

Zwischen Vertrauen, Fürsorge und Lebensqualität

Für Adriana Steinegger-Stamm beginnt gute Medizin nicht bei Diagnosen, sondern bei den Menschen. Die neue Chefärztin der Pflege Eulachtal setzt auf Nähe, Vertrauen und eine enge Zusammenarbeit mit der Pflege. Im Interview spricht sie über die Fussstapfen ihres Vaters, die Vorteile des Heimärztemodells, die Verbindung von Seele und Körper – und darüber, Menschen loszulassen.

ELGG/REGION Die Pflege Eulachtal ist für Adriana Steinegger-Stamm kein unbekannter Ort. Bereits als Kind begegnete sie der Institution durch ihren Vater, Dr. Franz Stamm, der hier viele Jahre als Hausarzt und später als Chefarzt tätig war. Seit Januar 2023 arbeitet sie neben ihrer Tätigkeit als Hausärztin selbst als Heimärztin bei der Pflege Eulachtal. Seit dem 1. April 2026 trägt sie die Verantwortung als Chefärztin. Die Mutter von drei kleinen Kindern und Nachfolgerin von Dr. med. Simone Meyer übernimmt die Aufgabe in einer Zeit, in der die Langzeitpflege immer wichtiger wird. Ein Gespräch über Beziehungen, Lebensqualität und die Frage, was Menschen am Ende ihres Lebens wirklich brauchen.

«Sie sagen: «Wenn unsere Bewohnerinnen und Bewohner glücklich sind, haben wir unsere wichtigste Aufgabe erfüllt.» Woran erkennen Sie, dass diese Aufgabe gelungen ist?
Adriana Steinegger-Stamm: Viele Menschen kommen mit gemischten Gefühlen zu uns. Sie verlassen ihr Zuhause, geben einen Teil ihrer Selbstständigkeit auf und wissen oft nicht, was sie erwartet. Umso schöner ist es, wenn ich erlebe, wie jemand nach einiger Zeit ankommt, Beziehungen knüpft und sich bei uns wie zuhause fühlt. Glücklich sein bedeutet dabei nicht, dass jemand keine Beschwerden mehr hat. Aber wenn Menschen gerne hier leben, sich sicher, respektiert und gut aufgehoben fühlen und ihre



Adriana Steinegger-Stamm folgt als Chefärztin der Pflege Eulachtal auf Dr. med. Simone Meyer. Ihr Fokus: eine Medizin, die den Menschen in den Mittelpunkt stellt.

Lebensqualität möglichst lange erhalten bleibt, dann haben wir sehr viel erreicht. Darauf arbeiten wir jeden Tag hin.
Ihr Vater war ebenfalls Chefarzt der Pflege Eulachtal. Schliesst sich damit ein Kreis?
Ja, ich bin mit der Pflege Eulachtal gewissermassen aufgewachsen. Die Hausarztpraxis meines Vaters war bei uns zuhause, und als älteste Tochter durfte ich ihn manchmal auf Haus- und Heimbefuche begleiten. So habe ich schon früh erlebt, was Medizin bedeuten kann: Menschen nicht nur behandeln, sondern begleiten.

«Wenn unsere Bewohnerinnen und Bewohner glücklich sind, haben wir unsere wichtigste Aufgabe erfüllt»

Sind Sie deshalb Ärztin geworden?
Nicht ausschliesslich. Architektur oder etwas mit Natur hätten mich ebenfalls interessiert. Aber die Medizin blieb immer präsent. Sie hat mich nie mehr losgelassen.
Was hat Sie gereizt, die Nachfolge von Simone Meyer anzutreten?
Zunächst musste ich mir das gut überlegen. Ich arbeite weiterhin als Haus-

ärztin und habe drei kleine Kinder zuhause, die mich ebenfalls brauchen. Gleichzeitig kenne ich die Pflege Eulachtal seit einigen Jahren als Heimärztin. Ich kenne die Häuser, die Menschen und die Kultur. Mir erschien es wichtig, dass diese Aufgabe jemand übernimmt, der die Pflege Eulachtal bereits von innen kennt. Jedes Haus hat seinen eigenen Charakter, jedes Team seine eigene Dynamik.

Was macht das Heimärztemodell der Pflege Eulachtal besonders?
Unser Ärzteteam ist nicht nur dann da, wenn etwas passiert. Wir sind jede Woche vor Ort, arbeiten eng mit der Pflege zusammen und begleiten die Menschen über längere Zeit. Dadurch entsteht Vertrauen.
Viele Bewohnerinnen und Bewohner wechseln beim Eintritt zu uns damit auch ihre Hausärztin oder ihren Hausarzt. Das ist zunächst manchmal ein Einschnitt. Gleichzeitig ermöglicht uns das Heimarztmodell eine sehr engmaschige Betreuung. Wir kennen die Menschen, ihre Geschichte, ihre Gewohnheiten und ihre Bedürfnisse.

