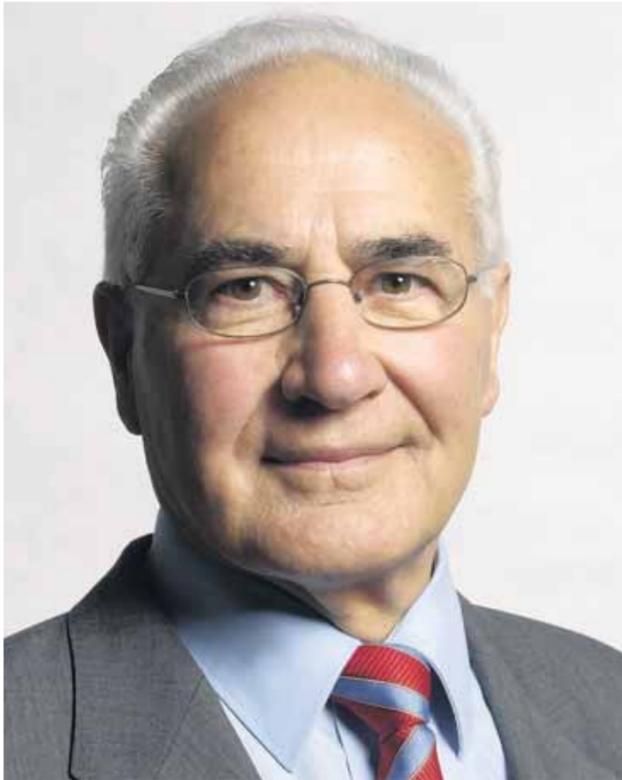


# Wir begleiten Querschnittgelähmte. Ein Leben lang.

## Chancengleichheit für Querschnittgelähmte



Guido A. Zäch, Gründer des Schweizer Paraplegiker-Zentrums Nottwil, wird am 1. Oktober 79 Jahre alt. (zVg)

### Das Schweizer Paraplegiker-Zentrum Nottwil und sein Gründer Dr. med. Guido A. Zäch

Guido A. Zäch ist als Ehrenpräsident der Schweizer Paraplegiker-Stiftung noch mit Seele, Herz und Kopf dabei. Er vollbrachte Pionierleistungen für die ganzheitliche Rehabilitation von Querschnittgelähmten. Sein Ziel: Patienten mit einer Para- oder Tetraplegie mit allen zur Verfügung stehenden Mitteln in ein selbstbestimmtes Leben zurückzuführen. Nach langjähriger Tätigkeit als Chefarzt des Paraplegikerzentrums Basel konnte Zäch dank seinem unermüdlichen Engagement für Querschnittgelähmte 1990 das Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ) Nottwil/ILU eröffnen. Der Gang mit dem Gründer durch den riesigen Betrieb lässt einen staunen. Noch heute kennt Zäch viele Patienten persönlich und nimmt sich immer Zeit für ein paar einfühlsame Worte.

«Ohne Wenn und Aber» heisst die Biographie über Guido A. Zäch, den Gründer des Schweizer Paraplegiker-Zentrums in Nottwil. Es erzählt die Geschichte eines Bauernbuben aus der Ostschweiz, der dank einem überdurchschnittlichen Engagement seine Visionen als Arzt, Rettungsmediziner, Forscher und Klinikdirektor in die Tat umsetzte und als Erbauer des grössten europäischen Rehabilitationszentrums für Querschnittgelähmte Medizingeschichte schrieb. Auf der Rückseite des reich bebilderten Werks steht: «Keiner hat das Bild der Rollstuhlpatienten mehr verändert, als dieser Mann.»

### Züri Rundschau: Guido A. Zäch, Ihre Biographie «Ohne Wenn und Aber» gibt Einblicke in Ihre über 40-jährige Tätigkeit für Querschnittgelähmte, um die es zuvor gar nicht gut stand...

