an diesen Treffen auch willkommen.

Isabelle Räber  
Leiterin Sozialberatung  
Mitglied der Geschäftsleitung

## Wachsendes Interesse an den Luftholtagen

Die Luftholtage erfreuen sich grosser Beliebtheit. Jeweils im Mai und im September führt die Regionalstelle Emmental-Oberaargau Lufthol- und Erlebnistage für Patienten mit Atemwegserkrankungen durch. Die Reisen werden nach den Bedürfnissen der Lungenkranken organisiert.

So nehmen wir Sauerstoff (in Reserve), Inhaliergeräte sowie ein oder zwei Rollstühle mit, damit wir für alle Fälle gerüstet sind. Die Teilnehmenden schätzen dies sehr und nutzen das Angebot. Eine Mitarbeiterin der Lungenliga organisiert jeweils die Reise und stellt ein interessantes Ausflugsprogramm zusammen. Sie wird dabei durch einen weiteren Mitarbeiter unterstützt und begleitet, und zusammen sorgen sie für einen reibungslosen Verlauf des Ausfluges. Die Patienten werden gut umsorgt und geniessen deshalb diesen Tag sehr.

Der diesjährige Luftholtag im Frühjahr führte uns auf den Bieler-, Neuenburger- und Murtensee, mit anschliessendem Spaziergang im Naturschutzzentrum Cudrefin/La Sauge. Leider regnete es an diesem Tag oft, dennoch trotzten viele Mutige dem garstigen Wetter und stapften auf den sonst schönen Spazierwegen durch den Morast dem Seeufer entlang. Ein wunderbares Zvieri belohnte anschliessend alle 36 Teilnehmenden. Gestärkt und gut gelaunt stiegen alle in den Bus und wir kamen auf Umwegen – infolge Staus auf der Autobahn – wie geplant und heil zu Hause an.

Am Luftholtag im Herbst, an welchem vor allem die Klienten des oberen Emmentals teilnahmen, besuchten wir eine für Emmentaler «andere», noch nicht bereiste Gegend. Nach einem Mittagsaufenthalt am Hallwilersee besichtigten wir das Schloss Wildegg im Kanton Aargau, welches im 13. Jahrhundert als Burg von den Habsburgern errichtet worden war. In der Burgchronik lasen wir aus den Lebenserinnerungen der späteren Besitzerfamilien von Erlach und Effinger – das sind Zeugnisse aus dem Leben à la Française! Anschliessend besuchten wir die Ausstellung «Flatternde Nerven – heilende Wasser; krank sein – gesund werden um 1900» sowie das Wohnmuseum und die Schlossgärten. Nach der Besichtigung und dem Flanieren durch die schönen Gärten wurden wir im Schlossbistro, gestaltet in antikem Interieur, und auf dessen alter, wunderschöner Terrasse mit Kuchen und Kaffee verwöhnt.

*«Zufrieden und mit vielen neuen Bildern und Eindrücken verliessen wir anschliessend das Schloss, den Kanton Aargau und fuhren zurück ins Emmental.»*

Herzlichen Dank unseren Begleitpersonen auf der Frühlingsreise, Markus Rindlisbacher, Zweigstelle Konolfingen, und im Herbst Kathrin Küng, Zweigstelle Langenthal.

Wir blicken 2014 auf zwei weitere erfolgreiche Luftholtage zurück, die uns erneut mehr teilnehmende, zufriedene Klientinnen und Klienten brachten. Die früher durchgeführten Reisen, wie z. B. eine Rösslifahrt mit Besichtigung der Schaukäserei in Affoltern, eine Führung durch das Städtchen Büren an der Aare sowie die Besichtigung einer historischen Mühle mit anschliessendem Aufenthalt auf der Storchenstation in Altreu und ein Ausflug an den Burgäschisee mit nachfolgender Besichtigung samt Führung der Klosterkirche St. Urban, zeigen uns, dass wir für unsere Klientinnen und Klienten etwas Gutes tun, indem wir ihnen einen interessanten, abwechslungsreichen Tag bereiten – sie freuen sich und wir auch.

