

WEGBEGLEITER

Ausgabe 1 / 2024

STERBEHILFE
STERBEBEGLEITUNG

ENTSCHEIDUNGEN AM
LEBENSENDE



Hospizbewegung
im Idsteiner Land e. V.

Inhaltsverzeichnis

Warum bin ich im Vorstand der Hospizbewegung	3
Wenn Menschen nicht mehr leben wollen.....	4 + 5
Letzte Hilfe Kurs	6
Erfahrungen einer Teilnehmenden.....	7
Sterben.....	9
Aus dem Palliativ-Pflegeteam.....	10
Sterbehilfe hat viele Facetten	11
Gedanken zum assistierten Suizid	12
Bitte, bringen Sie mich in die Schweiz	13
Buchtipp / Aufruf	14
Termine / Impressum	15
Zwei Wölfe im Herzen	16

Mitmachen!

Diesen Hinweis finden Sie auf der „Willkommen“-Seite unseres Internetauftritts. Hier können Sie sich zu unserem Newsletter anmelden oder Mitglied werden. Erzählen Sie auch gerne Familie, Freunden, Bekannten und Kollegen von uns.

Liebe Mitglieder, liebe Freundinnen und Freunde der Hospizbewegung!

Es berührt uns, den Vorstand der Hospizbewegung, wenn Menschen dankbar von der Begleitung durch die Ehrenamtlichen erzählen und begeistert sind von den Hilfen, die sie durch unser Palliativ-Team erfahren haben. Leider hören wir auch immer wieder, dass Schwerkranke und ihre Angehörigen noch nie etwas von den Möglichkeiten der hospizlichen Begleitung und palliativen Versorgung gehört haben und die Betroffenen mit großen Schmerzen und nach vielen Krankenhausaufenthalten gestorben sind. „Wir waren so hilflos und hatten Angst, alles falsch zu machen“, bedauerten die Hinterbliebenen. Es ist schade, dass wir mit der Öffentlichkeitsarbeit, die wir leisten, immer nur einen kleinen Personenkreis erreichen. Deshalb brauchen wir Sie! Sagen Sie es weiter, sprechen Sie über ihre guten Erfahrungen und scheuen Sie sich nicht, die Menschen in der Nachbarschaft auf die Hospizbewegung aufmerksam zu machen. Ich weiß, dass das schwierig sein kann, weil viele Menschen lieber den Kopf in den Sand stecken als über ihr nahes Ende zu reden. Sterben und Tod gehören immer noch zu den großen Tabuthemen, wenn es uns persönlich betrifft. Doch gemeinsam können wir es schaffen, dass alle sehen, dass es ganz viele Hilfen in dieser schweren Zeit gibt.

Manche Menschen möchten sterben und wünschen sich dazu Hilfe von uns. Deshalb befasst sich diese Ausgabe unserer Zeitschrift mit dem Thema Sterbehilfe und Sterbebegleitung. Was steckt hinter dem Wunsch nicht mehr leben zu wollen? Wie können wir den Menschen vermitteln, dass sie sich nicht nur als Last empfinden, sondern auch in ihrem durch Krankheit und Behinderung eingeschränkten Leben noch einen Sinn entdecken und spüren, dass sie von Liebe und Fürsorge umgeben sind? Was können die Betroffenen selber tun? Wichtig ist, dass sie sich rechtzeitig Gedanken darüber machen, wie und wo Sie sterben wollen und dass Sie darüber mit ihren Angehörigen ins Gespräch kommen. Gute Instrumente dafür sind die Patientenverfügung und die Vorsorgevollmacht. Hier können Sie festlegen, welche Behandlung Sie am Lebensende wünschen und was Ihnen wichtig ist. Außerdem kann Ihnen so die Angst genommen werden, dass Sie irgendwann hilflos an Apparaten hängend nicht leben und nicht sterben können. Die Palliative Versorgung ist dafür da, dass Sie selbstbestimmt und gut betreut in Frieden und Würde leben und sterben können.

Ich wünsche Ihnen viel Lebensfreude, Kraft und Gesundheit und Menschen, die ihnen zugetan sind und verspreche Ihnen, dass wir uns gern und möglichst frühzeitig um Sie kümmern, wenn Sie Fragen haben oder Sie oder Ihre Angehörigen Hilfe und Unterstützung benötigen.