**Guido A. Zäch:** Das stimmt. Früher bedeutete ein Halswirbelbruch den sicheren Tod. Tetraplegiker, die an allen vier Gliedmassen gelähmt sind, starben an Atemkomplikationen, Niereninsuffizienz, Lungenembolien und Druckgeschwüren vom Liegen. Effiziente Behandlungsmethoden gab es hierzulande kaum. Heute sind 90% der Querschnittgelähmten gar wieder berufsfähig, weil sie bereits an der Unfallstelle fachgerecht geborgen, wenn nötig künstlich beatmet, katheterisiert und alle drei Stunden umgelagert werden. Mein grosses Vorbild war bereits in den Sechzigerjahren Sir Ludwig Guttmann, der in Stoke Mandeville 1944 im Auftrag der englischen Regierung das erste Paraplegikerzentrum der Welt eröffnete, um dort unzählige kriegsgeschädigte, gelähmte Menschen zu betreuen. Mit systematischer Blasen- und Darmrehabilitation und Bewegungstherapien rettete er Hunderten von ihnen das Leben. Die meisten Pioniere auf dem Gebiet der Querschnittlähmung kamen aus Kriegsgebieten. In der Schweiz kannte man diese Probleme weniger. Ich wollte die Klinik in Basel während meiner Chefarztzeit besonders für Tetraplegiker ausbauen und Beatmungsgeräte beschaffen, um ihre Lebensqualität zu erhöhen. Zudem stiessen wir platzmässig an unsere Grenzen.

### 1975 gründeten Sie deswegen die Schweizer Paraplegiker-Stiftung und legten einen Ausbauplan für ein Tetraplegikerheim in Basel vor.

Ja. Aber er wurde 1977 vom Basler Regierungsrat abgelehnt und als «unzweckmässig» befunden. Auch meine Bemühungen, in Risch am Zugersee ein Paraplegiker-Zentrum zu errichten, scheiterten. 1985 bat ich die Gemeinde Nottwil, ein Stück Industrieland in ein klinisch-therapeutisches Gebiet umzuzonen, damit darauf das Zentrum errichtet werden könnte. Und bekam endlich grünes Licht. Aber es gab immer noch viel Opposition und ich musste hart für mein Projekt kämpfen. Die Sanitätsdirektorenkonferenz fällte einen einstimmigen Beschluss gegen das Paraplegiker-Zentrum in Nottwil und auch der damalige Gesundheitsdirektor stand dem Projekt ablehnend gegenüber. Trotz des grossen Gegenwindes konnten wir 1987 mit dem Bau beginnen und am 1. Oktober 1990 die ersten querschnittgelähmten Patienten aufnehmen. Damit kam ich meiner Zielsetzung ein Stück näher: Der Chancengleichheit für Querschnittgelähmte. Seither werden rund zwei Drittel aller Para- und Tetraplegiker der Schweiz in Nottwil behandelt.

### Der ganze Betrieb ist aus Stiftungsgeldern finanziert. Wie hoch waren die Kosten für die Errichtung des Schweizer Paraplegiker-Zentrums Nottwil?

In einer ersten Phase mit zwei Stockwerken CHF 140 Millionen. Später kamen die dritte Etage sowie verschiedene Erweiterungsbauten, die Schmerzklinik und das Forschungszentrum dazu. Alles wurde aus Stiftungsgeldern finanziert (Red.: Mitgliedschaften siehe blaue Box). Die Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung zählt heute gegen 1,8 Millionen Mitglieder und wir konnten bisher rund 1,4 Milliarden Franken für querschnittgelähmte Menschen sammeln. Ich bin stolz, dass wir den Staat bisher keinen Franken gekostet haben. Und dank unserer ganzheitlichen Therapien Tausende von Querschnittgelähmten nicht Rentenbezüger wurden, sondern wieder beruflich aktiv, vollwertig in die Gesellschaft integriert sind. Daran hat früher kaum jemand geglaubt.



Das Paraplegiker-Zentrum in Nottwil

(zVg)

Der Bau der Architekten Wilfrid und Katharina Steib ist beeindruckend. Ein Glasdach sorgt dafür, dass die Räume lichtdurchflutet sind. Regelmässig finden im Paraplegiker-Zentrum Nottwil auch externe Konferenzen und Seminare statt. Der Eingangsbereich mit Restaurant wurde als lebendiges Begegnungszentrum gestaltet, in dem keine Spur von Klinikatmosphäre herrscht. Im linken Trakt befinden sich die diagnostisch-therapeutischen Einrichtungen, Urologie und Radiologie. Im rechten Trakt sind die Patientenzimmer mit 140 Betten sowie Ergo- und Physiotherapie angesiedelt. Dazu kommen Laboratorien, eine Intensivpflegestation, drei Operationssäle und die Notfallaufnahme, vor der es auch einen Landeplatz für Rettungs-Helikopter gibt. Ebenfalls zum SPZ gehören eine Dreifachturnhalle und eine Aussensportanlage. Das ganze Gebäude ist so konzipiert, dass die Wege von einer zur anderen Therapie möglichst kurz sind und – als besonderes Anliegen von Guido A. Zäch – dass man vom Rollstuhl aus überall ins Grüne sieht. Denn das tut der Psyche gut. Die Paraplegiker-Gruppe zählt heute rund 1400 Mitarbeitende verschiedenster Berufsgattungen und verfügt über eine der schweizweit grössten Physio- und Ergotherapie-Abteilungen.

