



Stadthospital Triemli Zürich  
Birmensdorferstrasse 497  
8063 Zürich  
Telefon 044 416 11 11  
[www.triemli.ch](http://www.triemli.ch)

Eine Dienstabteilung des Gesundheits- und Umweltdepartements der Stadt Zürich

# Unser Triemli

Das Magazin zum Jahresbericht





«Mein Zürich» bietet eine verlässliche Gesundheitsversorgung, die für alle da und zahlbar ist.»

Stadträtin Dr. Claudia Nielsen, Vorsteherin des Gesundheits- und Umweltdepartements

**Impressum**

Herausgeber: Stadtspital Triemli Zürich  
 Projektleitung: Unternehmenskommunikation  
 Konzept und Gestaltung: KSP Krieg Schlupp Partner Werbeagentur, Zürich  
 Interviews und Texte: Sugimoto Consulting, Zürich  
 Fotografie Porträts: Mirjam Kluka, Zürich  
 Fotografie Bettenhaus: Jürg Waldmeier, Zürich  
 Druck: Neidhart + Schön AG, Zürich  
 Papier: Cocoon Offset FSC-Recycling  
 Das Magazin ist Teil des Jahresberichts 2015  
 © 2016 Stadtspital Triemli, Zürich

- 3 Editorial**  
Stadträtin Dr. Claudia Nielsen über «ihre Stadt» und das Stadtspital Triemli
- 4 Patientinnen- und Patientengeschichten**  
Zehn Menschen erzählen von persönlichen Erfahrungen mit «ihrem Triemli»
- 30 Dr. Erwin Carigiet**  
Der Spitaldirektor über den Service Public und die Zürcher Gesundheitsversorgung
- 34 Spitalleitung**  
Wer das Stadtspital Triemli leitet
- 36 Neues Bettenhaus**  
Einblicke in die Entstehung des Neubaus und Fakten dazu
- 38 Über das Stadtspital Triemli**

## Liebe Leserin, lieber Leser

«Mein Zürich». In Zürich fahre ich am liebsten Velo. Sei es zur Arbeit in mein Büro an die Walchestrasse, von einem Termin zum anderen oder unterwegs zu Freundinnen und Freunden. Auf dem Velo bin ich nicht nur flexibel, ich komme zudem auch schnell voran. Auf dem Velo erlebe ich Zürich oft aus einer anderen Perspektive. Ich entdecke Wege abseits der Hauptstrassen und finde in meiner Stadt immer wieder etwas Neues: neue Geschäfte, neue Restaurants, neue Trends oder Plätze, die sich im Laufe der Zeit verändert haben. Dazu gehört der Bullingerplatz im Kreis 4. Früher eine lärmige Verkehrsdrehscheibe voller Lastwagen, heute ein Treffpunkt im Quartier für Jung und Alt mit Brunnen, Café und sogar mit Urban Gardening.

Auf dem Velo mache ich in Zürich, wenn auch selten, auch weniger erfreuliche Erfahrungen. Etwa wenn sich eine Autotür unvermittelt öffnet oder ein Velofahrer von einem Trottoir gerast kommt. Vor zwei Jahren bin ich aus Konzentrationsmangel gestürzt; damals war ich froh, dass Zürich nicht nur eine schöne Stadt ist, sondern auch eine gute Gesundheitsversorgung bietet. Wie bei der Gesundheit selber, so ist es auch bei einer guten Gesundheitsversorgung: Richtig zu schätzen weiss man sie meistens erst dann, wenn man sie braucht. Wir hier in Zürich haben das Privileg, auf eine gut ausgebaute und vernetzte Gesundheitsversorgung zählen zu können. Für diese bin ich dankbar und der Einsatz dafür treibt mich an. Das Stadtspital Triemli ist ein wichtiger Teil dieser Gesundheitsversorgung. Patientinnen und Patienten, die mit Sorgen und Ängsten ins Triemli kommen, finden hier optimale Bedingungen und fachgerechte Pflege. Sie sind hier in den besten Händen und damit am richtigen Ort, in «ihrem Triemli». Die zahlreichen Geschichten von Patientinnen und Patienten in diesem Magazin zeigen es: Im Stadtspital Triemli steht der Mensch im Mittelpunkt und wird umfassend betreut.

Auch das neue Bettenhaus ist von Anfang an so konzipiert worden, dass es konsequent auf die Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten sowie der Mitarbeitenden ausgerichtet ist. Auch die Arbeitsabläufe sind so geplant, dass sowohl die Pflegenden als auch die Ärztinnen und Ärzte zur Patientin und zum Patienten kommen – nicht umgekehrt.

**Stadträtin Claudia Nielsen**  
 Vorsteherin des Gesundheits- und Umweltdepartements





«Ich selbst bin noch nie für eine Behandlung im Triemli gewesen. Aber von meiner Oma hab ich mich dort verabschiedet.»

Olivija Omaljev auf dem Käferberg



«In Zürich gibt es die besten Ärzte, aber im Thurgau die besten Äpfel. Deshalb bringe ich immer wieder welche im Triemli vorbei.»

Walter Fröhlich an der Uetlibergbahn





«Ein beeindruckendes Spital – ich finde es faszinierend, wie bei diesen Ausmassen alles ineinandergreift.»

Maria Kremer am Viadukt

## Max weiss, was er will

**Im Mai 2015 bringt Maria Kremer einen gesunden Jungen zur Welt. Während der Schwangerschaft durchläuft sie Hochs und Tiefs. Denn diese begann bald nach der anspruchsvollen operativen Entfernung einer übergrossen Wucherung aus ihrer Gebärmuttermuskulatur. Dank naher Begleitung verläuft die Schwangerschaft ohne weitere Komplikationen.**

Max ist heute zehn Monate alt. Seit Kurzem besucht er die Krippe. Er krabbelt, spielt und hält Maria Kremer auf Trab, genau wie es sich gehört. Für seine Eltern ist er ein grosses Geschenk. «Er ist ein richtiger Sonnenschein», strahlt seine Mutter. «Ich hatte eine schöne und beschwerdefreie Schwangerschaft», erinnert sie sich. Ihr Glück ist perfekt, aber keine Selbstverständlichkeit. Denn es hätte auch anders kommen können.

### Eine schwierige Entscheidung

Im Frühling 2011 plagten Maria Kremer leichte Beschwerden im Unterleib. Die damals 30-Jährige hat ein ungutes Gefühl und sucht ihre Frauenärztin in Zürich auf. Diese entdeckt eine gutartige Geschwulst in der Muskelschicht der Gebärmutter, ein sogenanntes Myom. Die Ärztin weist Maria Kremer darauf hin, dass die Wucherung bei einer Schwangerschaft Probleme verursachen oder sie sogar verhindern könnte. «Das war schon etwas, das ich mal so richtig sacken lassen musste», erinnert sich Maria Kremer nachdenklich. «Ich hatte nie konkrete Vorstellungen, wie viele Kinder ich haben wollte oder ob überhaupt. Die Möglichkeit, Kinder zu bekommen, nimmt man als Frau als gegeben hin», führt sie weiter aus. «Wenn es diese Option auf einmal nicht mehr gebe, wäre das für mich schon hart.» An diesen Neuigkeiten hat Maria Kremer zu beissen. Sie muss sich entscheiden: Soll das Myom entfernt werden oder nicht? Die Operation birgt nämlich Gefahren wie spätere Kinderlosigkeit, Fehlgeburten oder starke Blutungen. Sie holt weitere Meinungen bei verschiedenen Ärztinnen und Ärzten ein. Zusammen mit ihrer Gynäkologin entscheidet sie sich zunächst gegen eine Operation, denn eine Schwangerschaft sei trotz Myom auch möglich. In den darauffolgenden Monaten und Jahren verstärken sich die Beschwerden jedoch deutlich. Immer wieder löst die Wucherung starke Schmerzen aus. Das verunsichert. «Schliesslich habe ich mich doch für eine Operation entschieden», erzählt sie.

### Der Eingriff

Im April 2014 entfernt Dr. med. Natalie Gabriel, Leitende Ärztin in der Frauenklinik des Stadtspitals Triemli, die Geschwulst chirurgisch. Den Entscheid

fürs Triemli habe Maria Kremers Gynäkologin gefällt, da diese von den Ärztinnen und Ärzten dort und deren Kompetenz für einen solchen Fall überzeugt war. Erst während des Eingriffs kommt die wirkliche Grösse des Myoms zutage. Es wiegt ein ganzes Kilogramm, «wie eine Packung Mehl», erklärt Maria Kremer immer noch sichtlich überrascht. «Das Myom war offensichtlich stark gewachsen, sodass die Gebärmutter für seine Entfernung vollständig geöffnet werden musste.»

Nach vier Tagen stationärem Aufenthalt im Stadtspital bleibt sie weitere vier Wochen krankgeschrieben. Maria Kremer darf sich nur wenig bewegen. Sie braucht Geduld, bis sie wieder bei Kräften ist. Der vollständige Genesungsprozess jedoch dauert sehr viel länger. «Die Ärztinnen und Ärzte der Frauenklinik haben mich behutsam darauf hingewiesen, innert Jahresfrist besser nicht schwanger zu werden», erinnert sie sich. Denn in der Gebärmutter bleibe eine grosse Narbe zurück. Diese müsse gut verheilen, um der Belastung bei einer allfälligen Schwangerschaft standzuhalten. Zudem wäre in diesem Fall prinzipiell ein Kaiserschnitt notwendig. Zu diesem Zeitpunkt denkt Maria Kremer allerdings noch nicht ans Kinderkriegen. Sie ist zufrieden. Ihr ist wichtig, dass der Entscheid gefällt und die Operation überstanden ist.

«Die Möglichkeit, Kinder zu bekommen, nimmt man als Frau als gegeben hin.»

### Die grosse Überraschung

Nur wenige Monate später ist Maria Kremer plötzlich schwanger. Das Glück hat eingeschlagen. Oder doch nicht? Sogleich wendet sie sich mit der frohen Botschaft an ihre behandelnden Ärztinnen und Ärzte im Triemli. «Das war zunächst einmal ein grosses «Huch», lacht sie. Zur Sicherheit von Frau Kremer wurden so-



fort Termine angesetzt und Untersuchungen durchgeführt. Das Risiko für Kind und Mutter sei schwer einzuschätzen. Alles wäre möglich, zum Beispiel, dass sich die Eizelle aufgrund der operativ bedingten Vernarbung nicht richtig einnisten kann. Verschiedene Szenarien stehen im Raum. Eines davon ist aber auch ganz klar eine vollkommen beschwerdefreie Schwangerschaft. Dem Team in der Frauenklinik liegt es am Herzen, Maria Kremer richtig abzuholen und sie über alle Risiken aufzuklären. «Ich fühlte mich sehr umfassend informiert», betont sie. «Intellektuell hatte ich alles verstanden, gefühlsmässig war es für mich schlicht unmöglich, die Informationen einzuordnen.» Gemeinsam mit ihrem Partner und dem Ärzteteam stufen sie die Risiken als vertretbar ein. Maria Kremer zieht die Schwangerschaft durch. Die nahe Begleitung durch die Mitarbeitenden im Triemli gibt ihr Sicherheit.

#### Ein gesunder Wonnepropfen

Maximilian Kremer kommt wie geplant per Kaiserschnitt zur Welt. Der Säugling ist kräftig und gesund. Er wird jedoch vorsorglich auf die Neonatologie verlegt. «Max hatte etwas Probleme mit der Atmung», erzählt Maria Kremer. Das könne bei Kaiserschnitt-Geburten vorkommen, man nenne das Phänomen eine «feuchte Lunge». Am dritten Tag nach dem Kaiserschnitt darf sie bereits nach Hause. Max muss zur Beobachtung noch etwas bleiben. «Es war seltsam, Max zunächst nicht mitnehmen zu können», erinnert sie sich. «Ein etwas holpriger Start, gefühlsmässig waren wir schon zu dritt, aber zuhause doch nur zu zweit.»

