

**Zeitschrift:** Spitex Magazin : die Fachzeitschrift des Spitex Verbandes Schweiz  
**Herausgeber:** Spitex Verband Schweiz  
**Band:** - (2015)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Wenn die Verlegung Trauer auslöst  
**Autor:** Wenger, Susanne  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-822997>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 29.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



Bild: Susanne Wenger

**«Das Verlassen des eigenen  
Zuhause ist ein kritisches  
Lebensereignis.»**

## Wenn die Verlegung Trauer auslöst

Manche ältere und kranke Menschen reagieren auf den Wechsel des Pflegeortes mit grossem Stress. Pflegende können mithelfen, das sogenannte Relokationssyndrom zu mildern.

Jahrzehntlang wohnt Herr S. im gleichen Haus im kleinen Dorf. Verlässt er dieses für einen Ausflug, plagt ihn sogleich das Heimweh. Nach dem Tod der Ehefrau wird der Hochbetagte von der Spitex versorgt, auch die Töchter und der Sohn unterstützen ihn. Wegen zunehmender Gebrechlichkeit und einer Parkinson-Erkrankung muss er zuletzt ins einige Kilometer entfernte Pflegeheim ziehen. Es ist, mit 93 Jahren, der erste Gemeindefwechsel in seinem Leben. Kein Jahr später stirbt Herr S. im Heim.

Die alte Frau Z., der es gesundheitlich vergleichsweise gut geht, stürzt unglücklich und muss sich in Spitalpflege begeben. Danach ist es ihr nicht mehr möglich, in ihre Stadtwohnung im 4. Stock in einem Haus ohne Lift zurückzukehren. Sie übersiedelt in ein nahes Pflegeheim.

Übergänge wie diese sind nicht einfach. «Das Verlassen des eigenen Zuhause ist ein kritisches Lebensereignis», stellt die Basler Pflegefachfrau und Gerontologin Cécile Wittensöldner fest. Der Ort des Lebens habe für den Menschen existenzielle Bedeutung. Beim Auszug müsse Vertrautes zurückgelassen werden: Möbelstücke, Kleider, Nachbarn sowie Gefühle von Geborgenheit, Verwurzelung und Sicherheit. Gleichzeitig gelte es, sich am neuen Ort einzuleben und sich unter fremden Menschen an neue Gegebenheiten anzupassen. Der Abschiedsschmerz und die Trauer über den Umgebungswechsel können so gross sein, dass sie den Gesundheitszustand und den Krankheitsverlauf der Betroffenen beeinflussen. Dieses Leiden ist in einer Pflegediagnose erfasst: Relokationssyndrom (siehe Kasten). Das Syndrom kann nicht nur beim Wechsel ins Heim auftreten, sondern auch, wenn jemand innerhalb einer Pflegeinstitution oder von einer Einrichtung in die andere verlegt wird.

### Müde von der Odyssee

In der letzten Lebensphase seien die Lebensorte älterer Menschen oft durch medizinische, rehabilitative oder pflegerische Ziele vorgegeben, sagt Wittensöldner: «Sie selber verlieren ein Stück weit ihren Einfluss darauf.» Die Mechanik des Gesundheitswesens befördert die Menschen immer rascher von einem Ort zum anderen, gerade auch unter den Bedingungen erhöhten Kosten- und Zeitdrucks. Diese Odyssee kann Menschen überfordern und erschöpfen, nicht nur Alte, sondern auch Jüngere. Die Stresssymptome seien unterschiedlich, je nach Situation und Vorgeschichte der Betroffenen, weiss Wittensöldner. Sie beschäftigte sich als eine der Ersten in der Schweiz mit dem Relokationssyndrom und hat viel Erfahrung mit Menschen in Übertrittssituationen. Bevor sie pensioniert wurde, arbeitete die heute 67-jährige als Gerontologin auf der «Passerelle» des Basler Felix-Platter-Spitals, einer Bettenabteilung für ältere Menschen zwischen Spitalaufenthalt und Eintritt ins Heim.