## Was, wenn es Sie trifft?

### Werden Sie Mitglied der Gönner-Vereinigung.

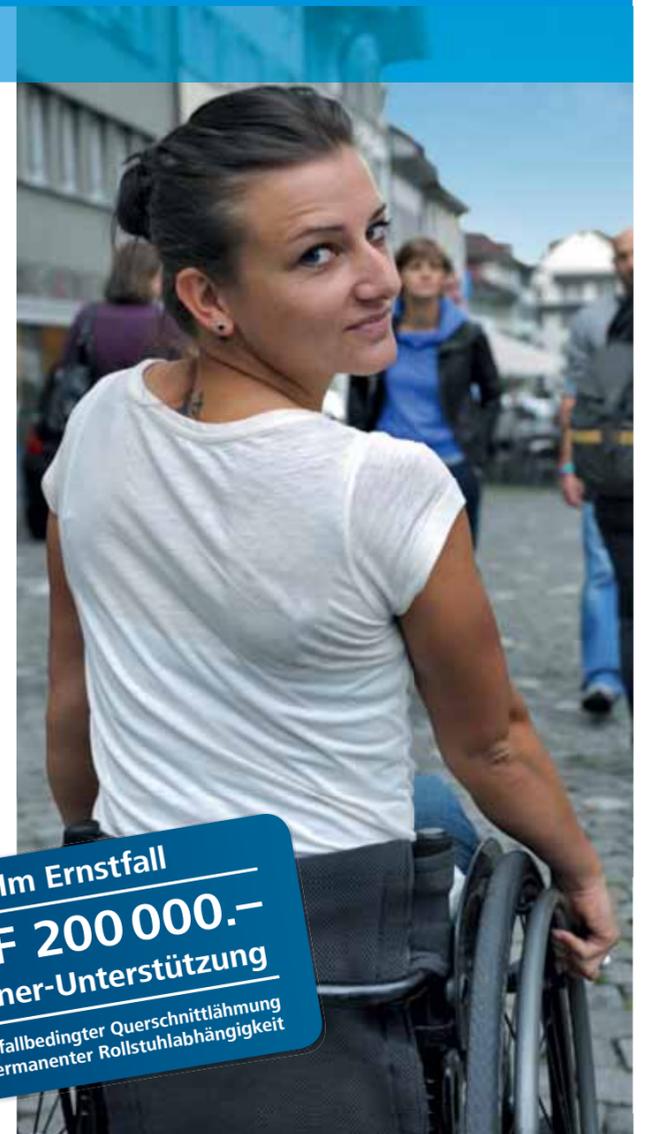
Als Mitglied erhalten Sie CHF 200 000.– Gönner-Unterstützung bei unfallbedingter Querschnittlähmung mit permanenter Rollstuhlabhängigkeit. Unabhängig von Versicherungsleistungen und weltweit.

#### Mitgliedschaft

<b>Einzelmitglied</b>	CHF	45.– pro Jahr
<b>Alleinerziehende</b> (mit eigenen Kindern unter 18 Jahren)	CHF	45.– pro Jahr
<b>Ehepaar</b>	CHF	90.– pro Jahr
<b>Familie</b> (mit eigenen Kindern unter 18 Jahren)	CHF	90.– pro Jahr
<b>Dauermittglied</b> (pro Person)	CHF	1000.– einmalig

#### Geschenkmitgliedschaft

für Ihre Mitarbeitenden, Ihr Patenkind oder zu einem besonderen Anlass.