Die Abende verbringt die junge Familie gemeinsam in der Neonatologie. «Es hatte etwas unglaublich Friedliches», beschreibt Maria Kremer die Ruhe in den Abendstunden. «Die Pflegefachpersonen schaffen es auf eine gute Art, die Eltern zu führen und zu beruhigen. Das empfand ich als extrem positiv.»

Schon bald stellt sich auch in der Neonatologie Schritt für Schritt die gewünschte Routine ein: Stillen, Wickeln, Schlafen. Für Maria Kremer ist es trotz aller Freude eine schwierige Zeit. «Die Tatsache, dass ich den Kleinen nicht mit nach Hause nehmen konnte, liess mich schon mal die eine oder andere Träne verdrücken», gesteht sie. Eine grosse Hilfe ist in diesen Tagen das aufmerksame Pflegepersonal. «Alle waren so fürsorglich», betont sie. «Sie haben sich für mich Zeit genommen, sich zu mir gesetzt und nachgefragt, ob sie mir noch etwas Gutes tun können. Das war toll. In dieser Situation brauchte es jemanden, der einem

sagt, dass alles wieder gut kommt.» Auch die postnatalen Veränderungen im Hormonhaushalt machen ihr zu schaffen. Während der Schwangerschaft noch auf Wolke sieben, hat sie nach der Geburt ein heftiges Stimmungstief. «Es hat mich schon ziemlich erwischt», meint Maria Kremer. «Ich wusste nicht, dass es so heftig sein kann.» Nach zwei Wochen kommt der erhoffte Entscheid: Max darf endlich nach Hause.

Nach einer Weile findet Maria Kremer wieder zu sich. Sieben Monate bleibt sie mit ihrem Sohn zu Hause. Sie geniesst diese Zeit. Die neue Rolle als Mutter sagt ihr zu.

#### Zwei prägende Spitalaufenthalte

Rückblickend ist Maria Kremer froh, konnte sie sich immer auf alle Beteiligten verlassen. Sie ist dankbar über den Entscheid ihrer Gynäkologin, sie ins Triemli zu überweisen. Dabei wurden alle Beteiligten an einen Tisch gebracht, um die besten Behandlungsmöglichkeiten zu besprechen. «Ich fühlte mich im Triemli sofort wohl, kompetent beraten und gut aufgehoben», erzählt Maria Kremer. «Die Pflegenden waren nett, sehr nett.» Maria Kremer ist zum ersten Mal stationär im Spital und entsprechend beeindruckt, wie unmittelbar man mit anderen, teils schweren Schicksalen konfrontiert wird. «Das war für mich prägend», sagt sie leise.

Auch die Grösse des Triemlis imponiert ihr. «Ein beeindruckendes Spital – ich finde es faszinierend, wie bei diesen Ausmassen alles ineinandergreift. Die Zusammenarbeit des Personals, dass alle Informationen immer dorthin gelangen, wo sie hingehören. Es fällt auf, dass alles sehr ruhig abläuft. Alle arbeiten Hand in Hand, auch im Operationssaal. Während des Kaiserschnitts waren acht bis zehn Menschen um mich herum und alles lief wie geschmiert – ohne jede Hektik. Das Spital hat dennoch genau die richtige Grösse, bei der dieses Miteinander noch persönlich bleibt», führt sie weiter aus. Für Maria Kremer kommt es exakt auf

«Die Pflegenden waren nett, sehr nett.»

diese Qualität an. Modernste Technik ist wichtig, aber noch viel wichtiger sind die Menschen und die Art, wie sie untereinander und mit den Patientinnen und Patienten umgehen. Die Zusammenarbeit stimmt, Besucherinnen und Besucher sind willkommen und «es ist alles rundgelaufen.»



Max hält Maria Kremer heute auf Trab und ist ein richtiger Sonnenschein

«Er hat ganz schön seinen eigenen Kopf.»

#### Zürich, eine kindergerechte Umgebung

Maria Kremer stammt gebürtig aus Hannover und lebte schon in Berlin und Dublin. Seit neun Jahren ist Zürich ihr Zuhause. Hierhergekommen ist sie nach ihrem Auslandsstudium. Heute lebt und arbeitet sie im Kreis 5. «Das ist ganz praktisch», schwärmt sie, «im Quartier gibt es viele Familien mit kleinen Kindern, was toll ist.» Auch die kulturelle Mischung und das Nebeneinander von Alt und Neu im ehemaligen Industriequartier faszinieren sie. Vor Augen hat Maria Kremer dabei die neue Ladenkultur in den alten Viaduktbögen. «Es passiert was hier», sagt sie. Seit sie eine kleine Familie sind, geht sie nicht mehr so oft aus. Passt es trotzdem einmal, mag sie besonders das Programm im Schauspielhaus. Auch in den Schiffbau geht sie gerne. Die Restaurantvielfalt im Quartier entspricht ihr sehr, besonders die Markthalle. Es gibt dort etliche Möglichkeiten, auch mal nur Kleinigkeiten ein-

zukaufen. Das gefällt der Ökonomin, die in einem 80%-Pensum für ein Beratungsunternehmen andere Unternehmen im Kauf und Verkauf von Firmen berät. Und Max? Der kraxelt fröhlich und versucht, wann immer es geht, aufzustehen. «Er hat schon ganz schön seinen eigenen Kopf», sagt Maria Kremer mit einem Lächeln. «Er wusste halt schon immer, was er will.»





«Ich hatte das Ziel vor Augen, wieder wandern zu gehen.»

Rosmarie Weibel am Café St. Jakob

## Zwei falsche und viele richtige Schritte

**Rosmarie Weibel stürzt innerhalb von vier Jahren zwei Mal eine Treppe hinunter. Die Folgen sind schwere Brüche. Mit viel Geduld, positiver Einstellung und dank kompetenter fachlicher Unterstützung kann sie heute wieder gehen.**

Ein Fehltritt. Rosmarie Weibel stürzt die Stufen in ihrem Zuhause hinab. Sie schlägt ungebremst auf dem Parkettboden auf. «Es war, als würde ein Glas auf dem Steinboden zersplittern», erzählt die vitale Rentnerin. «Eine Sekunde, die das Leben veränderte», fügt sie nachdenklich an. Es ist ihr erster Unfall im Jahr 2011. Die Ambulanz bringt Rosmarie Weibel in die Notaufnahme des Stadtspitals Triemli. Dort wird sie geröntgt. Das Bild zeigt einen Trümmerbruch der Kniescheibe sowie ausgerissene Patellasehnen. Prof. Dr. med. Andreas Platz, der Leiter des Departements Notfall und Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Hand- und Unfallchirurgie, entscheidet sofort: «Wir operieren.» Rosmarie Weibel erinnert sich. «Es war eine extrem schmerzhaft Verletzung.» Sie habe nicht realisiert, was war. Sie habe nur gemerkt, dass etwas mit dem Knie nicht stimmte. Prof. Andreas Platz habe ihr später in seiner sympathischen Art erklärt: «Wir haben die «Brösmeli» zusammengesetzt und diese mit der «Kordel» wieder befestigt.»

«Ich war zu jeder Zeit auf dem Laufenden.»

### Das Zwischenmenschliche zählt

Rosmarie Weibel fühlt sich in guten Händen. «Mein Mann war immer willkommen, der Umgang sehr unkompliziert», lobt sie im Rückblick. Auch die Menüs im Triemli schmecken ihr sehr gut. Während des vierwöchigen Spitalaufenthalts bringt ihr meist derselbe Hotellerie-Angestellte das Essen. «Ein sehr freundlicher Mann», betont sie. «Er ist offen, interessiert und er nahm sich immer wieder Zeit für ein persönliches Gespräch.» Das schätzt sie sehr. Ganz generell sei das Zwischenmenschliche im Stadtspital Triemli sehr angenehm. Die Pflegefachpersonen seien kompetent und sehr lieb. Deshalb sagt Rosmarie Weibel auch «ja», als eine Pflegefachfrau sie fragt, ob Lernende sie waschen dürften. «Die Jungen müssen es ja lernen», sagt sie. So erhält sie auch einen Eindruck, wie die angehenden Pflegefachpersonen sorgfältig ausgebildet und gut geführt werden. «Und klappte doch etwas nicht, haben wir alle herzlich gelacht», schmunzelt sie.

Die Physiotherapie startet direkt im Anschluss an die Operation. Während ihres Aufenthalts im Triemli absolviert sie täglich ihre Übungen, stets sehr gewissenhaft. «Ich hatte das Ziel vor Augen, wieder wandern zu gehen», sagt sie. «Bergwandern ist eine grosse Passion meines Mannes und mir.» Während der gesamten ersten Rehabilitationszeit hat Rosmarie Weibel immer dieselbe Physiotherapeutin: Meiling Yau. Sie schätzt die enge Zusammenarbeit zwischen Chirurgie und Physiotherapie. Die Therapien seien optimal auf den jeweils aktuellen Stand ihrer Genesung abgestimmt. Prof. Andreas Platz informierte sie während der regelmässigen Konsultationen immer offen und transparent. «Ich war zu jeder Zeit auf dem Laufenden», betont sie. Schnell macht sie Fortschritte. Schon bald kann sie wieder ihrem gewohnten Alltag nachgehen.

### Ein Leben für den Musikunterricht

Rosmarie Weibel ist Zürcherin. Zusammen mit ihrem Mann wohnt sie seit Jahrzehnten in Wiedikon, davon 40 Jahre im Friesenberg-Quartier. Sie ist leidenschaftliche Musiklehrerin. Mehrheitlich unterrichtete sie Blockflöte und arbeitete als Korrepetitorin. Das Konservatorium hatte sie mit Blockflöte abgeschlossen. Später begleitete sie in der Jugendmusikschule Zürich die Schülerinnen und Schüler während der jährlichen Tests am Cembalo und am Flügel. Damals entstanden Freundschaften fürs Leben. Die über 70-Jährige macht noch heute jeden Tag Musik. Alleine oder in unterschiedlichen Formationen. Sie interessiert sich vor allem für alte Musik. Kompositionen aus dem 15. bis 17. Jahrhundert haben es ihr angetan. «Ein professionelles Hobby», wirft Rosmarie Weibel ein. Sie spielt noch heute täglich im Schnitt eine Stunde Klavier, Spinnett oder Blockflöte. «Ich habe einen wirklich schönen Beruf», schwärmt sie. Man sieht ihr die Freude an.

### Alles zunichte?

Noch einmal hat sie Pech. Im September 2015 stürzt sie erneut. Dieses Mal rutscht sie auf einer Wendeltreppe aus – trotz grösster Vorsicht. Sie donnert auf das operierte Knie und bleibt liegen. Die Schmerzen sind enorm. Ihr erster Gedanke ist: «Nicht schon wieder!» Es folgen in dieser Reihenfolge: Schmerzmittel, die Fahrt mit Schutz und Rettung Zürich ins Triemli,





Die Physiotherapeutin Meiling Yau und die medizinische Masseurin Nelly Schweizer besprechen die Behandlung von Rosmarie Weibel

Röntgen, Untersuchungen. Sie steht unter Schock. Ihre Erfahrungen von der ersten Operation und dem Spitalaufenthalt helfen ihr jedoch. Sie weiss, sie kann Vertrauen haben. Noch am gleichen Abend nimmt sich Prof. Andreas Platz ihr persönlich an. Er erklärt ihr die Diagnose: ein Schienbeinkopfbruch. Ein komplizierter Bruch, bei dem mit Schrauben und Platten der Schienbeinkopf wieder hergestellt werden muss. Der Bluterguss ist stark. Zu stark für eine sofortige Operation. Bevor das Ärzteteam operieren kann, müssen die Schwellung und der Bluterguss bekämpft werden. Nach gut vier Tagen ist es so weit. Zum zweiten Mal wird sie operiert. Dabei stellt das Operationsteam die verschobenen Gelenkflächen wieder aufeinander und stabilisiert sie.