Wichtige Erkennungszeichen für ein Relokationssyndrom sind Angst, Zorn, Unsicherheit, Depression, Einsamkeit und – vor allem bei älteren Menschen – zunehmende Desorientierung. Auch Unruhe, Rückzug, verändertes Essverhalten, Schlafstörungen, feindseliges Verhalten und Schimpftiraden können auf das Syndrom hinweisen. Manchmal drückt sich das Leiden zudem in körperlichen Beschwerden aus: in plötzlich auftretender Inkontinenz, Gewichtsveränderungen, Magen-Darm-Störungen.

### «Nur mit den Füssen voran»

Erschwerend kommt hinzu: Der Umzug ins Pflegeheim erfolgt für Betagte oft unvermittelt, nach einem einschneidenden gesundheitlichen Ereignis. Und er erfolgt oft unfreiwillig. «Meine Wohnung verlasse ich nur mit den

## Wenn die Treppe zum Lift wird

Wer möchte nicht im eigenen, vertrauten Haus alt werden und dabei unabhängig sowie mobil bleiben? Im dritten Lebensabschnitt werden Treppen – gerade im eigenen Haus – häufig zum Hindernis. Das ist aber kein Grund, die vertrauten vier Wände zu verlassen.

Ein Treppenlift steigert die Lebensqualität spürbar und hilft mit, die Phase der Selbstständigkeit deutlich zu verlängern. Und: Einbau, Bedienung sowie Unterhalt sind einfach und unkompliziert.



### Vorteilhaft und erschwinglich

Ein Beispiel: Vor wenigen Monaten hat die Rigert AG einen Treppenlift bei Herrn Müller eingebaut. Eine schwere Arthrose liess seine Welt aus den Fugen geraten. Herr Müllers Kniegelenk musste durch eine Teilprothese ersetzt werden. Jetzt ist er wieder zu Hause. Selbstständig und sicher – dank dem Treppenlift.



Rigert AG · Treppenlifte · Fännring 2 · 6403 Küssnacht am Rigi SZ  
T 041 854 20 10 · info@rigert.ch · www.rigert.ch

**AMS**  
All Mobile Service AG

*Dabei sein und von exklusiven Vorteilen profitieren*

- ✓ Das staub- und wasserdichte Samsung XCover 3 zu Spitex Tarifen
- ✓ persönliche und individuelle Beratung bei Ihrer Abonnement- und Gerätewahl
- ✓ Schnelle Unterstützung bei Fragen
- ✓ langfristige und persönliche Kundenbetreuung



AMS All Mobile Service AG  
Technikumstrasse 59  
8400 Winterthur  
Tel. +41 52 212 50 00  
info@ams.ch  
www.ams.ch



**Salt.** SAMSUNG  
BUSINESS

Füssen voran» oder: «Es wäre schon noch gegangen daheim» – solche vielfach gehörten Aussagen zeigten, wie unvorbereitet manche auf den Wechsel seien, sagt die Expertin. Demenzkranken falle es zudem schwer, die Zusammenhänge zu erfassen: «Sie realisieren nicht, dass sie schon monate- oder jahrelang auf Unterstützung durch Angehörige angewiesen waren.» Um dem Relokationssyndrom vorzubeugen oder es zu mildern, komme der Pflege eine zentrale Rolle zu, sagt Wittensöldner. Denn oft obliege es der Pflege, Verlegungen vorzubereiten oder zu koordinieren. Wittensöldner findet es «wichtig, die Pflegenden noch stärker für dieses Thema zu sensibilisieren». Es gehe darum, Stressgefährdete zu erkennen und Menschen, die unter dem Relokationssyndrom leiden, mit gezielten Interventionen zu entlasten.