**Im Ernstfall**  
**CHF 200 000.–**  
**Gönner-Unterstützung**  
Bei unfallbedingter Querschnittlähmung  
mit permanenter Rollstuhlabhängigkeit

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf.  
[www.paraplegie.ch](http://www.paraplegie.ch)

# Wir begleiten Querschnittgelähmte. Ein Leben lang.

## Was ist entscheidend bei der Versorgung und Therapie eines Querschnittgelähmten?

Wichtig - und oft zukunftsentscheidend für den Patienten - ist die richtige Erstversorgung und korrekte Bergung am Unfallort. Tausende von Notfallspezialisten werden im hauseigenen Schweizer Institut für Rettungsmedizin (SIRMED) für diese verantwortungsvollen Einsätze ausgebildet. Die Querschnittgelähmten werden mit Schaufelbahre und Vakuummatratze transportiert und bei ungenügender Atmung sofort intubiert. Droht eine lebensgefährliche Rückenmarkanschwellung, verabreicht das Ärzteteam hochdosiertes Corticosteroid. Wenn nötig, wird später die Wirbelsäule durch einen chirurgischen Eingriff stabilisiert. In diesem Bereich haben wir grosse Fortschritte gemacht. Viele Patienten erholen sich ganz oder teilweise nach 6 bis 12 Wochen von ihren Lähmungserscheinungen, denn 80% haben eine inkomplette Schädigung des Rückenmarkes.