«Beim operativen Eingriff ging Prof. Platz mit der gleichen Sorgfalt wie schon beim ersten Mal vor», erzählt Rosmarie Weibel. «Die Stimmung war sehr vertrauensvoll.» Auch der Anästhesist fragt sorgfältig und mit grosser Rücksicht nach ihrem Befinden und nach allfälligen Sorgen. So traut sie sich, mit ihm auch über sehr Persönliches zu sprechen. Sie erklärt ihm, was sie wünscht, sollte ihr Herz während der Operation aufhören zu schlagen. Sollte sie sich auf die weite, lange Reise machen, soll man sie bitte ziehen lassen. Das

ist ihr wichtig. Deswegen hat Rosmarie Weibel diesen Fall geregelt. Sie hat eine Patientenverfügung erstellt. Der Arzt bestätigt ihr: «Das machen wir so.» Rosmarie Weibel weiss: «Ein so heikles Thema kann man nur ansprechen, wenn eine gute Stimmung herrscht.»

## «Nicht schon wieder!»

### Mit Geduld und gegenseitiger Unterstützung

Die Operation gelingt. Die Physiotherapie beginnt von Neuem. Rosmarie Weibel schaut nach vorne. Keinen Moment hadert sie mit ihrem Schicksal. Im Gegenteil. Sie nimmt die Situation, wie sie ist, an und trainiert hart. «Ich hatte eine 120-prozentige Betreuung», betont sie. «Ich muss Meiling Yau und Nelly Schweizer ein Chränzli winden. Diese beiden Frauen arbeiten ausgezeichnet zusammen.» Die komplizierte Ausgangslage der Verletzung wird genau analysiert. Die Physiotherapeutin Meiling Yau zieht die medizinische Masseurin Nelly Schweizer bei, die sich mit Lymphdrainage befasst. Gemeinsam entwickeln die beiden Frauen die bestmögliche Behandlung für Rosmarie Weibel. Die Pflege des Gewebes von der Hüfte bis hinunter zur Wade sei grossartig, erwähnt sie. Beide gäben alles und seien überaus sorgsam. Noch immer

geht Rosmarie Weibel zweimal wöchentlich ins Triemli zur Therapie. Sie lernt, auf unebenen Böden zu gehen oder auf Halbkugeln zu stehen. Es sei wichtig, dass das Vertrauen in den eigenen Gleichgewichts-

## «Das Triemli liegt mir nah, ich bin froh, dass es in Wiedikon steht.»

sinn wieder zurückkehre, betont die Rentnerin. In geschlossenen Räumen ist sie bereits wieder ohne Stöcke unterwegs. An verkehrsreichen Kreuzungen und fürs Einsteigen in den Zug oder das Tram verlässt sie sich jedoch noch gerne auf die Gehhilfen. Sie ist aber zuversichtlich, dass sie diese schon bald beiseite lassen wird. Treppen hinaufsteigen gehe. Hinunter habe sie aber noch grossen Respekt, sagt sie. Da halte sie sich immer zur Sicherheit am Treppengeländer fest. Ihre Rehabilitation dauert noch. Die Präsenzzeit im Triemli ist nach wie vor hoch. Das störe sie in keiner Weise, wie sie betont. Die Stimmung sei immer gut. Die Angestellten seien sehr hilfsbereit. Das begann schon beim Empfang. Von Hektik fehlte jede Spur. Sie habe



Die Hotellerie bedient stets freundlich und aufmerksam

nie etwas Unangenehmes erlebt. «Das Triemli liegt mir nah», betont sie. Es herrsche immer ein kompetenter, ruhiger Umgang. «Ich bin froh, dass es in Wiedikon steht», schmunzelt sie.

### «Mis Dach isch dä Himmel vo Züri»

Rosmarie Weibel hat Geduld. Sie weiss, schon bald wird sie noch mobiler sein. Dann wird sie wieder wandern und an den schönsten Ecken Zürichs flanieren. Den See und die Altstadt hat sie besonders gern. «Der Kreis 1 ist für mich so richtig Zürich», schwärmt sie. Der verleidet ihr nie. «Der neu gestaltete Sechseläutenplatz ist umwerfend. Einfach grosszügig. Und der Münsterplatz wird auch frei. Das ist toll», fügt sie an. Gerne spaziert sie auch entlang der Schipfe, unter den Bögen durch, bis zur Rudolf-Brun-Brücke. «Der Uferweg ist wunderbar. Dort fühle ich mich daheim.» Spricht sie von ihrer Stadt, kommt sie ins Schwärmen. Ihr gefällt die kulturelle Vielfalt. Es gebe für alle etwas. Ganz besonders hebt sie das «Forum Alte Musik Zürich» hervor in der Zürcher Kirche St. Peter. «Ein musikalischer Höhepunkt», erklärt sie. Roland Wächter, Radiojournalist bei Radio SRF2, und die Blockflötistin Martina Joos bringen immer wieder hochkarätige Formationen in diese Kirche. Da fehlt sie eigentlich nie. Ab und zu geht Rosmarie Weibel zudem ins Kunsthaus oder sie sieht sich einen Film im Filmpodium an. Dort ist sie schon früher mit ihren beiden Söhnen viel gewesen: «Die haben immer spannende, nicht ganz alltägliche Filme im Programm», fügt sie an. Und auch das Landesmuseum gehört zu ihren Lieblingsmuseen. Die Verantwortlichen stellen immer wieder einen Gang durch die Geschichte dar. Diese themen- und projektbezogene Herangehensweise entspricht ihr sehr. So kann sie sich punktuell mit einem Thema etwas vertiefter befassen, was sie besonders genießt.

Rosmarie Weibel ist ein positiv denkender Mensch, das war sie schon immer. Es hilft ihr, nach vorne zu schauen. Sie ist vor allem dankbar, dass sie nach diesen beiden schweren Verletzungen wieder gehen kann. «Die nächste Wandersaison kommt bestimmt!», sagt sie. Und ihre Vorfreude ist zu spüren.





«Meine Frau und die Kinder waren im Triemli sehr willkommen.»

Beat Jaun auf dem Sechseläutenplatz

## Kleine Ursache mit grosser Wirkung

**Aus heiterem Himmel erleidet der 43-jährige Beat Jaun einen Mikroschlaganfall, obwohl er kerngesund ist. Er hat Glück. Der Schlaganfall verläuft bei ihm glimpflich.**

Es ist Morgen. Eigentlich ein Morgen wie jeder andere auch. Beat Jaun wacht auf. Er ist müde, geradezu erschöpft. Was ist das? Er sieht alles doppelt. «Ich hatte diese Erfahrung des doppelten Sehens bereits früher, deshalb mass ich ihm keine besondere Bedeutung zu», erzählt er. «Es verging immer relativ schnell wieder», fügt er an. «Erstmal ruhig bleiben», denkt er sich. Duschen und etwas Kleines essen, so werde es wohl wieder vergehen, legt er sich seine Welt zurecht. Dann kommt er trotzdem ins Grübeln. Ob es wohl hoher Blutdruck ist? Er zweifelt: «Bis zu diesem Zeitpunkt hatte ich noch nie erhöhten Blutdruck», erzählt er. Nach dem Frühstück stellt er keine Besserung fest. Er sieht immer noch alles doppelt. Jetzt ist er definitiv verunsichert. Zum Fokussieren hält er sich jeweils ein Auge zu. Das hilft und beruhigt zugleich. Er entscheidet sich, zum Arzt zu gehen. Glücklicherweise ist sein Hausarzt erreichbar. Seine Frau bringt ihn hin. «Alleine hätte ich es schlicht nicht geschafft», sagt er dankbar. «Sie musste mich stützen.» In der Praxis angekommen, vermutet die medizinische Praxisassistentin ebenfalls einen zu hohen Blutdruck. Sie misst und ist erstaunt, als sie das Resultat vom Gerät abliest. Der Blutdruck ist vollkommen normal. «Ich konnte das Fragezeichen in ihrem Gesicht direkt sehen», erzählt Beat Jaun. Was jetzt? Sie rät ihm, sich hinzulegen, bis sein Hausarzt kommt. Kaum auf dem «Schragen», schläft Beat Jaun wieder ein. Als der Arzt ihn anspricht, kann er nicht sagen, wie lange er gelegen hat. Sind es fünf Minuten oder ist es eine halbe Stunde? Seine Lippen sind etwas gelähmt. Er lallt, will etwas sagen. Die unmittelbar nächsten Worte sagt er bereits wieder normal. Der Allgemeinarzt fragt gleich seine Frau, ob das immer so sei. Sie verneint. Anschliessend entscheidet er sofort. Er bestellt die Ambulanz und lässt Beat Jaun ins Stadtspital Triemli bringen.

### Auf der Suche nach der Ursache

Im Triemli wird Beat Jaun gründlich untersucht. Das Blut wird eingehend geprüft, die Blutzucker- und Cholesterinwerte werden gemessen. Doch alle Werte sind normal. Auch die Untersuchung des Gehirns mit dem Computertomographen bringt nichts zutage. Ein Mysterium? Als Nächstes wird das MRI eingesetzt. Es wird ihm ein Kontrastmittel verabreicht. Er bekommt Ohrstöpsel und wird dann liegend vorsichtig in die MRI-

Röhre gefahren. Der Vorgang dauert 40 Minuten, dann kommt endlich die Ursache zum Vorschein. Die Untersuchung zeigt einen gut versteckten und sehr kleinen Schlaganfall aufgrund einer verstopften Arterie. Der Neurologe und Leiter der Stroke Unit im Triemli, Dr. med. Stefan Wolff, will ein vollständiges Bild und ordnet deshalb ein mehrtägiges EKG an. Das Herz wird per Ultraschall untersucht, da die Ursache für einen Schlaganfall oft auch im Herzen zu finden ist. Der Befund zeigt eine kleine Kurzschlussverbindung zwischen den Herzkammern, die nicht vollständig ver-

«Alleine hätte ich es schlicht nicht geschafft.»

schlossen ist. Ein operativer Eingriff ist hier aber nicht notwendig, da dies bei einem Viertel der Menschen der Fall ist. Beat Jaun bleibt für den Zeitraum dieser Beobachtung auf der Station. Dabei wird er viel von seiner Frau und den drei Kindern besucht. Da alle drei noch unter zehn Jahre alt sind, wurde es von Zeit zu Zeit belebter im Zimmer. Dies sei aber kein Problem gewesen. «Meine Frau und die Kinder waren im Triemli sehr willkommen», erzählt er. «Auch das Essen ist gut», betont er. «Es gibt eine Menü-Auswahl, trotz Allgemeinversicherung.» Während seines Spitalaufenthalts lernt er viele Menschen kennen. Die Pflegefachpersonen sind freundlich und harmonieren gut. Der Informationsfluss klappt. «Es ist angenehm, wenn man nicht jeden Tag alles dreimal wiederholen muss», erwähnt Beat Jaun anerkennend. Das Triemli ist für ihn «das Spital» seit jeher. Er lacht und fügt hinzu: «Es ist auch die Bahnstation, um Schlitteln zu gehen.» Da Beat Jaun noch vor dem Umzug in den Neubau stationär war und darum noch im ehemaligen Hauptgebäude lag, meint er: «Die Bausubstanz ist eine Zeitreise in die 70er Jahre», lacht er. «Ich begrüsse das neue Bettenhaus sehr.»