Ruth Barbara Heiniger  
Mitarbeitende Heimtherapie  
Emmental-Oberaargau

## Ein normaler Tag, oder der Umgang mit Veränderungen

Arbeitsbeginn um sieben Uhr morgens: PC starten, Mails abarbeiten und das, was am Vortag liegen geblieben ist, aufarbeiten. Schon bald ist es acht Uhr und die Telefonleitungen sind offen. Die ersten Fragen, Einsatzabsagen oder neue Anmeldungen für eine Sauerstofftherapie zu Hause veranlassen uns, den Tagesablauf zu ändern und zu schauen, dass alles innerhalb des Tages erledigt werden kann.



Ist es notwendig, infolge einer Neuankündigung oder eines Ausfalles einen Termin um eine Stunde zu verschieben, verändert das den Tagesablauf für unsere Mitarbeitenden wie auch den der Patienten und fordert Verständnis beiderseits.

In unserer täglichen Arbeit sind Veränderungen normal, aber was lösen sie aus? Wenn ein Tagesprogramm schön durchdacht und geplant ist, bedeutet eine Änderung, flexibel zu sein und sich stets neu anzupassen. Benötigt ein Patient ein Sauerstoffgerät, löst das bei ihm Unsicherheit, manchmal sogar Angst aus, weil er lernen muss, damit umzugehen. Die Mitarbeitenden treffen somit unterschiedliche Patientensituationen an und müssen sich immer wieder neu darauf einstellen.

Dazu kommt, dass sich unser Team in diesem Jahr verändert hat – zwei Wegegänge und vier neue Teammitglieder. Auch hier müssen wir flexibel sein und uns an Neues gewöhnen. Veränderungen formen uns, dürfen aber nicht die Arbeit rund um den Patienten und seine Krankheit beeinflussen. Deshalb sind wir ein starkes Team und stellen hohe Anforderungen an uns.

*«Wir wollen – und werden auch im kommenden Jahr täglich aufs Neue – den Patienten und ihren Angehörigen unsere ganze Aufmerksamkeit und Zeit schenken.»*

Schluss mit Gedankenspielerien, das Telefon klingelt und ein Patient braucht unsere Hilfe, sein Konzentratordose pfeife und gebe Alarm. Also, sofort schauen, welche meiner Mitarbeitenden in der Nähe ist und Zeit hat, beim Patienten vorbeizuschauen und zu klären, was passiert ist. Eben – ein ganz normaler Tag mit seinen Veränderungen!

Ich bin überzeugt, dass Sie, werte Patientinnen, Patienten und Angehörige, uns weiterhin Ihr Vertrauen und Ihr Lachen schenken und wir gemeinsam die Veränderungen meistern werden.

Ich wünsche Ihnen alles Gute und viel Erfolg bei den täglichen Veränderungen, wie es sie in einem ganz normalen Tag unzählige gibt.

Christine von Ballmoos  
Regionalstellenleiterin  
Bern-Mittelland



Sportplausch Magglingen

## Präventionstag im Spital Saint-Imier

Die Tätigkeiten rund um die Sensibilisierung und Prävention im Bereich Tabakkonsum der Bevölkerung der Region Biel, Berner Jura, Seeland sind nebst der Heimtherapie ein zentraler Bestandteil unserer Arbeit.

Dieser Bericht vermittelt einen Einblick in den Ablauf eines solchen «Präventionstages». Für diesen Anlass haben wir bewusst den Französisch sprechenden Teil unserer Region gewählt. Zudem haben wir hier im letzten Jahr im Vergleich zur Deutschschweiz noch keine solchen Informationstage durchgeführt. Es ist uns wichtig, dass man uns als Lungenliga auch im Jura verankert weiss. Wir haben einen gut frequentierten Standort in dieser Region ausgewählt; das Spital in Saint-Imier.

Wir führten den Anlass am 30. Mai durch, an dem auch der «Welttag ohne Tabak» stattfindet.

