

# ReMed: Es trifft auch Spitalärzte

Das Unterstützungsnetzwerk ReMed berät und begleitet Ärztinnen und Ärzte in kritischen Momenten – zum Beispiel dann, wenn der Berufsalltag im Spital zu einer grossen Belastung wird.

Jürg Beutler

Kommunikation FMH

## Erfahrungsbericht

*Ein 44-jähriger Spitalarzt, verheiratet, drei Kinder, erzählt von der schweren Depression, die er durchlebt hat:*

Die Depression erfasste mich ganz unvermittelt, innerhalb von wenigen Tagen – so etwas hatte ich noch nie erlebt. Seit zwei Jahren war ich leitender Arzt der traumatischen Abteilung eines grösseren Spitals. Ich arbeitete allein, ohne Oberarzt, ohne direkt unterstellte Assistenten – während 24 Stunden, ohne Ferien. Ich tat es aus einem tiefen Verantwortungsbewusstsein heraus, ja, ich war stolz, dass ich meiner Arbeit kompetent und gewissenhaft nachging.

Und dann fühlte ich mich plötzlich ganz miserabel, in einer Art, die sich kaum in Worte fassen lässt. Es war ein unfreiwilliger Rückzug in mich selbst:

**ReMed meldet sich bei jeder Kontaktaufnahme innerhalb von 72 Stunden und bespricht unverbindlich und vertraulich die persönliche Situation und individuelle Handlungsmöglichkeiten. ReMed ist an das Arztgeheimnis gebunden.**

**Benötigen Sie Unterstützung? Oder eine Ärztin, ein Arzt aus Ihrem Umfeld?**

**Dann kontaktieren Sie ReMed:**

**24-Stunden-Hotline: 0800 0 73633,**

**info@swiss-remed.ch, www.swiss-remed.ch**

Ich verlor den Augenkontakt zu den Patienten, wollte sie möglichst rasch loswerden – was sich auch in meinen therapeutischen Entscheidungen spiegelte. Anfänglich führte ich mein Verhalten auf Schlafmangel zurück, doch dann wurde mir klar: Das ist etwas anderes, etwas Ernsthaftes. Sofort rief ich einen mir bekannten Kollegen an und vereinbarte einen Termin. Doch

die Begegnung war für mich nicht hilfreich – im Gegenteil, ich fühlte mich gar nicht als *Patient* wahrgenommen.

Meine Frau hingegen hat wunderbar reagiert: Sie hat sofort realisiert, was los ist, und meinen ehemaligen Chef angerufen. Dieser vermittelte ohne Zögern eine Oberärztin, die mich als Stellvertreterin entlastete. Mein ehemaliger Chef war mir eine wichtige Stütze. Er begleitete mich durch die Krise, besuchte mich regelmässig – genau das, was ich zu diesem Zeitpunkt benötigte. Noch habe ich mich von meiner Depression nicht erholt. Doch heute weiss ich, dass ich mich jederzeit an ReMed wenden könnte, um weitere Unterstützung zu beanspruchen.

## Interview mit Jürg Bänninger

*Jürg Bänninger, Sie gehören dem Leistungsausschuss von ReMed an und haben direkten Kontakt zu Betroffenen – was sind Ihre Erfahrungen?*

Viele Betroffene warten viel zu lange, bis sie Hilfe suchen – manchmal geschieht dies erst, wenn ihnen die Situation ausweglos erscheint. Für mich ist das eine sehr anspruchsvolle, aber auch spannende Aufgabe: Ich helfe den Betroffenen, suche gemeinsam mit ihnen nach einem Weg und arbeite gleichzeitig daran mit, ein griffiges Netzwerk aufzubauen.

*Sie stellen für ReMed die hier geschilderten Berichte zusammen. Warum wollen Ärztinnen und Ärzte ihre Geschichte öffentlich machen?*

Bisher haben alle Kolleginnen und Kollegen zugesagt, die ich um ein Interview bat. Die Gespräche finden in einer vertrauensvollen Atmosphäre statt. Dabei legen wir von ReMed sehr grossen Wert darauf, dass die Erfahrungsberichte vor der Veröffentlichung anonymisiert werden. Und selbstverständlich können sie die Betroffenen vor der Publikation gegengelesen. Diese Menschen erzählen ihre Geschichte, weil sie anderen eine solche Erfahrung ersparen möchten und weil sie von der Idee ReMed überzeugt sind.

*Was können Sie Betroffenen raten?*

Ärztinnen und Ärzte müssen mit dem Tabu brechen, sich selbst helfen zu müssen! Auch wir benötigen professionelle Hilfe! Tauschen Sie sich bei den ersten Anzeichen von Problemen mit einem guten Freund oder einer Kollegin aus. Wenn das nicht genügt: Nehmen Sie so früh wie möglich mit ReMed Kontakt auf.

**Haben Sie Ähnliches erlebt und möchten darüber berichten? Dann nehmen Sie mit ReMed Kontakt auf.**

Korrespondenz:  
Dr. med. Jürg Bänninger  
Facharzt für Allgemeine  
Medizin FMH  
j.baenninger@hin.ch