### Je schneller, desto besser

Während seines Aufenthalts liegt Beat Jaun mit einem 70-Jährigen im gleichen Zimmer. Dessen Krankengeschichte bleibt ihm in Erinnerung. Der Herr hatte in einem kleineren Regionalspital einen Hirnschlag er-





Mehrere Tage wurde Herr Jauns Zustand auch von medizinischen Geräten überwacht

litten. Er war dort ursprünglich wegen eines anderen gesundheitlichen Anliegens. Als die Diagnose seines Zusammenbruchs klar war, wurde er sofort ins Triemli verlegt. Die zertifizierte Stroke Unit im Stadtspital Triemli ist spezialisiert auf die schnellstmögliche Behandlung von Schlaganfällen. Der Zimmerkollege wird einen halben Tag nach Beat Jaun eingeliefert. «Er konnte weder gehen noch sprechen», erzählt Beat Jaun. Am Ende habe dieser Patient zusammen mit ihm das Spital wieder verlassen: Gehend, und er konnte wieder normal sprechen. «Unglaublich, wie wenn nichts gewesen wäre», erzählt Beat Jaun fasziniert. Es zeige ihm, dass wenn man bei einem Schlaganfall schnell reagiere, die Behandlung sehr effektiv sei. Insgesamt bleibt Beat Jaun vier Tage im Triemli. Der Schlussbefund lautet: Man wartet erstmal ab und beobachtet. Er nimmt zwei Medikamente, die vorbeugend wirken sollen. Dr. Stefan Wolff ist offen und ehrlich mit ihm. Das schätzt er sehr. Der Arzt erklärt ihm, die genaue Ursache für den Mikroschlaganfall sei unklar. Es sei aber enorm wichtig, bei Schlaganfallsymptomen so rasch wie möglich zu handeln. In seinem Fall sei dies durch das rasche Reagieren seines Hausarztes richtig verlaufen.

Nach einigen Monaten geht Beat Jaun noch einmal ins Triemli. Ambulant. Es werden ihm allerlei Senso-

«Es ist angenehm, wenn man nicht jeden Tag alles dreimal wiederholen muss.»



Beat Jaun bewegt sich am liebsten mit dem Fahrrad in der Stadt

ren angebracht. Ein weiteres Langzeit-EKG. Das Blut wird auch nochmal eingehend untersucht. «Das Ergebnis der beiden Untersuchungen ist sehr erfreulich», sagt er zufrieden. «Es ist alles in bester Ordnung.» Kein Herzflattern. Keine Aussetzer. Nach dieser Erfahrung ist Beat Jaun darauf sensibilisiert, dass auch Menschen in seinem Alter bereits einen Schlaganfall erleiden können. «Es kann eben doch vorkommen, auch bei schlanken Menschen, die Sport treiben und nicht rauchen.»

«Das Velowegnetz in Zürich könnte man noch etwas besser ausbauen.»

#### Mit Zuversicht und etwas mehr Gelassenheit durchs Leben

Zum Zeitpunkt des Vorfalls steht Beat Jaun weder privat noch beruflich unter Druck. «Unterschwellig beschäftigte mich nichts», wirft er ein. «Ich hatte schon viel stressigere Momente in meiner beruflichen Laufbahn.» Er räumt allerdings ein, immer etwas Stress gehabt zu haben. Er hat sich all die Jahre, die er arbeitete, immer sehr stark engagiert. Anders kann er sich diesen Schlaganfall nicht erklären. «Ich war extrem erschöpft», gibt er zu bedenken. Im Spital habe er praktisch nur geschlafen. Vermutlich habe das schon mit einer vorangegangenen ständigen Überbelastung zu tun gehabt. Heute achtet er noch mehr auf seine Gesundheit und darauf, dass er genügend Schlaf hat. Beat Jaun ist gebürtiger Zürcher. Er ist in Altstetten aufgewachsen. Heute lebt er mit seiner Familie in Albisrieden. Ihm gefällt Zürich sehr. Als junger Mann lebte er für kurze Zeit, zusammen mit seinem Bruder, in Weiach und im Sihlital. Der Arbeitsweg wurde ihm rasch zu weit und aufgrund der verstopften Strassen zu mühsam. Heute bewegt er sich mit dem Velo quer durch die Stadt oder allenfalls mit der Vespa. «Das Velowegnetz könnte man noch etwas besser ausbauen», meint er. «Es ist leider nicht durchgehend.» Seit er mit der Familie in der Stadt wohnt, braucht auch seine Frau kein Auto mehr, was sehr angenehm sei. Der Velo-Sport interessiert ihn generell sehr. Nicht nur zum Selbermachen, sondern auch zum Zuschauen. Im Sommer verfolgt er gerne am Fernseher die Bergankünfte der Tour de France, wie Mont Ventoux oder Alp d'Huez.

Beat Jaun sieht man an, dass er es genießt, in Zürich zu leben. Es ist seine Stadt. «Zürich ist für mich Heimat

und in Züri West bin ich zu Hause», betont er. Am vertrautesten sind ihm die beiden Quartiere Albisrieden und Altstetten. Mit viel Engagement erzählt er: «In Altstetten gibt es alles, was es zum Leben braucht.» Es gebe ein schönes Zentrum rund um den Lindenplatz mit guten Einkaufsmöglichkeiten und dem einen oder anderen Restaurant. Die reformierte Kirche Altstetten sei natürlich auch prägend, erzählt er. «Als Teenager mussten wir zwölf Mal im Jahr in die Kirche. Ich bin immer gerne zu Pfarrer Sieber gegangen. Er hielt jeweils die spannendsten Predigten.» Toll an Altstetten und Albisrieden seien auch die ausgedehnten Naherholungsgebiete am Waldrand und an der Limmat. Die Geniesse er sehr.

Heute hat sich Beat Jaun an den Gedanken des spontanen Mikroschlaganfalls gewöhnt. Die gute Beratung im Triemli hat wesentlich dazu beigetragen, wie auch die Sensibilisierung, auch in jungen Jahren schnell zu reagieren. Seine Verunsicherung ist dadurch zu Gunsten der Zuversicht gewichen.





«Das Pflegepersonal hat mich in allem sehr unterstützt.»

Giuseppe Cubisino im Ristorante Cinque

## Mit guter Pflege zurück zur Gesundheit

**Bauchschmerzen können schnell vergehen, aber auch, wie bei Giuseppe Cubisino, auf einen akuten Notfall hindeuten. Fachkompetenz, moderne Technik und insbesondere die aufmerksame Begleitung durch die Pflegefachpersonen lassen ihn wieder genesen und machen das Triemli für ihn unvergesslich.**

Giuseppe Cubisino besucht gerne die Missione Cattolica an der Hohlstrasse in Zürich. Und er ist froh, dass er das heute wieder kann. «Das hätte ganz anders herauskommen können», ist er sich bewusst. «Zum Glück wurde ich in dieser Situation durch kompetente Ärztinnen und Ärzte betreut.» Seit der Operation hat er sich gut erholt. Die regelmässigen Nachuntersuchungen im Stadtspital Triemli geben ihm Sicherheit. Heute ist er wieder viel zu Fuss unterwegs. Jeden Tag geht er einkaufen. Das ist ihm wichtig. Denn er kocht gern, vor allem für seinen Enkel. Dieser schätzt seine Kochkünste ausserordentlich. Auch Giuseppe Cubisino mag das gute Essen. Er ist dankbar, dass er dieses noch genauso wie vor der Operation geniessen kann.

«Neben meinem Bett standen zwei «Christbäume» mit hundert verschiedenfarbigen Säcken daran.»

### Klarheit schaffen

Die Geschichte seiner Operation beginnt harmlos. Eigentlich. Giuseppe Cubisino hat Bauchschmerzen. Nicht zum ersten Mal. Jetzt sind die Schmerzen allerdings heftiger als sonst. Er entscheidet sich, direkt ins Spital zu gehen. Das Triemli kennt er bereits von einer Augenoperation. Darum bittet er seinen Neffen, ihn in die Notaufnahme des Stadtspitals Triemli in Zürich zu fahren. Der Arzt vor Ort leitet die notwendigen Untersuchungen ein. Das Bild eines Computertomographen bringt Klarheit. Es zeigt einen haselnussgrossen Gallenstein sowie einen massiven Parasitenbefall der Leber. Mit einem operativen Eingriff durch den Chefarzt Prof. Markus Weber und sein eingespieltes Team wird Giuseppe Cubisino zum einen der Gallenstein entfernt und zum anderen die befallene Leberhälfte. Diese komplizierte Operation ist sehr belastend, doch der 74-jährige Rentner verkraftet sie gut. Erinnern kann er sich allerdings an kaum etwas. Nur eines sieht er noch klar, wenn er zurückdenkt: «Neben meinem Bett

standen zwei «Christbäume» mit hundert verschiedenfarbigen Säcken daran», beschreibt er lachend seine Infusionsständer.

### Dank umfassender Pflege wieder auf den Beinen

Zwei Wochen müsse er bleiben, habe man ihm gesagt. Doch es kommt anders. Einen Tag nach der Operation verschlechtert sich der Allgemeinzustand von Giuseppe Cubisino. Mit der nun viel kleineren Leber fällt es dem Körper schwer, die lebensnotwendigen Funktionen aufrechtzuerhalten. Er wird erneut auf die Intensivstation verlegt. Sein Gesundheitszustand verschlechtert sich weiter. «Ich musste wieder in den Computertomographen», erzählt er. Gut zehn Tage nach dem ersten Eingriff wird er wieder operiert. Auch nach der zweiten Operation erhält Giuseppe Cubisino wieder einen «Christbaum», wie er die Infusionsständer freundlich und konsequent betitelt. Auf der Intensivstation ist man sich seiner kritischen Situation bewusst. «Das Pflegepersonal hat mich in allem sehr unterstützt», betont er. Denn Infusionen und Blutdrainagen machen ihn müde. Sein Blut weist auch zeitweise zu wenig weisse Blutkörperchen auf. Darum ist grösste Sorgfalt bei seiner Pflege gefordert. Es besteht die Gefahr einer Ansteckung. Doch das Pflegepersonal weiss, wie es ihn behandeln muss. Giuseppe Cubisino fühlt sich denn auch sehr gut aufgehoben im Triemli. Insbesondere Elisabeth Grottola, eine aus Rom stammende Fachberaterin Pflege, schätzt er besonders. Mit ihr kann er sich in seiner italienischen Muttersprache unterhalten. Das hilft ihm beim Genesen sehr. Allerdings braucht er Geduld. Mehrere Wochen muss er wegen seines Zustands im Triemli im Spitalbett liegen. «Ich habe während dieser Zeit 25 Kilogramm zugenommen», erzählt er. Doch sobald er etwas mobiler ist, geht er spazieren. Und er verliert auch das Gewicht wieder. Darauf ist er stolz. Seit 53 Jahren lebt er in der Schweiz. Seine Frau, ebenfalls Italienerin wie er, hat er hier kennengelernt. Geheiratet haben sie in der Missione Cattolica an der Hohlstrasse in Zürich, eben ein ganz besonderer Ort für ihn.





«Ich habe eine grosse emotionale Bindung zum Triemli. Die Mitarbeitenden dort verstehen, was meine Krankheit bedeutet.»

Lidya Yagiz an der Limmat in Wipkingen

## Wenn das Hilfsmittel zum Übel wird

**Durch die Einnahme von Medikamenten kommt es bei Lidya Yagiz zu schweren Schmerzen und Lähmungserscheinungen. Dank der Porphyrie-Sprechstunde im Stadtspital Triemli findet sie die Erklärung für ihre Beschwerden und gleichzeitig den Weg zu einem besseren Leben für sich wie auch ihre Familie.**

Lidya Yagiz schlägt die Augen auf. Sie schaut direkt in das Gesicht eines jungen Mannes, den sie nicht kennt. Die Schmerzen sind vorbei. Endlich. Schnell merkt sie, sie ist noch immer im Spital. Nur in welchem, fragt sie sich. Als sie ihren Mann und ihre Schwester erkennt, möchte sie sofort aufspringen und sie in die Arme schliessen. Doch ihr Körper will nicht. Sie kann sich nicht bewegen. Sie spürt weder ihre Arme noch ihre Beine. «Ich fragte mich, ob ich überhaupt noch lebe», erinnert sich Lidya Yagiz später, immer noch sichtlich gerührt. «Ich war gelähmt, und zwar am ganzen Körper. Mich erfassten Angst und Panik. Es ging einfach nichts mehr.» Der nette junge Mann ist Arzt im Triemli. Er erkennt ihre Nöte sofort. Behutsam erläutert er ihr, dass sie die richtigen Mittel gegen die Schmerzen gefunden haben. Er erklärt ihr ebenfalls, dass Lähmungserscheinungen bei einer akuten Porphyrie leider vorkommen können. In der Regel würden sie aber nach zwei bis drei Monaten wieder verschwinden.