Den Informationstag führten wir zusammen mit der Institution «Berner Gesundheit» und den Verantwortlichen der Prävention der Lungenliga Bern, Kathrin Lerch und Barbara Wehrli, durch.

*«Ziel war es, Angestellte, Lernende und Besucher auf unser Angebot von Lungenfunktionstests aufmerksam zu machen.»*

Dies gelang sehr gut, da wir den Clown Luftikus als Blickfang im Eingangsbereich aufstellten. Mit diesem «Gerät» kann man spielerisch die Lungenfunktion messen. Bei Grün ist alles normal. Falls sich herausstellte, dass jemand im «roten Bereich» war, boten wir zusätzlich eine professionelle Spirometrie an. Mit dem ausgedruckten Ergebnis konnte die Person anschliessend eine Konsultation bei einem Arzt erwägen.

An einem anderen Stand konnten sich die Interessierten den Gehalt des Kohlenmonoxids in der Atemluft auswerten lassen, dies als weiteres Indiz der Leistung der Lungenfunktion. Wer sich für einen Rauchstopp entschied, fand

beim Angebot der «Berner Gesundheit» viele Tipps und Möglichkeiten, die Motivation zu fördern, um dieses erstrebenswerte Ziel zu erreichen.

Attraktiv war an jenem Tag auch der Wettbewerb in Quizform zum Thema Rauchen. Zu gewinnen war ein Kinoeintritt. Über 80 Personen beantworteten die Fragen.

Dieser Informationstag war sehr erfolgreich, weil sich auch die Direktion des Spitals für die Durchführung des Präventionstages engagierte, uns die Eingangshalle dazu überliess und ihren Angestellten und Lernenden nahelegte, von diesem Angebot Gebrauch zu machen.

Patrizia Mariani  
Regionalstellenleiterin  
Biel – Berner Jura – Seeland

## Tradition bewahren und Neues bewegen

Die Region Berner Oberland war auch 2014 sehr aktiv im Organisieren und Anbieten von verschiedenen Anlässen, Kursen und Gruppenangeboten.



Roman Buss

Es ist uns wichtig, der Bevölkerung unsere Dienstleistungen aufzuzeigen und sie auf das Thema Gesundheit zu sensibilisieren. Unsere Regionalstelle kann auf eine lange Tradition und positive Werte zurückblicken sowie darauf aufbauen. Wir bieten den Patienten und Patientinnen ein möglichst optimales Produkt entsprechend ihren Bedürfnissen an, sei dies eine apparative Hilfe, Sozialberatung oder ein Kurs- und/oder Gruppenangebot mit dem Ziel, möglichst beschwerdefrei und selbstständig leben zu können.

Gerade durch unsere langjährigen Mitarbeitenden, aber ebenfalls durch junge, neue und innovative Mitarbeitende, welche die Region durch ihre bisherigen beruflichen Einsätze kennen, sind wir sehr gut vernetzt und stets be-

dacht, weitere Kontakte zu schaffen. Wir möchten nahe am Puls der Geschehnisse sein, dort aktiv mitmachen sowie neue Impulse aufnehmen, um noch kompetenter zu werden. Unsere Klientel soll weiterhin sehr zufrieden mit unserem Angebot sein.

Dazu gehören regionale Jahresmärkte, an denen wir zusammen mit dem Luftibus unser Angebot vorstellen durften (Interlaken, Wattenwil). Die kostenlosen Lungenfunktionstests, welche durch einen Pneumologen ausgewertet wurden, sind gerade in den Bergregionen auf viel Interesse gestossen. Wir werden zunehmend für Anlässe Alter+ angefragt. So waren dies die Info-Messe 60+ in Spiez und die Arbeitsgruppe 59+ von Därligen/Leissigen.

*«Unser diesjähriges Highlight war sicher der Didgeridoo-Workshop.»*

Ein Projekt, welches von unserem Studierenden Soziale Arbeit, Reto Eberhard, zusammen mit seiner Praxisausbilderin, lanciert wurde. Mithilfe dieses Instruments können Muskeln der oberen Atemwege gestärkt werden, was als alternative Behandlungsmethode gegen Schnarchen und leichte Schlafapnoe eingesetzt werden kann. Der Workshop war ein voller Erfolg.