## Welche wichtigen Fortschritte haben Sie seit dem Bestehen des SPZ Nottwil sonst noch erreicht?

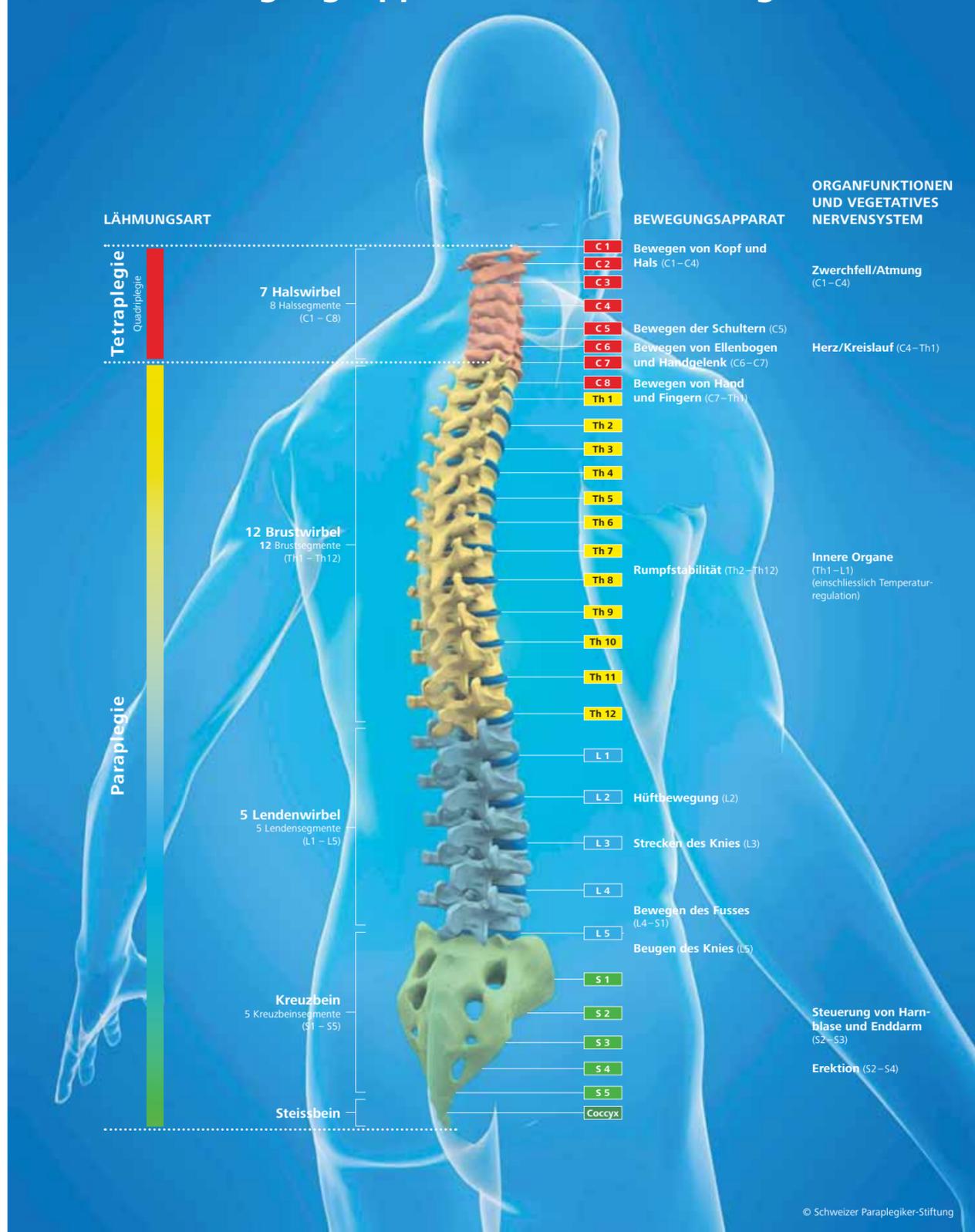
Wir waren die Ersten weltweit, die Patienten mit einer Verletzung am Halswirbel C2 (Red.: siehe Tabelle Rückenmarkverletzungen und ihre Auswirkungen auf den Bewegungsapparat), die überhaupt keine Atmung mehr hatten, wieder berufsfähig machen konnten. Früher waren sie dem Tod geweiht. Heute können Tetraplegiker mit Lähmungen an allen vier Gliedmassen, Computer mittels Zunge oder Bewegung der Augenlider steuern. 90% all unserer Patienten sind nach der gesamtheitlichen Behandlung bei uns wieder arbeitstüchtig. Wichtig für den Alltag ist das Management der Blasen- und Darmentleerung, welches die Patienten bei uns lernen und somit fast ausnahmslos von ihrer anfänglichen Inkontinenz befreit werden. Das Zentrum für hindernisfreies Bauen berät jährlich in zweibis dreihundert Projekten Architekten und Bewohner, und baut rund 120 weitere Wohnungen und Häuser um, damit Rollstuhlfahrer so bald als möglich wieder daheim leben können. In unserer Orthotec werden pro Jahr zirka 250 Autos technisch umgerüstet, damit Betroffene trotz gelähmter Beine wieder mobil sind. Zudem fährt über die Hälfte der Tetraplegiker mit einem eigenen Auto wieder nach Hause. In unserem Institut für Berufsfindung sorgen Fachleute für die Wiedereingliederung des Patienten in den Beruf. Mit dieser und noch vielen weiteren Neuerungen sind wir unserer Vision «Chancengleichheit für Querschnittgelähmte» ein grosses Stück näher gekommen. Aber es gibt noch viel zu tun. Im Guido A. Zäch-Institut Nottwil wird Forschung betrieben. Hier geht es um ganzheitliche Rehabilitationsforschung zur nachhaltigen Verbesserung der Lebensqualität. Zurzeit wird durch Martin Schwab, ETH Zürich, ein Mittel erforscht gegen das «NOGO-Gen», welches dafür verantwortlich ist, dass Nervenzellen des Zentralnervensystems nicht mehr nachwachsen. Ein zukünftiges Forschungsgebiet ist die Stammzellenforschung. Beides könnten Meilensteine in der Behandlung von Querschnittgelähmten sein.

Interview: Ursula Burgherr

Schweizer Paraplegiker-Stiftung,  
Guido A. Zäch Strasse 10, 6207 Nottwil.  
Tel. 041 939 63 63.

Weitere Informationen unter [www.paraplegie.ch](http://www.paraplegie.ch)

## Rückenmarkverletzung und Auswirkung auf Bewegungsapparat sowie innere Organe



Ganzheitliche Behandlung von Querschnittgelähmten

(zVg)



Pro Jahr werden im SPZ ca. 250 Autos umgerüstet, damit Betroffene trotz gelähmter Beine wieder mobil sind

(zVg)



90% aller Patienten sind nach der Behandlung im SPZ Nottwil wieder arbeitstüchtig

(zVg)

# Wir begleiten Querschnittgelähmte. Ein Leben lang.

## Abschied vom bisherigen Leben und ein Neuanfang

### Die Geschichte von Paraplegiker Christian Hamböck

*Christian Hamböck sitzt seit 16 Jahren im Rollstuhl. Als Leiter Fundraising der Schweizer Paraplegiker-Stiftung macht er sich für Menschen stark, die sein Schicksal teilen und querschnittgelähmt sind.*

