

«Das Pflegeheim kommt noch früh genug»

Kurz nach ihrer Ausbildung zur Krankenschwester hat Margrit Aebersold eine Diagnose erhalten, die ihr junges Leben verändert hat: Multiple Sklerose. Dank einem Plattformlift und vielen anderen Hilfsmitteln kann sie heute noch zu Hause wohnen. Da ist sie am liebsten.

Multiple Sklerose

Multiple Sklerose (MS) ist eine chronisch entzündliche, nicht ansteckende Erkrankung des zentralen Nervensystems. Sie kann das gesamte Gehirn und Rückenmark betreffen. Bei MS zerstört das Immunsystem Teile der Nervenfasern, die Impulse weiterleiten, und Nervenzellen. Die Patient/innen haben Lähmungserscheinungen, können die Muskeln nicht mehr richtig koordinieren, das Nervensystem kann Sinnessignale nicht richtig weitergeben. Die Erkrankung und ihr Verlauf sind sehr individuell. Laut der Schweizerischen Multiple Sklerose Gesellschaft sind in der Schweiz rund 15 000 Menschen betroffen. Jeden Tag erhält eine Person die Diagnose. MS verläuft meistens in Schüben und ist nicht heilbar. Dank Medikamenten lässt sich der Verlauf bremsen oder abschwächen.

Margrit Aebersold ist in einer Bauernfamilie im Kanton Bern aufgewachsen. Als junge Frau führte sie ihr Weg ins Berner Oberland, nach Thun, wo sie an der Krankenpflegeschule die Ausbildung zur Krankenschwester absolvierte. Dass sie einmal selbst Pflege durch andere brauchen würde, ahnte sie damals nicht. Im Gegenteil, sie war das blühende Leben: Velo- und Skifahren, Wandern und Bergsteigen zählten in der Freizeit zu ihren Passionen. Bei der Bärenpfad-Wanderung auf dem Niederhorn schlug dann auch die Liebe ein. Dort lernte Margrit Aebersold ihren zukünftigen Mann Heinz kennen.

Mit 23 Jahren folgte die Diagnose

Im Jahr 1981 verbrachte sie nach ihrer Ausbildung fünf Monate in Brighton in England. Während ihres Aufenthalts traten sie plötzlich auf: Sensibilitäts- und Gehstörungen, Kribbeln in den Fingern – erste Symptome der Multiplen Sklerose (MS). Da war Margrit Aebersold 23 Jahre alt. «Sie haben Glück, in der Schweiz gibt es

gute Ärzte», erinnert sie sich an die Worte des englischen Arztes.

Das junge Paar arrangierte sich, so gut es ging, mit der Situation und der Diagnose und hielt zusammen. Sie heirateten, bezogen 1985 ihr Eigenheim im Kanton Aargau und bekamen einen Sohn. «Die Schübe, die Ungewissheit – es war ein Auf und Ab, obwohl mein Verlauf langsam vorangeschritten ist», erzählt Margrit Aebersold. Die junge Familie blieb sportlich aktiv, doch: «Bei einem Skiurlaub in Müren wusste ich, dass das meine letzte Abfahrt sein würde», so Frau Aebersold.

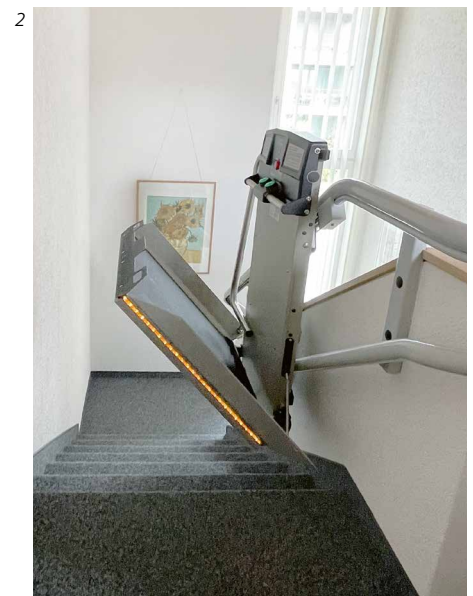
Selbstständiger und mobiler dank Plattformlift

Die heute 63-jährige Frau hat von jeher einen enormen Willen. «Ich wollte immer arbeiten», sagt sie. Doch im Jahr 1995 musste sie ihre Arbeit als Nachschwester in einer Rheumaklinik aufgeben. Zu gross wurde das Risiko für sie und die Patient/innen. «Dieser Schritt war schwer für mich», erzählt sie weiter. Stillsitzen lag trotzdem nicht drin. Margrit Aebersold engagierte sich

Bild 1: Margrit Aebersold kann mit ihrer rechten Hand den Plattformlift selbstständig bedienen und sich so über drei Stockwerke bewegen.

Bild 2: Nach Gebrauch klappt sich die Plattform automatisch zusammen – das spart Platz auf der Treppe.

Bild 3: Die Terrasse und der Garten sind ihre Oasen – den Zugang hat das Paar barrierefrei umgebaut, die Terrasse für das Nutzen mit dem Rollstuhl erweitert.



in Organisationen der MS-Hilfe, führte eine Selbsthilfegruppe und machte den ganzen Haushalt. Kochen, waschen, putzen – über drei Stockwerke hinweg.