Lidya Yagiz leidet an einer seltenen, erblich bedingten Stoffwechselkrankheit, an einer akuten Porphyrie. Personen mit diesem Leiden müssen viele Medikamente meiden. Nimmt eine betroffene Person ein ungeeignetes Medikament ein, kann dieses einen akuten Schub mit schwersten Bauchkoliken auslösen. Auch Lidya Yagiz erlebt diese schmerzhaften Bauchkoliken. Sie weiss nichts von ihrer Krankheit. So wird die erlösende Diagnose erst nach qualvollen Tagen gestellt. Deshalb möchte Lidya Yagiz heute, drei Jahre nach ihrer akuten Erkrankung, öffentlich darüber sprechen. «Niemand soll diese Schmerzen und die dazugehörigen Ängste durchleiden müssen», sagt sie sehr bestimmt.

### Was ist passiert?

Ihre Leidensgeschichte beginnt harmlos. Nicht zum ersten Mal führt eine Blasenentzündung Lidya Yagiz zum Hausarzt in ihrem Wohnort im Kanton Thurgau. Dieser verschreibt ihr ein Antibiotikum. Drei Stück hat sie bereits geschluckt, als sie plötzlich krampfartige Magenschmerzen bekommt. Sie meldet sich beim Hausarzt. Dieser verschreibt ihr ein Schmerzmittel. «Das Schmerzmittel half sofort, was mich sehr beruhigte und freute», erinnert sich Lidya Yagiz. Sie entscheidet, trotz Verunsicherung, am Wochenende an

die Hochzeit ihrer Schwester nach Deutschland zu fahren. Als sie die vierte Tablette einnimmt, wird sie kurz darauf nahezu ohnmächtig vor Bauchschmerzen. Wieder diese Krämpfe. Lidya Yagiz verlässt schweren Herzens und fast heimlich das Fest. Zusammen mit ihrem Mann fährt sie nach Hause. Zu diesem Zeitpunkt ahnt sie bereits, dass diese Schmerzen etwas mit der Medikamenteneinnahme zu tun haben. Noch in derselben Nacht wird sie ins nächstliegende Spital eingeliefert. Es folgen die qualvollsten Tage ihres Lebens. «Ich weiss nicht mehr, was in dieser Zeitspanne alles vorgefallen ist», sagt sie. Lidya Yagiz hat Tränen in den Augen, als ihr diese Momente durch den Kopf gehen: «Lange konnte ich gar nicht über die Situation sprechen.» Die Tage seien von Hoffnungslosigkeit, Wut bis hin zu Todessehnsucht geprägt gewesen, erzählt sie.

«Lange konnte ich gar nicht über die Situation sprechen.»

### Es ist, als brenne die Haut

Nach rund acht Tagen erahnen die Ärztinnen und Ärzte die erblich bedingte Stoffwechselkrankheit. Sie schicken ihr Blut ins Stadtspital Triemli, wo sich das einzige Porphyrie-Zentrum der Schweiz befindet. Sämtliche Schweizer Spitäler wenden sich bei diesem Krankheitsbild ans Triemli. Die Blutanalyse bestätigt den Verdacht schnell: akute Porphyrie. Der Befund gibt Klarheit. Die Ärztinnen und Ärzte setzen die herkömmlichen Medikamente ab. Es wird auf ein für Porphyrie-Patientinnen und -Patienten verträglicheres Schmerzmittel umgestellt. Leider bringt die Umstellung auch nach Tagen nicht die erhoffte Linderung. «Mein Körper fühlte sich innerlich an wie unter Strom und äusserlich auf der Haut wie in Flammen stehend, als ob ich brennen würde», erzählt sie, «wie Benzin auf Holz». Nach weiteren Tagen der Ungewissheit erleidet Lidya Yagiz schwere epileptische Krämpfe. Sie fällt ins Koma. Von der Erzählung ihres Mannes weiss sie: «Es ging schnell: Hektik, Infusionen, der Rega-Helikopter kam und flog mich ins Triemli, wo ich nach Stunden



total gelähmt wieder aufwachte.» Zum Krankheitsbild können neben den Bauchkoliken epileptische Krämpfe und Lähmungserscheinungen auftreten, die bis zur totalen Immobilität führen können.

### Der Weg zurück ins Leben

In den ersten Wochen liegt sie auf der Intensivstation. Der Zustand der totalen Immobilität ist schlimm. Doch sie fühlt sich sehr gut aufgehoben. Sowohl Prof. Dr. med. Elisabeth Minder, die Leiterin der Porphyrie-Sprechstunde und Spezialistin für Porphyrie, als auch das ganze behandelnde Ärzteteam stimmen sie zuversichtlich. «In jeder Situation war jemand für mich da», erinnert sie sich. «Wenn mich die Angst beschlich, halfen mir Prof. Minder, die Assistenzärztinnen und -ärzte sowie das Pflegepersonal immer weiter.» Das Erlebte ist einschneidend. Von einem Tag auf den andern kann sie weder selber essen noch die eigene Körperpflege erledigen. Sie ist urplötzlich auf andere Menschen angewiesen. Umso mehr freut es sie, als ihr eine freundliche Pflegefachfrau an einem Morgen einen Zopf flechtet, damit sie sich wieder etwas schöner fühlt. Sie wird nach einem Monat quasi im Rollstuhl auf die Normalabteilung verlegt. Intensives Training bestimmt von nun an ihren Alltag. Es gilt, die Muskeln zu trainieren. Der Spitalalltag ist geprägt von einem emotionalen Auf und Ab. Rückschläge und Anstrengungen stehen im Kontrast zum Gefühl des Geborgenseins. Gerade wegen dieser intensiven Zeit kann Lidya Yagiz heute sagen: «Das Triemli ist für mich wie ein zweites Zuhause.»



«Böckli» für die ersten Gehversuche

Wegen der grossen Stimmungsschwankungen wird Lidya Yagiz psychologisch begleitet. «An meinen ersten Gehversuch mit einem «Böckli» erinnere ich mich, wie wenn es heute gewesen wäre», erzählt sie mit einem Strahlen in den Augen. «Ich stützte mich auf das Eisenrohr, ich stand, konnte aber keinen Schritt gehen. In den nächsten Minuten schüttelte mich ein Lachkrampf vor Freude.» Dem Lachkrampf folgt

kann sie jeweils am Wochenende zu ihren Lieben. Sie wird langsam wieder an ihre Aufgaben in Haushalt und Familie herangeführt.

### Die Familie unterstützt sie voll und ganz

Die ungewisse Zeit ist für ihre Familie eine grosse Belastung. Neben den offensichtlichen körperlichen Symptomen verändert sich Lidya Yagiz auch psychisch. Sie ist dünnhäutig, teilweise hysterisch. Für ihre Familie ist sie zeitweise kaum ansprechbar. Psychische Veränderungen mit hysterischen Anfällen und Wutausbrüchen kommen beim Krankheitsbild der Porphyrie nicht selten vor. «Meinem Mann habe ich viel zu verdanken», betont sie, «er hat sich einfach um alles gekümmert.» Ihre beiden älteren Kinder lernen schnell, mit der Situation umzugehen. Schwieriger ist es für die beiden jüngeren. Der Zweitjüngste kann sich in der Schule nicht mehr konzentrieren. Und die Kleinste ist wütend, dass sie von ihrer Mutter einfach im Stich gelassen wird. «Mit Geduld und Fingerspitzengefühl konnten wir unserer Fünfjährigen näherbringen, dass



Börek: ein Rezept aus Yufka-Teig aus der Heimat von Lidya Yagiz

## «Heute koche ich wieder Börek.»

ich mich wirklich nicht bewegen konnte.» Nur langsam kann ihre jüngste Tochter akzeptieren, dass ihre Mutter für eine längere Zeit im Spital bleiben muss. «Ohne die Unterstützung meiner Familie, die gute Betreuung im Triemli und meinen tiefen Glauben hätte ich diese schwere Zeit kaum überstanden», betont Lidya Yagiz heute.

### Der Test ist wichtig

Die Krankheit hat Lidya Yagiz geprägt. Auch für ihre Kinder und Geschwister hat sie Konsequenzen. Porphyrie ist erblich. Deshalb wird empfohlen, sämtliche Verwandten auf akute Porphyrie zu testen. Für Lidya Yagiz ist klar: Ihre Kinder, Geschwister und Eltern müssen sich einem Test unterziehen. «Gewissheit zu haben ist auf jeden Fall gut», ist Lidya Yagiz überzeugt. «Die Ärztinnen und Ärzte können in einer akuten Situation sofort richtig reagieren.» Die Testergebnisse in ihrer Familie zeigen, ihre Eltern haben die Erbkrankheit und ebenso zwei ihrer Kinder. Ausserdem hat Lidya Yagiz dreizehn Geschwister, von welchen mit ihr sieben betroffen sind und sieben nicht.

### Mit Zuversicht in die Zukunft

Heute braucht Lidya Yagiz jährlich nur noch eine Konsultation im Stadtspital Triemli. Sie freut sich jeweils hinzufahren. «Ich habe eine grosse emotionale Bindung zum Triemli. Die Mitarbeitenden dort verstehen, was meine Krankheit bedeutet», betont sie. «Prof. Minder wurde Ende 2015 pensioniert und ihre Nachfolge-

rin, Dr. Michèle Nydegger, habe ich bereits kennengelernt. Sie ist auch eine sehr kompetente und nette Fachärztin», ergänzt sie. Betroffene erhalten in der Porphyrie-Sprechstunde des Triemli medizinisch und menschlich die Unterstützung, die sie im Umgang mit ihrer Krankheit brauchen. Dazu gehört auch die Organisation eines jährlichen Grillfests mit anderen Porphyrie-Patientinnen und -Patienten. «Das ist eine tolle Gelegenheit, sich mit Menschen mit dem gleichen Schicksal auszutauschen», freut sich Lidya Yagiz.

Die Kraft in ihren Muskeln ist noch nicht vollständig zurück. «Heute koche ich wieder Börek», schwärmt sie, ein Rezept aus ihrer Heimat, eine Art Strudel aus Yufka-Teig, gefüllt mit Hackfleisch, Schafskäse oder Spinat. Ihr Mann hat ihr eine Teigmaschine gekauft, um ihr die Arbeit zu erleichtern. Lidya Yagiz führt den Haushalt wieder selbst, obwohl sie immer noch sehr schnell ermüdet. Sie wird ihren Weg weitergehen und sie ist überzeugt, dass sie mit Geduld wieder zu ihren vollen Kräften kommen wird.

## «Das Triemli ist heute für mich wie ein zweites Zuhause.»

nahtlos ein Weinkrampf, weil sie realisiert, dass sie noch weit entfernt ist vom freien, aufrechten Gehen. Lidya Yagiz kämpft, sie macht gute Fortschritte und wird nach rund acht Wochen Spitalaufenthalt in eine Rehaklinik verlegt. Nach zwei Monaten Rehabilitation





«Ich habe eine einmalige Chance erhalten. Mit dieser will ich respektvoll umgehen.»