Erneut gelungen war für uns der Seniorenmarkt vom 18. Oktober 2014 in Thun. Wir durften über die Lungenliga Bern informieren und gratis Lungenfunktionstests anbieten. Herzlichen Dank der Stadt Thun für die grosszügige Unterstützung!

Weitere Anlässe und Schulungen fanden zusammen mit der Fachstelle Prävention statt. So zum Beispiel die Veranstaltung «Rauchfreie Lehre» an der Schlossbergschule in Spiez oder im November die COPD-Schulungen am Spital Thun. Frau Dr. Lilian Junker und Herr Dr. Cyrus Meisels wünschten neu das Vorstellen unseres Angebots in den Bereichen Heimtherapie und Sozialberatung im Rahmen der ambulanten pulmonalen Rehabilitation des Spitals Thun. Dies durften wir bereits erfolgreich durchführen und auf Anschlusslösungen aufmerksam machen.

Bettina Crowe-Meichtry  
Regionalstellenleiterin  
Berner Oberland

## Berner Reha Zentrum und Lungenliga Bern – zwei starke Partner

Das Berner Reha Zentrum bietet als grösste Rehabilitationsklinik des Kantons Bern und eine der grössten Rehabilitationskliniken in der Schweiz in landschaftlich reizvoller Umgebung ganzheitliche Rehabilitation und medizinische Weiterbehandlung an.

*«Ziel der Rehabilitation ist die grösstmögliche Wiederherstellung der Gesundheit, Selbstständigkeit und Unabhängigkeit der Patientinnen und Patienten sowie eine nachhaltige Prävention.»*

Besonders geeignet sind unsere Rehabilitationsprogramme für Patientinnen und Patienten mit Lungenerkrankungen, unter anderem:

- Chronisch obstruktive Lungenerkrankung mit/ohne Lungenemphysem
- Ateminsuffizienz mit Sauerstoff-Langzeittherapie und/oder mit Beatmung zu Hause (Heimventilation)
- Asthma bronchiale
- Begleitung vor und nach Operationen an Lunge und Brustkorb (Lungenvolumenreduktionsoperationen, Tumoroperationen oder Lungentransplantationen)
- Lungengerüsterkrankungen wie Lungenfibrosen, Sarkoidose oder exogen allergische Alveolitis
- Tuberkulose
- Lungenhochdruck (pulmonal arterielle Hypertonie)

- Cystische Fibrose (Mukoviscidose)
- Thoraxwand- und Atemmuskulaturerkrankungen
- Verdacht auf Schlafapnoe-Syndrom
- Infektionen der Lunge oder Atemwege, z.B. Bronchiektasen

Durch fachärztliche Kompetenz in den Bereichen Herz-, Lungen-, Rheumatologische und Internistische Erkrankungen und der entsprechenden Infrastruktur (Labor- und Röntgendiagnostik, Herz- und Abdomen-Ultraschall, ausgebaute Herz- und Lungenfunktionsdiagnostik) eignet sich ein Rehabilitationsaufenthalt auch für Patientinnen und Patienten mit internistischen Begleiterkrankungen wie z.B. Osteoporose, Diabetes mellitus, koronarer Herzkrankheit oder entzündlichen Erkrankungen der Gelenke.

Nach vorhergehender Kostengutsprache bei der Krankenkasse (welche wir gerne für den betreuenden Hausarzt übernehmen) werden die Patientinnen und Patienten bei Rehabilitationseintritt ausführlich abgeklärt und ein entsprechender Therapieplan (Aufbau-, Atem-, Geh-, Muskeltraining, physikalische Therapien, Massagen, Patientenschulungen) wird erstellt. Vor Austritt aus der Rehabilitationsklinik erfolgt eine Überprüfung hinsichtlich der erreichten Ziele. Auch bei schwer kranken Patientinnen und Patienten können in der Regel die Leistungsfähigkeit gesteigert

und die Symptome gelindert werden. Den Rehabilitationserfolg unterstützt ganz sicher auch die ausgezeichnete Küche und der Gästeservice. Das Berner Reha Zentrum ist auch für seine Hotelleistungen bekannt und wurde von Schweiz Tourismus mit dem höchsten Qualitätslabel (Stufe 3) ausgezeichnet.