Als erstes Hilfsmittel kaufte sie sich Gehstöcke. Doch die reichten bald nicht mehr aus. Im Jahr 2002 folgte der Treppenlift, damit sie noch möglichst lange ihre Arbeiten zu Hause ausführen konnte. Der Plattformlift mit Sitz führt vom Keller in den ersten Stock. Wegen der Wände waren bauliche Anpassungen nötig.

Weitere Hilfsmittel und Umbauten

Weitere Hilfsmittel folgten. Einige zahlten die Eheleute selbst, bei anderen beriet sie die SAHB. 2002 erhielt Margrit Aebersold ein Elektrodreirad, damit sie sich in der Ortschaft bewegen oder Ausflüge machen konnte. Ein Rollator schützte Frau Aebersold ab 2007 zu Hause gegen Stürze, später folgen ein Rollstuhl sowie ein angepasstes Auto. Dieses ist mit einer Rampe und der Beifahrersitz mit einem Turny ausgestattet. «Der Schwenksitz erleichtert mir den Transfer meiner Frau vom Auto in den Rollstuhl sehr», erzählt Heinz Aebersold.

Das Paar baute auch das Haus um. Das Badezimmer gestalteten die beiden barrierefrei mit einer begehbaren Dusche mit Duschhocker, einem Dusch-WC und einem unterfahrbaren Lavabo. Zudem erweiterten sie die Terrasse und bauten eine barrierefreie Terrassentüre ein. «Es bringt mir extrem viel, dass ich mit dem Rollstuhl auf die Terrasse fahren kann», erzählt Margrit Aebersold und sagt weiter: «Zum Glück hat unser

Haus keine Schwellen.» Weitere Anpassungen haben sich deshalb erübrigt.

Neuer Lift in Sicht

Heute ist Margrit Aebersolds linke Körperhälfte weitgehend gelähmt, weshalb sie fast nichts mehr selbst machen kann. Zweimal pro Woche kommt eine private Assistenzperson, putzt und kocht. «Das entlastet mich ein wenig», erzählt Heinz Aebersold. Zudem kommt montags bis freitags am Morgen die Spitex für die Körperpflege. «Den Oberkörper kann ich noch selbst waschen, für alles andere brauche ich Hilfe», führt Frau Aebersold aus. Am Wochenende kümmert sich Herr Aebersold um seine Frau.

Zurück zum Treppenlift. Mit dem in die Jahre gekommenen Lift erlebten die beiden so einige Abenteuer. Ausfälle und Reparaturen häuften sich. Im Jahr 2018 riss das Seil, an dem die Plattform befestigt war. «Es ist nichts passiert, der Lift hat blockiert und ist stehen geblieben», sagt Frau Aebersold. Einmal mehr hievte ihr Mann sie Stufe um Stufe und aus eigener Kraft auf sicheren Boden. Umso glücklicher war das Paar, als es 2020 nach einer Gesetzesänderung einen neuen Plattformlift beantragen konnte (siehe Artikel «Beratung»). «Die Hilfsmittel erleichtern uns alles, auch berät uns die SAHB immer sehr gut», führt Margrit Aebersold dankbar aus.

Mehr Lebensqualität dank dem barrierefreien Zuhause

«Unser Haus ist jetzt perfekt barrierefrei eingerichtet», freut sie sich. Denn zu Hause ist sie am liebsten. «Das Pflegeheim kommt noch früh genug, und das

macht mir Angst.» Die beiden sind sehr froh, dass Margrit Aebersold zu Hause leben kann. So kann sie sich innerhalb eines gewissen Rahmens frei bewegen. Den Transfer vom Rollstuhl auf den höhenverstellbaren Sessel im Wohnzimmer schafft sie noch allein. Dort liest sie gerne. An warmen Tagen ist sie gerne auf der Terrasse und im Garten.

Grössere Reisen plant sie nicht mehr. Zuletzt war das Paar vor einigen Jahren auf einer Donaureise von Passau nach Budapest. «Wir haben fast die Abfahrt verpasst, weil wir den Autoschlüssel nicht gefunden haben», erinnert sie sich. Dieser lag in ihrem Schuh, aber sie konnte ihn nicht spüren. Im letzten Moment haben sie es auf das Schiff geschafft. Heute ist Frau Aebersold glücklich, wenn die Enkelkinder und der Familienhund zu Besuch kommen. Oder wenn das Paar ein Wochenende im selbst umgebauten Haus des Grossvaters im Berner Oberland auf fast 900 Metern über Meer verbringt. Dieses ist zwar nicht barrierefrei, aber, so Heinz Aebersold: «Solange ich meine Frau aus eigener Kraft transferieren kann, geniessen wir dort oben die Ruhe und die wunderbare Aussicht auf die Berner Alpen.» Das wird hoffentlich noch lange der Fall sein. Denn das hat dieses Paar, bei dem man den Zusammenhalt spüren kann, verdient.