Ricarda Harris im Restaurant Loft Five

## Halb so schwer geht es doppelt leicht

**Ricarda Harris geht heute unbeschwert durchs Leben. Energie und Lebensfreude sind ihr ins Gesicht geschrieben. Doch der Weg bis hierher war steinig: Jahrelang kämpfte sie gegen starkes Übergewicht, bis ihr die psychische Belastung und die gesundheitlichen Risiken zu gross wurden.**

«Offenbar habe ich viel verdrängt», sagt Ricarda Harris nachdenklich. «Die Disziplin beim Essen hatte ich nicht im Griff.» Ricarda Harris ist eigentlich eine Powerfrau. Was sie anpackt, gelingt. Sie ist ehrgeizig und beruflich sehr erfolgreich. Viele Jahre geht sie als Mitglied der Direktion einer Grossbank am Paradeplatz ein und aus. Souverän bewegt sie sich auf dem internationalen Parkett. Ihre berufliche Weiterentwicklung setzt sie mit viel Elan um. Dass sie ihr Gewicht nicht unter Kontrolle hat, fällt ihr nicht auf. «Lange habe ich nicht realisiert, wie fest ich wirklich war», fügt Ricarda Harris an.

### Leicht adipös

Zu diesem Zeitpunkt wiegt Ricarda Harris weit über 100 Kilogramm. «Was sehr interessant ist: Ich habe das gar nicht richtig gemerkt oder besser gar nicht realisiert», erzählt sie. Um die Realität nicht wahrnehmen zu müssen, hat sie sich Strategien ausgedacht. Auf der Waage steht sie selber nie. Doch ihr Bild von sich beginnt zu wanken. Nach der Knieoperation entdeckt sie in einem Arztbericht die Notiz «leicht adipös». Zudem kommt sie beruflich in Kontakt mit Dr. Thomas Gürtler vom Departement Operative Disziplinen des Stadtsitals Triemli. Als Sitzungsvorbereitung informiert sie sich über sein Fachgebiet: Adipositas. Dr. Thomas Gürtler ist spezialisiert auf die Adipositaschirurgie. «Umso peinlicher waren mir jeweils die Sitzungen», sagt Ricarda Harris. Sie beginnt, ihre Situation zu realisieren. Es wäre bei Weitem nicht mehr nur darum gegangen, mit einer Diät oder etwas Sport das Idealgewicht zu halten. Das starke Übergewicht könnte längerfristig schwere Konsequenzen für ihre Gesundheit haben. Beispiele sind Diabetes, Herz- oder Kreislauferkrankungen. Sie ist an einem schwierigeren Punkt angelangt. Und langsam kann sie akzeptieren, dass bei ihrer Veranlagung ein Magen-Bypass wahrscheinlich die einzige Möglichkeit ist, abzunehmen. Es ist der entscheidende Moment. Das Eingestehen der eigenen Schwäche. Die Erkenntnis, dass es nicht anders geht.

«Das Bauchgefühl zum Arzt muss einfach stimmen.»

### Es ist komplexer

Immer häufiger wird Ricarda Harris von engen Freundinnen und Freunden mit Fragen und Aussagen konfrontiert. Schmerzhaft. «Du bringst doch immer alles unter einen Hut. Da sollte es ein Leichtes sein, die Disziplin aufzubringen, um die Kilos loszuwerden.» Mit Diäten versucht Ricarda Harris ihr Gewicht in den Griff zu bekommen. Sie erinnert sich nicht, wie viele es waren. Unzählige. «Mit jeder Diät wurde ich noch dicker», stellt sie heute nüchtern fest. Oft hört sie damals, es sei eine reine Willenssache. Doch so einfach ist es für sie nicht. Es ist komplexer. Langsam erkennt sie die Anzeichen, dass sie es so nicht schafft. Etwa am Morgen im Zug, wenn sie die Leute schief anschauen. «Schon wieder die Dicke», steht in den Gesichtern der Pendlerinnen und Pendler geschrieben. Ein ähnliches Erlebnis hat Ricarda Harris im Kleidergeschäft, als sie eine Hose kaufen will. Sie nimmt die Grösse, die ihr passend erscheint. Doch sie schafft es kaum, ein Bein hineinstecken. Ricarda Harris fängt an zu ahnen, dass etwas aus dem Lot geraten ist. Noch glaubt sie, das Problem selbst lösen zu können. Sie beginnt mit Sport, Joggen. Doch leider machen ihre Knie die Belastung nicht lange mit. Sie bekommt Schmerzen. Eine Meniskusoperation mit einem lang andauernden Heilungsprozess folgt. Ihre Bemühungen, dem Gewicht mit Sport und richtiger Ernährung zu trotzen, sind dahin.

### Kein leichtfertiger Entscheid

Der Entscheid fällt Ricarda Harris schwer. Sie weiss, dass es eine solche Operation nicht ganz ohne Risiko gibt. Als alleinerziehende Mutter ihrer damals 17-jährigen Tochter trägt sie eine grosse Verantwortung. So sind der Kontakt zum Ärzteteam und die Kommunikation im Vorfeld für sie zentral. «Das Bauchgefühl zum Arzt muss einfach stimmen», betont Ricarda Harris. Und Dr. Thomas Gürtler vertraut sie. Gut informiert entschliesst sie sich für das operative Anlegen eines Magen-Bypasses.

Vor der Operation wird sie gründlich gecheckt. Magenspiegelung, Ultraschall; der Arzt weiss so sehr genau, was ihn bei der Operation erwartet. Er kennt die gesundheitliche Verfassung der Patientin. Nicht nur der Arzt bereitet sich auf die Operation vor. Auch





Erster Milkshake nach der Operation

Ricarda Harris erhält ein detailliertes Drehbuch für die Tage vor und nach der Operation. Die Ernährungsberaterin Laura Vaccarino instruiert sie sorgfältig.

#### Zuversicht und Vorfreude

Ricarda Harris fühlt sich aufgehoben im Triemli. «Die Betreuung war hervorragend. Das Team arbeitete ausgezeichnet zusammen, die Informationen flossen und es war eine gute Atmosphäre», erinnert sie sich. Die grosse Erfahrung von Dr. Thomas Gürtler gibt ihr Ruhe. «Ich spürte, dass er seinen Beruf gerne ausübt und mit Freude bei der Sache ist.» Am Morgen vor der Operation schaut er nochmals bei ihr vorbei. Anschliessend legt sie mit einer ganz speziellen Art der Vorfreude ihr Schicksal in die Hände der operierenden Ärztinnen und Ärzte. Sie werden einen Grossteil des Magens ausschalten und den kleinen, verbleibenden Rest mit einer Dünndarmschlinge neu verbinden. Die Nahrungsaufnahme findet nach dem Eingriff im Darm statt. So gut der schwerwiegende Eingriff verläuft, so wichtig ist auch die anschliessende Betreuung. Als Ricarda Harris sich nach der Operation auf die Waage stellt, hat sie zuerst einen Schock: Sie wiegt mehr als zuvor. 121 Kilogramm liest sie auf der Anzeige. «Es hatte mit eingelagertem Wasser zu tun», wird ihr erklärt. Auch die Gefühlsschwankungen nach dem Eingriff sind nicht zu unterschätzen, aber normal. Die er-

fahrenen Mitarbeitenden kennen diese Reaktionen. Sie helfen Ricarda Harris, damit umzugehen. Sie lernt mit ihrem nun viel kleineren Magen zu essen. Ihr Organismus muss sich an die veränderte Nahrungsaufnahme gewöhnen.

«Das Team arbeitete ausgezeichnet zusammen.»

#### Die Menge einer Espressotasse

Am ersten Tag gibt es nur ein bisschen Wasser gegen den trockenen Mund und am zweiten etwas Tee. Sukzessive wird der Menüplan mit Milkshakes, Suppe und Babybrei erweitert. «Das Wenige, das ich gegessen und getrunken habe, hat sehr gut geschmeckt», erzählt Ricarda Harris. Allerdings bekundet sie mit der Nahrungsaufnahme etwas Mühe. Immer wieder muss sie sich übergeben. Eine Ärztin sagt ihr dann klipp und klar: «Sie können jetzt nicht mehr zwei Schlachtplatten nacheinander essen.» Sie muss lachen, auch über sich selbst. Und es wäre nicht Ricarda Harris, würde sie nicht sofort aus ihrer Not eine Tugend machen: «Für mich war nur trinken können super, weil ich nicht gerne koche», lacht sie. «Ich durfte nie mehr als die Menge einer Espressotasse zu mir nehmen.» Ricarda

Harris nimmt sich seit der Operation mehr Zeit zum Essen. Gut kauen ist wichtig. «Eine Herausforderung für mich», wirft sie ein. «Zu meiner Zeit im Investmentbanking schlang ich das Essen nur so hinunter.» Die Operation stellt ihr Leben komplett um. Das ist für sie tragbar. Bereits im Vorfeld des Eingriffs hat sie sich mit dessen Konsequenzen ausgiebig befasst: Der Magen-Bypass verringert die Kalorienaufnahme deutlich. Aber ebenso können Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente fortan weniger gut aufgenommen werden. «Dass ich nun mein ganzes Leben lang Vitamine nehmen muss, empfinde ich nicht als schlimm. Auch dass ich eine halbe Stunde nach dem Essen nicht trinken kann, ist für mich keine grosse Einschränkung», erklärt sie ihre neuen Gewohnheiten. Wobei der richtigen Ernährung eine zentrale Bedeutung zukommt. «Vor der Operation fragte ich mich: Was tun, wenn ich vor einem Buffet stehe und nichts mehr nehmen darf? Werde ich Panik haben?», erzählt sie. Heute muss sie feststellen: «Ich habe das Hungergefühl gar nicht mehr. Ich nehme kleine Portionen. Und auch praktisch nichts Süsses.»

essen sind für sie neue Disziplinen, die es zu lernen gilt. Sie betont: «Ich habe eine einmalige Chance erhalten. Mit dieser will ich respektvoll umgehen.»

«Sogar unser Hund gehorcht mir heute besser», be-teuert sie augenzwinkernd. «Ich habe einfach mehr Selbstbewusstsein.» Sie ruht in ihrer Mitte. Sie steht wieder mit beiden Füßen auf dem Boden. Und sie folgert: «Ich muss mich nicht mehr in einer Traumwelt verstecken.» Belena, die Tochter von Ricarda Harris, freut sich mit ihrer Mutter über die gewonnene Leichtigkeit des Seins. Allerdings: «Belena hatte nie das Gefühl, dass ich dick war. Ich war für sie einfach ihre Mutter.»

«Ich spürte, dass Dr. Thomas Gürtler seinen Beruf gerne ausübt und mit Freude bei der Sache ist.»



Heute kauft Ricarda Harris mit viel Spass neue Kleider

#### Jetzt kommt Bewegung in ihr Leben

Bewusstes Essen und vor allem Bewegung stehen heute auf ihrem Feierabendprogramm. Drei- bis fünfmal die Woche treibt sie Sport: Fitness, Joggen, Spinning, Krafttraining. «Das macht mir riesigen Spass», strahlt sie, «weil ich es im wahrsten Sinne des Wortes unbeschwert tun kann.» Seit der Magen-Bypass-Operation hat Ricarda Harris bereits 47 Kilogramm abgenommen. Das beglückt sie. Der Sport wirkt der Faltenbildung entgegen. «Viel Sport und sich an die Vorgaben der Ernährungsberatung halten, lautet das Rezept zum Erfolg», erklärt sie. Ihre Essensanleitung wendet sie sehr genau an. Hat sie Fragen, richtet sie diese an die Ernährungsberaterin Laura Vaccarino im Triemli. Ricarda Harris ist ehrgeizig. Sport und gesund

#### Wie ein neues Leben

Heute wohnt und arbeitet Ricarda Harris im Aargau. Nach Zürich kommt sie aber noch immer gern. Sie mag die schönen Locations, wie das Loft Five mit seinem ausserordentlichen Restaurantkonzept. Zürich ist einfach schön, wegen des Sees und der traumhaften Sicht auf die Berge. Sie schätzt an Zürich vor allem die grosse Auswahl an tollen Kleiderläden. «Ich habe mir eine komplett neue Garderobe angeschafft», verrät sie. «Das macht unglaublich Spass. Jetzt kann ich auch meine High Heels wieder tragen.» Sie habe einen Schrank voller Schuhe, in welche sie nicht mehr hineingepasst habe, fügt sie an. Ihr Äusseres und ihre Ausstrahlung haben sich verändert. Freundinnen und Freunde erkennen sie manchmal nicht wieder, das sei sehr verblüffend. «Mit weniger Gewicht geht eben alles einfacher», betont sie. «Das Gefühl ist wirklich unvorstellbar, so viel leichter zu sein. Es ist wie ein neues Leben.» Und es kommt noch besser: Heute ist sie sogar frisch verliebt.