Heinke Geiter

Warum bin ich eigentlich im Vorstand der Hospizbewegung

Diese Frage haben sich die Mitglieder des Vorstandes gestellt. Oft sind es persönliche Erfahrungen beim Sterben von Freunden oder Verwandten. Manchmal ist es eine gelungene Sterbebegleitung, auf die dankbar zurückgeschaut wird, manchmal eine negative Erfahrung verbunden mit dem Wunsch, dazu beizutragen, dass andere Sterbende und ihre Familien besser begleitet werden.

Hier ist ein bunter Strauß mit ganz unterschiedlichen Antworten:

„Ich engagiere mich in der Hospizarbeit, weil dort der sterbende Mensch mit seinen Wünschen, Hoffnungen und Ängsten im Mittelpunkt allen Denkens und Handelns steht und ich diese Haltung auch im Vorstand wiederfinde, nämlich: Das gemeinsame Anliegen in den Mittelpunkt zu stellen, sich selbst zurückzunehmen, vom anderen her zu denken, ihn wertschätzend wahrzunehmen und sich für die gemeinsamen Ziele einzusetzen.

Angesichts des Todes entdecke ich, wie kostbar das Leben ist und dass jeder Tag so gelebt werden sollte, als wäre er der letzte. In der Begegnung mit sterbenden Menschen lerne ich für das Leben und fühle mich immer wieder reich beschenkt.“

Heinke Geiter

„Ich arbeite in der Hospizbewegung, damit der Mensch ein Mensch bleibt.“

Jürgen Schmitt

„Weil Sterben ein Teil des menschlichen Lebens ist.“

Dr. Thomas Umscheid

„Tod und Sterben sollen nicht länger Tabuthemen in unserer Gesellschaft sein. Ich möchte dazu beitragen, dass jeder Mensch am Ende seines Lebens so selbstbestimmt wie möglich und so gut versorgt wie nötig, leben und in Würde sterben darf. Ein Verein, der Menschen in Ihrer letzten Lebensphase so liebevoll begleitet, ist kostbar und unterstützens wert.“

Bettina Weiler

„Die wertvolle Arbeit der Hospizbewegung im Idsteiner Land e.V. ist mir eine Herzensangelegenheit.“

Michaela Lehr-Krüger

„Weil Gesellschaft durch das Ehrenamt lebt. Und: Wenn jeder macht, was er kann, ist alles getan.“

Elke Ott-Loch

„Ich bin bei der Hospizbewegung, weil die Auseinandersetzung mit der Vergänglichkeit die Kostbarkeit des Lebens deutlich machen kann und es dadurch manchmal leichter fällt, das Wesentliche vom Unwesentlichen zu unterscheiden.“

Heidi Göbel

„Ich möchte mit meiner Haltung als Hospizbegleiterin dazu beitragen, dass Berührungsängste abgebaut werden können. Ich glaube daran, dass der Tod nicht das letzte Wort hat.“

Carola Hehner

Stehend von links nach rechts:

Carola Hehner, Elke Ott-Loch, Jürgen Schmitt, Heidi Göbel, Dr. Thomas Umscheid

Sitzend von links nach rechts:

Bettina Weiler, Heinke Geiter, Michaela Lehr-Krüger



Wenn Menschen nicht mehr leben wollen

Sterbehilfe - Eine Anfrage auch an uns?

Im letzten Jahr wurde nach dem Urteil des Bundesverfassungsgerichtes von 2020 erneut über Sterbehilfe diskutiert. Die eingebrachten Gesetzesvorlagen, am Ende waren sie auf 2 reduziert, fanden beide keine Mehrheit. Damit geht die Diskussion weiter. Der Bundesgerichtshof hat festgestellt, dass die Beihilfe zum Suizid erlaubt sein muss, weil auch ein Suizid nicht strafbar ist. Das Parlament sollte dazu einschränkende Ausführungsbestimmungen erlassen. Bis damit bleibt es eine Grauzone, ob die Beihilfe zum Suizid sein darf oder nicht.