Sie sprechen oft von Beziehungen. Weil sie zentral sind. Auf dem Papier kommt zunächst einfach ein Name zu mir. Doch je mehr ich über einen Menschen erfahre, desto mehr Farben und Formen bekommt dieses Bild. Plötz-



Das Heimärztemodell ermöglicht Nähe und Kontinuität: Adriana Steinegger-Stamm bei einer Visite im Pflegezentrum Eulachtal.

lich erzählt jemand von einer grossen Liebe, von einem Beruf, von einer Leidenschaft fürs Klavierspielen oder von einem bewegten Leben. Diese Geschichten helfen mir, den Menschen zu verstehen.
Was lernt man über Menschen, wenn man ihnen wirklich zuhört?
Dass Körper und Seele viel enger verbunden sind, als wir oft denken. Das hat mich schon früh fasziniert und bestätigt sich bis heute immer wieder. Manchmal klagt jemand über körperliche Beschwerden, und erst im Gespräch wird sichtbar, dass Sorgen, Einsamkeit oder eine Depression dahinterstehen. Wenn wir diese Themen angehen, verschwinden oft auch die körperlichen Symptome. Sobald die Seele gesundet, beginnt oft auch der Körper zu gesunden.

Sie arbeiten neu auch eng mit einer klinischen Fachspezialistin zusammen. Ja, und das ist ein grosser Gewinn. Sie entlastet mich im Alltag und bringt gleichzeitig eine zusätzliche Perspektive ein. Durch ihre Erfahrung in der Pflege sieht sie oft Dinge aus einem anderen Blickwinkel. Davon profitieren wir alle – insbesondere die Bewohnerinnen und Bewohner.

Viele Menschen haben Berührungsängste mit dem Thema Lebensende. Wie gehen Sie damit um?

Das Lebensende gehört zum Leben dazu. Ich erlebe oft, dass Menschen irgendwann spüren, dass ihr Weg sich dem Ende zuneigt. Für mich ist es wichtig, dies ernst zu nehmen. Nicht jeder Mensch möchte um jeden Preis noch länger leben. Manchmal besteht die Aufgabe nicht darin, das Leben um jeden Tag zu verlängern, sondern Leiden zu lindern, Sicherheit zu geben und Abschied zu ermöglichen. Auch das ist Fürsorge. Und auch das darf Teil eines würdevollen Lebens sein.

Was wünschen Sie sich für Ihre neue Aufgabe?
Dass wir uns weiterhin Zeit nehmen für die Menschen. Die Medizin verändert sich ständig, die Ressourcen werden knapper. Umso wichtiger bleiben Menschlichkeit, gute Zusammenarbeit und Vertrauen. Und wenn unsere Bewohnerinnen und Bewohner sagen können: «Mir geht es hier gut», dann haben wir gemeinsam sehr viel erreicht.

DANIELA SCHWEGLER, PFLEGEN-ZENTRUM EULACHTAL

Elgger / Nadorfer Zeitung

**«Optimal Regional»**

Der Tennis Club Elgg feiert sein 50-jähriges Jubiläum

ELGG Spätestens seit den 1990-er Jahren ist Tennis als Breitensport fest in der Schweizer Sportlandschaft verankert. Als der Tennis Club Elgg (TCE) im Jahr 1976 gegründet wurde war das noch nicht unbedingt der Fall.

In vielen Köpfen haftete dieser Sportart damals noch etwas Elitäres an, man beobachtete den aufstrebenden Sport öfters mit Skepsis. Diese Erfahrung machten auch die Gründer des TCE mit dem ersten Präsidenten Bruno Fritsche, welcher sich einigem Widerstand entgegenstellen musste, um die Vision einer Elgger Tennisanlage zu verwirklichen. Die Zeit, Energie und Nerven, welche dieses Unterfangen gekostet haben muss, haben sich allemal gelohnt: auch 50 Jahre nach der Gründung ist der TCE ein gesunder und lebendiger Verein, welcher seinen Mitgliedern aus Dorf und Region und von jung bis alt diesen vielseitigen Sport ermöglicht.

An der Jubiläumsfeier vom 4. Juli begrüsst Präsident Remus Frei und der Vorstand bei idealem Wetter rund 80 Gäste, darunter alle bisherigen Ver-

einspräsidenten: Bruno Fritsche, Peter Fraude und Sonja Lutz. Das Programm der Feier hielt für jeden Geschmack etwas bereit: Tennis auf hohem Niveau, vorgetragen von Gregory und Maxime Grünig aus Winterthur (beide gehören zu den 150 Besten der Schweiz), Live-

Musik und natürlich ein gutes Essen unter freiem Himmel.

Beim von nostalgischen Fotos untermalten Vereinsrückblick hob Remus Frei auch die grosse Fronarbeit hervor, mit welcher engagierte Mitglieder die



Schweizer Top-Tennis in Elgg.

Tennisanlage über die fünf Jahrzehnte in mehreren Schritten sanft renovierten und laufend instand hielten, so dass man in Elgg zu sehr erschwinglichen und seit Jahren unveränderten Preisen Tennis spielen kann. Im Kern ist die Anlage seit der Gründung unverändert,

was vom Weitblick der Gründer, aber auch von Qualität, Beständigkeit und Sorgfalt zeugt. Mit solch solidem Fundament darf man sich auf viele weitere Jahre Tennissport in Elgg freuen!

TENNIS CLUB ELGG



Stimmungsvolles Abendessen unter freiem Himmel.

Bilder: zVg