Es passierte im Juli 1998. Christian Hamböck aus Basel, damals 31, hatte als begeisterter Gleitschirmpilot bereits über 50 Flüge hinter sich und fühlte sich sicher, als er in Gstaad abhob. Er befand sich auf ca. 15 Metern Höhe, als ihn ganz plötzlich eine Windböe erwischte und seinen Schirm eindrückte. Der ausgebildete Betriebsökonom erinnert sich: «Ich stürzte in Sekundenbruchteilen Richtung Erde, versuchte in einem Reflex mit den Beinen abzubremsen und machte beim Aufprall eine Schleuderbewegung mit dem Oberkörper. Danach blieb ich liegen mit wahnsinnigen Schmerzen und schrie.» Ein Helikopter brachte ihn ins Regionalspital Saanen und nach dem Röntgenbefund noch am gleichen Tag in die Notfallaufnahme des Paraplegiker-Zentrums Nottwil. Der unterste Brustwirbel war zerborsten. «Was das für mein zukünftiges Leben bedeuten sollte, realisierte ich damals noch nicht», erinnert sich Hamböck, «ich war einfach froh, dass man mir Medikamente gab, dank denen die unerträglichen Schmerzen aufhörten.» Nach zwei Operationen verbrachte er vier Wochen in der Intensivstation. Dort sagte man ihm nach einigen Tagen, dass er wahrscheinlich nie mehr gehen könne. «Ich wusste ja, dass etwas Schlimmes passiert war, weil ich kein Gefühl in den Beinen hatte, aber die Diagnose war doch ein Schock.» Sein damali-

ger Chef versicherte ihm, dass er seinen Job behalten könnte, was eine grosse Beruhigung in der Misere war. Depressionen bekam Hamböck nie. «Aber es tat schon wahnsinnig weh, von meinem bisherigen Leben Abschied zu nehmen.» Im Schweizer Paraplegiker-Zentrum wurde er umsorgt aber auch gefordert. Nach dem Umzug auf die Bettenstation standen täglich von morgens bis abends Therapien auf dem Programm, damit Christian Hamböck möglichst schnell seine Selbstständigkeit wieder erreicht. Und er merkte, wie es aufwärts ging. «Am Anfang war ich mit meinem Rollstuhl 6 Minuten unterwegs, in wenigen Wochen dann 6 bis 7 Stunden.» 5 Monate verbrachte er in Nottwil und der Einstieg in den Alltag gestaltete sich schwierig. «Ich wohnte mit Kollegen in einem Altbau im Hochparterre und brauchte ständig Hilfe. Das fiel mir anfänglich schwer. Heute kann ich besser damit umgehen, bin aber auch viel selbstständiger geworden.» 10 Jahre habe es gebraucht, bis er nicht mehr davon träumte, wieder auf eigenen Beinen gehen zu können; und der Rollstuhl zur selbstverständlichen Fortsetzung seines Körpers wurde. Getragen wurde er während der Zeit von seiner Familie, dem Freundeskreis und seiner Frau, mit der er in einer rollstuhlgängigen Wohnung lebt und die gemeinsame 11-jährige Tochter grosszieht. Vor 15 Jahren wechselte er seinen Job und wurde Leiter der Abteilung Fundraising in der Schweizer Paraplegiker-Stiftung. «Ich habe ein erfülltes Familienleben und sehe jeden Tag einen Sinn hinter meiner Arbeit. Das kann nicht jeder von sich behaupten», meint der mittlerweile 47-Jährige und fügt hinzu: «Ich bin ein glücklicher Mensch.»

Ursula Burgherr



Christian Hamböck macht sich für Menschen stark, die wie er querschnittgelähmt sind (zVg)

### Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS):

Die Schweizer Paraplegiker-Stiftung (SPS) wurde 1975 von Dr. Guido A. Zäch gegründet. Sie gehört heute zu den grössten gemeinnützigen Werken unseres Landes. Die Schweizer Paraplegiker-Gruppe umfasst ein integrales Leistungsnetz für Querschnittgelähmte. Die Verknüpfung lückenloser Dienstleistungen von der Unfallstelle über die medizinische Versorgung, Rehabilitation bis zur lebenslangen Begleitung und Beratung ist einzigartig. Mehr als 1.8 Mio. Personen sichern mit ihrer Zugehörigkeit zur Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung eine tragfähige finanzielle Basis für die Tätigkeit dieses Solidarwerks. Über 1'400 Mitarbeitende setzen sich täglich für die Erfüllung ihrer anspruchsvollen Aufgaben ein.