Wenn sich ein Wechsel ins Pflegeheim abzeichne, könne die Spitex Klienten und Angehörigen im Gespräch ermöglichen, sich mit dem zukünftigen Lebensort zu befassen, sagt die Fachfrau. Das helfe schon viel. Ein vorgängiger Besuch im Pflegeheim, auf der Palliativstation oder im Hospiz trage dazu bei, Kontakt mit der neuen Umgebung aufzunehmen und Ängste abzubauen. Hilfreich sei es, gemeinsam mit den Angehörigen den Koffer zu packen, als bewusste Vorbereitung auf den Umzug. Oft sei es zudem ratsam, die bisherige Situation anzusprechen: «Viele Ehepaare haben sich gegenseitige Pflege bis zum Tod versprochen.» Wenn nun trotzdem ein Übertritt ins Heim nötig werde, könne dies zu Vorwürfen und Schuldgefühlen führen. Die professionelle Pflegefachperson könne solches besser thematisieren, sagt Wittensöldner. Auch die Möglichkeit einer Patientenverfügung oder eines Vorsorgeauftrags könne erwähnt werden. Nach dem Ortswechsel benötigten Betroffene und Angehörige Orientierung durch die Pflegenden, in Form einer unterstützenden, beratenden Beziehung. Betagte bräuchten eine ruhige Atmosphäre und Zeit, um sich von den Strapazen des Umzugs zu erholen.

### Kein «Plätzchen» – ein Lebensort

Cécile Wittensöldner rät allen Pflegenden, auf die Sprache zu achten. Oft sagten Angehörige oder Pflegende der vor dem Übertritt ins Heim stehenden Person, man suche nun «ein gutes Plätzchen» für sie. Darauf reagiert die Fachfrau allergisch: «Eine Katze mag ein Plätzchen haben, ein Mensch hingegen ist unterwegs zu einem neuen Lebensort.» Das Relokationssyndrom betreffe mehr als den äusserlichen Umzug. Es gehe auch um innere Prozesse. Jeder Ortswechsel sei für den alten oder kranken Menschen ein «Entzug der erlebten Beheimatung», nach der wir uns alle sehnten. Auch mit der Endlichkeit des Lebens sei man kon-

frontiert – was viele bis dahin erfolgreich verdrängt hätten: «Es sterben halt immer nur die anderen.» Doch bis ins hohe Alter könnten wir uns weiterentwickeln und dazulernen, weiss die Gerontologin, die heute noch Menschen begleitet: «Der Mensch ist ein Wanderer bis zuletzt.» Die meisten hätten in ihrem Leben schon früher Übergänge und Brüche gemeistert. Eine zugewandte Umgebung am neuen Pflege- und Betreuungsort könne helfen, das «innere Zuhause» wiederzufinden, unabhängig von den Umständen. Cécile Wittensöldner zitiert den Dichter Christian Morgenstern: «Nicht da ist man daheim, wo man seinen Wohnsitz hat, sondern da, wo man verstanden wird.»

Susanne Wenger

Cécile Wittensöldner: Relokationssyndrom – Vom Unterwegs-Sein zum Ort des Abschiednehmens im Alter, in: Lehrbuch Palliative Care, 3. Auflage, Huber Verlag, Bern 2015

## «Der Mensch ist ein Wanderer bis zuletzt.»

### Das Relokationssyndrom

Das Relokationssyndrom oder Verlegungsstress-Syndrom ist eine Pflegediagnose, die von der NANDA (North American Nursing Diagnosis Association) bereits 1992 anerkannt wurde. Sie bezeichnet physiologische und/oder psychosoziale Störungen bei einem Wechsel von einer Umgebung in die andere. «Relocare» bedeutet vom lateinischen Wortstamm her, etwas wieder an seinen Platz zu bringen. Bestimmende Merkmale sind: Entfremdung, Depression, Angst, Schlafstörungen, Rückzugsverhalten, Zorn, Identitäts- und Selbstwertverlust, zunehmende körperliche Beschwerden, Besorgnis, Pessimismus. Fehlende Beratung und Unterstützung, ein passives Bewältigungsverhalten, Gefühle der Machtlosigkeit oder negative Erfahrungen aus früheren Verlegungen können das Syndrom verstärken.