

Hilfe holen lohnt sich

Überlastung Auf den Betriebsleiterinnen und Betriebsleitern lastet ein grosser Druck. Mit Folgen für die Gesundheit. Ein möglicher Ausweg: darüber reden.

Nachricht

Vorsorge für die Frau: Welche Leistungen sind gedeckt?

Die gynäkologische Vorsorgeuntersuchung wird zur Prävention von Brust- und Gebärmutterhalskrebs alle drei Jahre von der Grundversicherung übernommen. Dabei fallen Franchise und Selbstbehalt an. Bei auffälligen Befunden wird das Untersuchungsintervall mit der Frauenärztin oder dem Frauenarzt festgelegt. Zur Vorsorge gehören Vorgespräch, Abtasten der Brust sowie die Untersuchung des Unterleibs inklusive Krebsabstrich. Wird ein Befund festgestellt, gilt die weitere Behandlung als Krankheit und wird von der Grundversicherung übernommen. Wer jährlich zur Vorsorge geht, muss die Untersuchungen in den Zwischenjahren grundsätzlich selbst bezahlen. Eine Zusatzversicherung kann diese Kosten decken. Agri-Spezial der Agrisano vergütet beispielsweise 90 Prozent der Kosten, maximal 500 Franken pro Jahr, wenn die Grundversicherung nicht leistungspflichtig ist. Eine Zusatzversicherung kann sich deshalb für Frauen lohnen, die jährlich zur gynäkologischen Vorsorge gehen.

Monika Veronesi, Agrisano

Es gibt sie, die Stimmen von Betroffenen, die ihre Geschichte teilen. Sie erzählen von Druck, Ängsten, Sorgen und dem Gefühl, den Herausforderungen des landwirtschaftlichen Alltags nicht mehr gewachsen zu sein. Da ist Pirmin Bötsch, Gemüsebauer am Bodensee, oder Ralf Kleger, der die Milchwirtschaft und den Obstbau wegen Überlastung schliesslich ganz aufgeben musste.

Rund um die Uhr

Die beiden Männer in den Dreissigern erzählen in einer Radiosendung auf SRF 3 von ruhelosen Nächten über der Wetterradar-App, Selbstvorwürfen nach einem Ernteschaden, der ständigen Präsenz rund um die Uhr und der Bürokratie, die ihnen zu schaffen machte. Dazu kam bei Kleger die öffentliche Kritik: «Du gibst deine ganze Kraft für gute Lebensmittel und wirst nur angefeindet, das hat mich tief verletzt», sagt er in der Radio-



Viele Landwirte kämpfen mit mentalen Problemen. SYMBOLBILD: ZVG

sendung. Er erlitt schliesslich ein Burn-out und stieg danach aus der Landwirtschaft aus. «Nach mehreren Generationen, die hier vor mir den Hof geführt haben, gebe ich jetzt auf. Das war ein sehr schwieriger Schritt.»

Dass es vielen Landwirten schwerfällt, sich Hilfe zu holen oder gar «aufzugeben», weiss Andrea Schatt. Im Rahmen ihrer Masterarbeit hat sie untersucht, welche Faktoren die Bereitschaft von Landwirtinnen fördern, psy-

chologische Unterstützung in Anspruch zu nehmen. In der landwirtschaftlichen Berufskultur gelten laut Schatt nach wie vor Stolz, Durchhaltevermögen und Eigenständigkeit als zentrale Werte. «Für die Betroffenen, die ich für meine Arbeit interviewt habe, gehören psychische Belastungen zum Beruf und müssen ausgehalten werden», resümiert Schatt in ihrer Arbeit.

Erst wenn der Leidensdruck zu hoch werde oder die Belastung zu lange andauere, werde Unterstützung ausserhalb des familiären Umfelds in Anspruch genommen. «Betroffene arbeiten mehr, verzichten auf Pausen und versuchen, die Situation allein zu bewältigen», schreibt Schatt, die beim Maschinenring Schweiz im Bereich Marketing und Kommunikation arbeitet. Kurzfristig entstehe so der Eindruck, die Belastung unter Kontrolle zu haben. Langfristig nähmen jedoch Erschöpfung, Fehler und psychische Belastungen zu.

Wie schwierig es ist, diesen Schritt zu machen, zeigt auch das Bäuerliche Sorgentelefon. Dort gehen seit rund 30 Jahren jährlich durchschnittlich lediglich 100 Hilferufe ein. Dies, obwohl die psychische Belastung von Landwirten in der Schweiz laut Schatt in den vergangenen Jahren zugenommen hat und Studien darauf hindeuten, dass sie etwa doppelt so häufig von Burn-out betroffen sind wie die Allgemeinbevölkerung.

Seine Geschichte teilen

Als eines der wichtigsten Elemente, um die Akzeptanz für mentale Probleme zu stärken, sieht Andrea Schatt darin, dass Betroffene ihre Geschichten teilen. Laut ihr gehöre es zu einer erfolgreichen Betriebsführung dazu, sich mit der eigenen mentalen Gesundheit auseinanderzusetzen. Sie fragt schliesslich: «Einer kranken Kuh hilft man ja auch, oder?» Cécile Luterbacher