[www.paraplegie.ch](http://www.paraplegie.ch)



Die schöne Eingangshalle im SPZ Nottwil mit dem grossen Glasdach ist Begegnungszentrum für Patienten und Besuchende (zVg)

## «Es ist ein spannendes Leben!»

### Die Geschichte von Paraplegikerin Manuela Schär

*Sitzt man der 30-jährigen Manuela Schär aus Kriens gegenüber, fallen als erstes ihr sportgestählter Oberkörper und ihr strahlendes Lachen auf. Und erst danach, dass sie Rollstuhlfahrerin ist.*

Vor ein paar Wochen hat Manuela Schär an den IPC-Europameisterschaften Leichtathletik 2014 in Swansea 4x Gold für die Schweiz im Rollstuhllernen geholt. «Es läuft mir gut», sagt sie und ihre Augen blitzen unternehmungslustig. 2004 gingen bei den Paralympics Athen Silber und Bronze auf ihr Konto, vier Jahre später gewann sie erneut Bronze in Beijing. 2013 wurde sie Weltmeisterin im Rollstuhl-Marathon. Manuela Schär ist eine der erfolgreichsten helvetischen Behinderten-Sportlerinnen.

Als der tragische Unfall passierte, war sie erst 8 und schon ein sportliches kleines Mädchen, das gerne um die Wette lief und turnte. Für den Geburtstag einer Schulkollegin hatte man eine Schaukel in deren Garten errichtet. Weil es vor dem Festtag lange geregnet hatte, war der Boden matschig und die Haltestangen konnten sich nicht tief genug verankern. Das stellte sich aber erst heraus, als das ganze Gebilde zusammenbrach. Eine der Stangen prallte auf Manuela und brach ihr das Rückgrat. «Ich kann mich gut an den Moment erinnern», sagt die junge Frau heute, «nichts tat weh, als die Ambulanz mich ins

Kinderspital Luzern brachte, aber ich hatte Mühe mit Atmen.» Sofort wurde klar, dass sie ein Fall für das Schweizer Paraplegiker-Zentrum war. Das schwerverletzte Mädchen wurde noch am selben Tag mit der Rega nach Nottwil geflogen. Obwohl sie ihre Beine nicht mehr spürte, habe es Wochen gebraucht, bis sie psychisch bereit war, ihrer Physiotherapeutin die entscheidende Frage zu stellen: «Werde ich je wieder gehen können?» Die Antwort war negativ und für Manuela brach eine Welt zusammen. «Im ersten Moment dachte ich, dass ich 24 Stunden auf Hilfe angewiesen wäre und mein Leben zu Ende sei. Das hat sich Gottseidank nicht bewahrheitet.» Es sei eine schwere Zeit gewesen für die ganze Familie, erinnert sie sich zurück. «Nach dem Austritt aus dem Paraplegiker-Zentrum ging ich wieder in die Primarschule und es war anfänglich seltsam, dass ich nun in einem Rollstuhl sass. Doch sowohl ich als auch meine Kolleginnen und Kollegen gewöhnten sich schnell daran und es wurde zur Selbstverständlichkeit.» Heute lebt sie völlig selbstständig in ihrer eigenen Wohnung und arbeitet nach ihrer KV-Lehre bei der Schweizer Paraplegiker-Vereinigung im Aussendienst. Ihre grosse Leidenschaft gehört jedoch dem Sport. Seit 2006 trainiert sie täglich in ihrem Rennstuhl und steigert ihre Leistungen stetig. «Wenn ich tauschen könnte, würde ich sofort wieder auf eigenen Beinen gehen wollen», sagt sie, «aber ich mache das Beste aus meiner Situation und bin als Leichtathletin im Behindertensport viel im In- und Ausland unterwegs. Es ist ein spannendes Leben.»

Ursula Burgherr



Manuela Schär ist eine der erfolgreichsten Rollstuhlsportlerinnen der Schweiz (zVg)