«Im Triemli nennen sie mich das  
«Weihnachtswunder». Aber ich verdanke  
meine Genesung lieber dem Ärzteteam,  
den Pflegerinnen und Pflegern.»

Rosmarie Müller am Zürihorn



«Seit über zwanzig Jahren überweise ich  
Patientinnen und Patienten ins Triemli.»

Dr. Josef Widler auf der Gemüsebrücke





«Das Stadtspital Triemli ist für mich ein klarer Ausdruck des Service Public. Es steht für den politischen Willen, für die Bevölkerung eine qualitativ hochstehende Gesundheitsversorgung sicherzustellen.»

Dr. Erwin Carigiet am Zürichsee

## Service Public mit Leidenschaft

**Seit gut acht Jahren leitet Dr. Erwin Carigiet das Stadtspital Triemli Zürich mit rund 2500 Mitarbeitenden. Der promovierte Jurist ist seit beinahe 35 Jahren für die Stadt Zürich tätig. Dass er im öffentlichen Dienst arbeitet, ist kein Zufall, sondern klare Überzeugung. In seiner Führungsrolle im Triemli sieht er sich als Brückenbauer, der die anspruchsvolle Aufgabe hat, die verschiedenen Anliegen einer Expertinnen- und Expertenorganisation zu vereinen.**

Ruhig und entspannt sitzt Erwin Carigiet an seinem Sitzungstisch im Stadtspital Triemli. An der Wand seines Büros hängen Bilder des Künstlers Alois Carigiet. «Mir gefallen seine Bilder sehr gut. Wir sollen sogar entfernt verwandt sein. Mein Vater war auch Bündner», so der Spitaldirektor. Er selbst ist in Zürich geboren und aufgewachsen. Er arbeitet seit dreieinhalb Jahrzehnten für die Stadt Zürich. «Es ist kein Zufall, dass ich im Dienste der Öffentlichkeit arbeite», so Erwin Carigiet, «ich tue dies aus grosser Überzeugung.» Das Stadtspital Triemli sei für ihn ein klarer Ausdruck eines bewussten Service Public. Es stehe für den politischen Willen, für die Bevölkerung eine qualitativ hohe Gesundheitsversorgung sicherzustellen. Auch die Gründung entstand mit diesem Kerngedanken. Diese wurzelt im Roten Zürich (1928–1949). Der Stadt ging es zu dieser Zeit schlecht, trotzdem hätten die Stadtväter in weiser Voraussicht das Land direkt am Fusse des Uetlibergs 1946 erworben. «Sie gingen davon aus, dass Zürich sich weiterentwickeln wird und haben bereits damals die Verantwortung übernommen», so Erwin Carigiet. Tatsächlich entwickelte sich Zürich in den 50er Jahren stark. Die Stadt habe immer mehr Zentrumsfunktionen übernommen und das Angebot an Spitalbetten wurde knapp. Anfang der 60er Jahre kam die Vorlage zum Bau eines neuen Stadtspitals vors Volk. Der Souverän stimmte zu. Das Triemli wurde gebaut und 1970 eröffnet.

### Das erste Mal im Stadtspital

Erwin Carigiets erster Kontakt zum Triemli geht in die 70er Jahre zurück. Als junger Soldat macht er erste Erfahrungen im neuen, modernen Spital. «Ich war selber Patient. Im Militärdienst hatte ich eine Hirnhautentzündung aufgelesen.» Eine gefährliche Krankheit mit erheblichen Risiken. Doch im Triemli erfährt er eine gute Behandlung. «Ich fühlte mich damals gut aufgehoben», erzählt er. «Ich hatte starke Schmerzen, sodass mir jede Berührung unangenehm war.» Deshalb blieb ihm die gute Betreuung des Pflegepersonals besonders in Erinnerung.

Damals wie auch heute hat das Stadtspital Triemli einen wichtigen Versorgungsauftrag. Darum sei es gemäss Erwin Carigiet wichtig, sich organisatorisch sinnvoll aufzustellen. Auch die Art der Führung spiele dabei eine bedeutende Rolle. «Ein Spital ist eine Expertinnen- und Expertenorganisation mit ein paar Hundert Spezialistinnen und Spezialisten. In Sachen Führung etwas vom Anspruchsvollsten.» Einerseits brauche das Fachpersonal Freiheiten und Autonomie, um ihr immenses Wissen voll zu entfalten, andererseits bedarf es dazu der finanziellen Mittel. Die «Schatulle» sei aber nicht beliebig gross. Als Kern seiner Aufgabe versteht er es, den verschiedenen Professionen im Stadtspital Triemli bessere Möglichkeiten zu eröffnen. «In einem Spital hat es viele wichtige Funktionen», gibt er zu bedenken. «Auch ohne sorgfältige Reinigung geht es nicht.» Die verschiedenen Berufsfelder sollen sich strukturell und situationsbezogen so koordinieren, dass optimale Behandlungsleis-

«Es ist kein Zufall, dass ich im Dienste der Öffentlichkeit arbeite.»

tungen möglich werden. Um das zu erreichen, bedarf es wichtiger vorgängiger Gedankenarbeit. «Ich bin ein Kantianer», gesteht Carigiet. «Das heisst für mich: Gebrauche den Verstand.» Am besten liessen sich Ideen im Diskurs entwickeln. Darum rufe er gerne alle Verantwortlichen zusammen und lege dabei auch die finanzielle Situation transparent auf den Tisch. Wenn es um die Patientinnen und Patienten geht, müssen alle miteinander reden, davon ist er überzeugt. «Wir haben uns in den vergangenen Jahren viel ökonomisches Wissen angeeignet, ökonomisches Wissen im Sinne von gutem Haushalten», so der Spitaldirektor. Er betont: «Ein öffentliches Spital ist kein privates Unternehmen, das Gewinn erwirtschaften muss.» Trotzdem gilt es, die Kosten im Griff zu haben.



### Ein Neubau, der begeistert

Derzeit beginnt mit dem Neubau ein neuer Abschnitt in der Geschichte des Stadtspitals. Auch in Carigiets Amtszeit ist die Eröffnung ein historischer Moment. «Mit dem Bezug des neuen Bettenhauses tritt das Stadtspital in eine neue Ära ein. So etwas macht man nur alle 50 Jahre», so Erwin Carigiet. In den letzten acht Jahren wurde der nun mit seiner Glasfassade unverkennbare Neubau erstellt. Dabei wurden vorgängig wichtige Behandlungsprozesse berücksichtigt, welche beim Erarbeiten der Gebäudestruktur miteinflussen. Stolz erwähnt er: «Es ist das modernste Bettenhaus der Schweiz und setzt neue Massstäbe in Sachen Komfort und Wohlbehagen für Patientinnen und Patienten aller Versicherungsklassen.» 50 Teams, zusammengesetzt aus Spitalangestellten, Architekten und weiteren Fachleuten, haben dabei stets nach den bestmöglichen Lösungen gesucht. Die stationären Patientinnen und Patienten werden von nun an dort versorgt. Aber auch die anderen Gebäude des Stadtspitals Triemli sind auf eine umfassende Betreuung ausgerichtet.

Im Behandlungstrakt sind die Eingriffe zentralisiert. Dort befinden sich die Operationssäle und das Labor. Das ehemalige Hauptgebäude – neu als «Turm» bezeichnet – wird in den kommenden Jahren saniert. Dort werden nun Ambulatorien und Büros eingerichtet. «So können wir die Prozessstandards optimal auf die Bedürfnisse ausrichten und die Kosten optimieren», betont Erwin Carigiet. «Wir stellen den Service Public in den Dienst der Patientinnen und Patienten.» Die Entwicklung zeige zudem, dass sich Spitäler mehr um die Patientinnen und Patienten bewegen und nicht mehr umgekehrt. Solche Standardisierungen seien für die Expertinnen und Experten nicht immer einfach zu akzeptieren. «Es braucht einen guten Mittelweg und eine grosse Offenheit aller Betroffenen», sagt er.

«Ein Spital ist in Sachen Führung etwas vom Anspruchsvollsten.»



Stadtspital Triemli 1970 bei der Eröffnung: Bereits damals ein Ausdruck eines bewussten Service Public



Bild des Künstlers Alois Carigiet im Büro des Spitaldirektors Erwin Carigiet

### Die steigende Bedeutung von Gesundheit

Die Arbeit im Spital sei häufig sehr emotional und er fügt an, «wir träumen den Traum, alles zu heilen. Und wir wissen, dass es nicht geht. Da müssen wir ringen. Das ist menschlich.» Das Gesundheitswesen befinde sich diesbezüglich in einem Spannungsfeld. Dabei geht es um sehr existenzielle Fragen. Die Gesellschaft misst der Gesundheit eine immer grössere Bedeutung zu. «Das wird noch zunehmen», ist Carigiet mit Blick auf die aktuelle Lifestyle- und Fitnesskultur überzeugt. «Diese Fokussierung auf die Gesundheit trägt fast schon religiöse Züge. Das Diesseits wird immer wichtiger. Das Jenseits verliert an Bedeutung.» Diese Tatsache spielt in die Rolle der Spitäler mit hinein. Insbesondere am Ende eines Lebens kommen solche Fragen auf. Dann fällt es ins Gewicht, ob man mit sich selber im Reinen ist. «Wenn es die Verbundenheit oder die Gelassenheit nicht gibt, wird es schwierig.» Deshalb ist Erwin Carigiet froh, dass das Stadtspital Triemli sehr gute Seelsorgende hat. «Diese betreuen die Betroffenen, unabhängig von ihrer Religionszugehörigkeit», fügt er mit Bewunderung an. «Spätestens zu diesem Zeitpunkt zeigt sich, dass der Glaube der heutigen Gesellschaft, alles mit Zahlen messen zu können, ein Irrtum ist.» Zahlen seien Hilfsmittel.

«Als Wiediker gab es für mich zuerst nur den Uetliberg.»