Für die Weiterbetreuung zu Hause pflegt das Berner Reha Zentrum seit Jahren eine intensive Zusammenarbeit mit der Lungenliga; sei es in der ambulanten Fortführung der Heimsauerstofftherapie oder in der Fortführung der Behandlung einer schlafbezogenen Atmungsstörung (CPAP) bzw. einer Ventilationsstörung (BIPAP). Die intensive Zusammenarbeit mit der Lungenliga wird auch im Jahr 2015 weiter intensiviert werden (Finanzierung der Mitbetreuung von Patientinnen und Patienten mit schlafbezogenen Atmungsstörungen bzw. Ventilationsstörungen während des stationären Rehabilitationsaufenthaltes durch Übernahme der Kosten einer 20-Prozent-Arbeitsstelle durch die Lungenliga).

Dr. med. Patrick Brun  
Chefarzt Pulmonale und Internistische Rehabilitation Berner Reha Zentrum Heiligenschwendli  
Mitglied des Vorstands Lungenliga Bern



# Lungenliga Bern

Lungenliga Bern  
Geschäftsstelle  
Chutzenstrasse 10  
3007 Bern  
Tel. 031 300 26 26  
Fax 031 300 26 25  
info@lungenliga-be.ch  
www.lungenliga-be.ch

PC-Konto 30-7820-7

## Regional- und Zweigstellen der Lungenliga Bern

### **Region Berner Oberland**

Lungenliga Bern  
Regionalstelle Berner Oberland  
Aarefeldstrasse 19  
Postfach 2373  
3601 Thun  
Tel. 033 224 04 44  
Fax 033 224 04 45  
rst.oberland@lungenliga-be.ch

Lungenliga Bern  
Zweigstelle Interlaken  
Bahnhofstrasse 5  
3800 Interlaken  
Tel. 033 822 91 19  
Fax 033 822 91 25  
bst.interlaken@lungenliga-be.ch

### **Region Emmental-Oberaargau**

Lungenliga Bern  
Regionalstelle Emmental-Oberaargau  
Bahnhofstrasse 43  
3400 Burgdorf  
Tel. 034 420 33 11  
Fax 034 420 33 19  
rst.burgdorf@lungenliga-be.ch

Lungenliga Bern  
Zweigstelle Konolfingen  
Kreuzplatz 4  
3510 Konolfingen  
Tel. 031 791 03 55  
Fax 031 791 25 56  
bst.konolfingen@lungenliga-be.ch

Lungenliga Bern  
Zweigstelle Langenthal  
Marktgasse 1  
4900 Langenthal  
Tel. 062 922 87 79  
Fax 062 922 88 63  
bst.langenthal@lungenliga-be.ch

Lungenliga Bern  
Zweigstelle Langnau  
Burgdorfstrasse 25  
3550 Langnau  
Tel. 034 402 12 60  
Fax 034 402 85 65  
bst.langnau@lungenliga-be.ch

### **Region Bern-Mittelland**

Lungenliga Bern  
Regionalstelle Bern-Mittelland  
Chutzenstrasse 10  
3007 Bern  
Tel. 031 381 74 14  
Fax 031 381 31 25  
rst.bern@lungenliga-be.ch

### **Region Biel – Berner Jura – Seeland**

Lungenliga Bern  
Regionalstelle  
Biel – Berner Jura – Seeland  
Bahnhofstrasse 2  
2502 Biel  
Tel. 032 322 24 29  
Fax 032 322 05 87  
rst.biel-bienne@lungenliga-be.ch



**LUNGENLIGA BERN**

**LIGUE PULMONAIRE BERNOISE**