### Ein Herz für Wiedikon und die Philosophie

Erwin Carigiet ist ein urbaner Mensch. Er wächst in einfachen Verhältnissen auf. Trotz Wurzeln in Graubünden ist er Zürcher durch und durch. «Meine Eltern waren Wirtschaftsflüchtlinge aus dem Bündner Oberland und dem österreichischen Burgenland», sagt er. In Alt-Wiedikon, an der Weststrasse geboren und aufgewachsen, wohnt Erwin Carigiet auch

viele Jahre seines erwachsenen Lebens im Kreis 3. Seine Erinnerungen sind leidenschaftlich und lebendig: «Schwimmenlernen im Heuried, Fronleichnamsumzüge von der Herz-Jesu-Kirche zum Döltshof Anfang der 60er Jahre, endlose Sonntagsspaziergänge im Sihlhölzli bis in die Pubertät und meine erste eigene Wohnung an der Bremgartnerstrasse. Ich habe eine starke emotionale Bindung zum Quartier. Das ist meine Heimat», betont er. Und sofort fügt er an, dass seine Heimat auch die Schweiz sei, ja ganz Europa und besonders auch Australien und Neuseeland. «In Melbourne leben sozusagen meine zweiten Eltern», erzählt er mit einem Strahlen in den Augen. An Zürich gefällt ihm besonders der See. «Den habe ich erst entdeckt, als ich mit dem Tram zur Uni fuhr», berichtet er. «Als Wiediker gab es für mich eigentlich nur den Uetliberg.» Trotz bescheidener Lebenssituation schaffte es Erwin Carigiet damals ins Gymnasium Freudenberg. «Dass ich das Gymnasium besuchen durfte, war für mich eine Riesenchance.» Zuerst hatte er einen schwierigen Start. Die Probezeit habe er fast nicht bestanden, wie er erzählt. Wie wenn es gestern gewesen wäre, erinnert er sich: «Acht Eltern haben einen Brief erhalten, ihren Sohn von der Schule zu nehmen. Meine auch. Jene des Apothekersohns nicht, obwohl er genauso schlecht war wie ich. Diese Ungerechtigkeit hat bei mir Kräfte mobilisiert.» Erwin Carigiet wird besser und wechselt in die Matura-A-Klasse und schliesst erfolgreich ab. Bis heute begeistert er sich für Geschichte. Er hat eine grosse Bibliothek. In den Ferien liest er leidenschaftlich gern Wissenschaftliches oder vertieft sich in die Zeit von 800 bis 200 vor Christus. «Mit dem noch älteren Gilgamesch-Epos kann ich mich beliebig lang befassen», schmunzelt er. Dieses handelt von der ersten philosophischen Auseinandersetzung mit dem Leben nach dem Tod. Während Erwin Carigiet über sein Leben und vor allem sein Stadtspital erzählt, erkennt man, als Direktor des Triemli fühlt er sich sichtlich wohl. Er kann einer anspruchsvollen Führungsaufgabe nachgehen, dabei wichtige Prozesse beeinflussen, sich mit den philosophischen Fragen der heutigen Gesellschaft konfrontieren und zu guter Letzt einen wichtigen Beitrag für die Öffentlichkeit leisten. Die Stelle vereint für Erwin Carigiet gewissermassen Interesse und Leidenschaft zugleich.





**Prof. Andreas Platz**  
Leiter Departement Notfall



**Prof. Markus Weber**  
Leiter Departement Operative Disziplinen

# Unser Triemli

Die Spitalleitung setzt sich täglich dafür ein, der Bevölkerung eine umfassende und optimale Gesundheitsversorgung zu gewährleisten.



**Dr. Lukas Rist**  
Leiter Bereich Finanzen



**Elsi Meier**  
Direktorin Departement Pflege, Soziales und Therapien und HR



**Dr. Erwin Carigiet**  
Spitaldirektor



**Prof. Andreas Zollinger**  
Medizinischer Direktor, Leiter Departement Transversale Disziplinen



**KD Dr. Stephanie von Orelli**  
Leiterin Departement Frau, Mutter und Kind



**Patrik Kaiser**  
Stellvertretender Spitaldirektor, Leiter Bereich Informatik, Leiter Stab Management Services



**Sandra Graf**  
Leiterin Direktionsstab



**Ludwig Boogen**  
Leiter Bereich Betrieb



**Prof. Christoph A. Meier**  
Leiter Departement Innere Medizin und Spezialdisziplinen (bis 29.2.2016)





«Als Gesamtleiterin habe ich die letzten zweieinhalb Jahre am neuen Bettenhaus mitgearbeitet. Ich kenne hier jede Ecke und alle Details. Müsste ich einmal selbst ins Spital, wäre ich hier sicher gut aufgehoben.»

Elisabeth Frei im neuen Bettenhaus

## Für das Spital von morgen

**Direkt am Fusse des Zürcher Uetlibergs steht das modernste Bettenhaus der Schweiz. Am erfolgreichen Gelingen des Bauprojekts Stadtspital Triemli war Elisabeth Frei als Gesamtleiterin wesentlich beteiligt.**

Mittwochmorgen, 7:20 Uhr. Am Tisch sitzt, wie jede Woche, das Kernteam des Projektes «Bettenhaus Triemli». Mit dabei sind Vertreter des Triemlis und des Amtes für Hochbauten wie auch der Chefbauleiter. Die Sitzung leitet Elisabeth Frei vom Büro FREIRAUM Baumanagement AG. Sie ist spezialisiert auf die Umsetzung von anspruchsvollen baulichen Grossprojekten. «Mir war gleich klar, als ich vor 2,5 Jahren die Gesamtleitung vom Architekten übernommen habe, dass ich ein kleines, agiles Entscheidungsgremium brauche», betont Elisabeth Frei, «die Arbeit im Kernteam war dabei ein richtiges Highlight.»

«Die Arbeit im Kernteam war ein richtiges Highlight.»

Der gebürtigen St. Gallerin sieht man an, dass ihr das Projekt Spass macht. Wichtig bei Bauprojekten in der Grösse des Bettenhauses sind die Einhaltung enger Zeitpläne und die perfekte Orchestrierung vieler Teilprojekte, damit es keine Bauverzögerungen gibt. «Entscheidend ist, dass alle am gleichen Strick ziehen», sagt Elisabeth Frei. «Am 18. Dezember 2015 haben wir das Projekt übergeben; eine Punktlandung, darauf sind wir stolz», betont Elisabeth Frei.

### Modern und umweltfreundlich

Nicht nur die gute Erfahrung im Team beeindruckt die Projektleiterin, sie hat viel Neues über Prozesse und Abläufe in Spitälern gelernt. Modernste Technik kommt im neuen 18-stöckigen Bettenhaus zum Einsatz, wie das Patienten-Universal-Terminal, das gleichzeitig Menüwahl, Fernsehen, Internet und das Anschauen von Röntgenbildern auf einem Bildschirm möglich macht. Zum ersten Mal in der Schweiz wurde zudem ein Multitower-System eingebaut, eine ganz neuartige Bettenlogistik, die weltweit einzigartig ist. Nach Austritt der Patientinnen und Patienten müssen die Spitalbetten jeweils gründlich gereinigt und desinfiziert werden. Neu lagern die desinfizierten Betten in einer Art Hochregallager, das sich vertikal über alle Etagen erstreckt. Über ein zweites solches Hochregallager werden die schmutzigen Betten aus den Pflegeetagen in die Bettenzentrale transportiert. «Bei Bedarf

holt das Personal ein Bett auf dem entsprechenden Stock aus dem Lift», erklärt Elisabeth Frei fasziniert. Somit bleiben keine Betten mehr in den Gängen stehen.

Das neue städtische Bettenhaus setzt Massstäbe. Es verfügt über komfortable 2-Bettzimmer. Es steht an einer fantastischen Lage mit Ausblick auf Zürich oder den Uetliberg. «Davon profitieren die Patientinnen und Patienten», freut sich die Projektleiterin. Der innere Komfort sei zukunftsweisend, die Architektur innovativ und sie entspreche der 2000-Watt-Gesellschaft, was sie begrüsse. Eine umweltfreundliche Holzsplitzelheizung und ergänzende Erdsonden wärmen das Gebäude mit erneuerbarer Energie. Die Lehmdecke in den Bettzimmern hilft im Winter beim Heizen, im Sommer kühlt sie. Ausserdem ist das Gebäude mit 98 Prozent Recyclingbeton gebaut worden.

### Mein Triemli

Elisabeth Frei ist zufrieden mit dem Resultat. Bis heute ist die in Adliswil lebende Projektleiterin noch nie Patientin in einem Spital gewesen. Müsste sie sich behandeln lassen, würde sie sich im Triemli gut aufgehoben fühlen, ist sie sich sicher. «Das Triemli bedeutet mir heute viel. Es ist mein Triemli geworden. Von Zürich nicht wegzudenken.» Jetzt freut sich Elisabeth Frei wieder über etwas mehr Freizeit. Nun geniesst sie es, frühmorgens in aller Ruhe den Gemüsemarkt am Bürkliplatz zu besuchen. Für sie gehören die Märkte ebenso zu Zürich wie die kulturelle Vielfalt mit der Oper und dem Schauspielhaus – oder eben das Stadtspital Triemli.





## Über das Stadtpital Triemli

**Das Stadtpital Triemli ist ein öffentliches Zentrumsspital mit hochspezialisierten Leistungsangeboten. Es deckt fast das gesamte Spektrum der Akutmedizin für Grund- und Zusatzversicherte ab. Die Notfallstation ist eine der drei grössten im Kanton. Mit dem Betrieb des neuen Bettenhauses im Frühjahr 2016 vereint das Stadtpital Triemli nun Spitzenmedizin und Menschlichkeit in einer topmodernen Infrastruktur.**

Das Stadtpital Triemli bietet für die Zürcher Bevölkerung ein umfassendes medizinisches Dienstleistungsangebot. Dieses wird auch überregional und von anderen Kantonen gerne in Anspruch genommen. Als Zentrumsspital leistet das Triemli komplexe Medizin auf höchstem Niveau. Es verfügt über eines der grössten Herzzentren der Schweiz, seine Kardiologie steht auf Platz 2 der Schweizer Spitäler und seine Herzchirurgie auf Platz 5, im Rahmen der «Allianz Herzchirurgie Zürich» gemeinsam mit dem Universitätsspital Zürich sogar gesamtschweizerisch auf Platz 1. Mit seinem zertifizierten Tumorzentrum für Darm- und Pankreaskrebs sowie dem zertifizierten Brust- und dem gynäkologischen Krebszentrum bietet das Triemli umfassende, fachübergreifende und multiprofessionelle Tumorberatung, -diagnostik und -behandlung. Die Augenklinik des Triemli behandelt das gesamte Spektrum der Augenkrankheiten mit einem Schwerpunkt in der Netzhautchirurgie. Das breite Angebot für

Frau, Mutter und Kind wie auch weitere medizinische Spezialgebiete runden das Profil ab.

### **Triemli – «An Ihrer Seite»: Der Mensch im Mittelpunkt**

Bei aller Innovation: Der Mensch steht im Mittelpunkt. Die Arbeitsprozesse sind vor allem im neuen Bettenhaus auf Patientenfreundlichkeit ausgerichtet und ermöglichen den Mitarbeitenden ergonomisches, effizientes Arbeiten. Die technologischen Innovationen in Logistik und Informatik unterstützen die optimale Versorgung der Patientinnen und Patienten im Dialog mit den Zuweisenden und Angehörigen. Dies erlaubt eine enge interdisziplinäre und interprofessionelle Zusammenarbeit, die von den insgesamt 2500 Mitarbeitenden bewusst gepflegt wird. Diese Attribute machen das Stadtpital Triemli zum beliebten Arbeitgeber und Ausbildungsspital.

### **Zahlen und Fakten in Kürze**

Im Triemli arbeiteten im Jahr 2015 rund 2500 Mitarbeitende, zuzüglich 710 Personen in Ausbildung. Für das Jahr 2015 verzeichnete die Frauenklinik 2007 Geburten. 22 614 Personen (ohne gesunde Säuglinge) wurden im Triemli während einer durchschnittlichen Aufenthaltsdauer von 5,7 Tagen stationär betreut. Seit das Triemli 1970 die ersten Patientinnen und Patienten aufnahm, ist die durchschnittliche Aufenthaltsdauer von 18,2 Tagen auf besagte 5,7 Tage zurückgegangen. Im gleichen Zeitraum ist die Lebenserwartung der Schweizer Bevölkerung um fast zehn Jahre, von 73,2 auf 82,6 Jahre (2014) gestiegen. Die Zahl von ambulant behandelten Patientinnen und Patienten betrug im Stadtpital Triemli 2015 insgesamt 131 216. Über die Hälfte der stationären Patientinnen und Patienten lebt in der Stadt Zürich, 35,4 Prozent stammen aus dem übrigen Kantonsgebiet, 11 Prozent aus anderen Kantonen und 0,8 Prozent aus dem Ausland. Der grösste Teil der stationären Patientinnen und Patienten war allgemein versichert, 12,3 Prozent waren halbprivat und 7,2 Prozent privat versichert. Der Case Mix Index – durchschnittlicher Schweregrad der behandelten stationären Fälle – lag im Jahr 2015 bei 1,105 und fiel somit leicht höher aus als im Vorjahr.