Zu dem Thema ist jetzt eine kleine Studie der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin öffentlich gemacht worden. Von November 2020 bis zum Oktober 2021 gingen bei der Geschäftsstelle der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin insgesamt 53 Anfragen zur Suizidassistenten ein. Im Rahmen dieser Studie wurde telefonisch nach den Beweggründen für eine Suizidassistenten gefragt. Die Anrufer wollten wissen: Wer kann mir beim Sterben helfen oder ist Sterbehilfe jetzt erlaubt?

Die insgesamt 53 Anfragen wurden von Personen gestellt die zwischen 20 und 89 Jahren alt waren. Die Anfragen kamen vermehrt von Männern, fast zu 2/3. Bei 5 der Anfragen wurde ein akuter Sterbewunsch geäußert, die anderen Anfragen bezogen sich auf die Information zur aktuellen Lage. Die Auswertung ergab, dass es sich bei den Erkrankungen mehrheitlich um Krebs, um Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems oder um neurologische Erkrankungen handelte. Knapp 1/3 gab keine Erkrankung an. Psychiatrische Erkrankungen waren mit knapp 10 % vertreten. Die Patienten fragten zumeist nach wegen einer hohen Schmerzbelastung oder wegen psychischer Probleme. Immerhin 1/4 klagte über einen Sinnverlust des eigenen Lebens. Einsamkeit oder Angst vor einer Verschlimmerung der Erkrankungen, Angst vor Pflegebedürftigkeit und Angst vor einem qualvollen Versterben waren weitere Gründe. Interessant war, dass alle Anfragenden davon ausgingen, dass Palliativmedizin nur etwas für krebserkrankte Patienten ist. Eine Information über gezielte Symptomenlinderung wie Sedierung und Schmerztherapie war bei den Anrufern vorher praktisch nicht erfolgt.

Eine wichtige Erkenntnis aus dieser Studie ist, dass nach wie vor in der Bevölkerung ein deutliches Informationsdefizit herrscht. Vielen Patienten, die einen Todeswunsch äußern, ist nicht bekannt, dass jede medizinische und pflegerische Maßnahme nur bei entsprechender Indikation und mit ihrem Einverständnis begonnen und weitergeführt werden darf. Sie befürchten zu Unrecht, dass die Nichteinleitung oder Beendigung lebensverlängernder Maßnahmen zwangsläufig mit stark belastenden Symptomen behaftet ist. Das Zulassen des Sterbens durch Nichtaufnahme oder Beendigung lebensverlängernder oder -erhaltender Maßnahmen ist nicht nur erlaubt, sondern sogar ethisch und rechtlich geboten, wenn diese Maßnahmen nichts mehr zur Lebensqualität beitragen oder die Patienten nicht oder nicht länger darin einwilligen. Dazu gehören z.B. künstliche Ernährung, Infusionen, Antibiotika oder auch Beatmungstherapie. Entlastung durch eine gute hospizliche und palliative Versorgung und durch viele Gespräche mit den Patienten und ihren Angehörigen sind wichtiger als alle Angebote der Sterbehilfe. Wer am Ende unter seinen Schmerzen sehr leidet, kann auch um eine sogenannte palliative Sedierung bitten. Das heißt, er bekommt so starke Schmerzmittel, dass er bewusstlos

wird. Aus dieser Bewusstlosigkeit kann der Patient jederzeit wieder aufgeweckt werden. Er kann aber auch so lange im Tiefschlaf bleiben bis er an seiner Erkrankung stirbt.

Wir, die Hospizbewegung im Idsteiner Land bieten von unserer Seite dazu eine solche Beratung an, bzw. vermitteln weiter, wo Sie Rat einholen können. Wichtig ist auch, dass man sich frühzeitig mit der eigenen Endlichkeit auseinandersetzt. Entscheidungen über das Leben unter hohen körperlichen Belastungen durch eine Krankheit oder psychischen Druck zu treffen, ist niemals gut. Auch das Lebensende kann mit einem vernünftigen Konzept durchaus lebenswert sein.

Dr. Thomas Umscheid, Mitglied des Vorstandes

Letzte Hilfe Kurs

Das kleine 1 x 1 des Sterbens

In einer Zeit, in der die Sterblichkeit oft tabuisiert wird, ist der „Letzte-Hilfe-Kurs“ ein wichtiger Schritt, um das Bewusstsein für die Bedürfnisse sterbender Menschen zu schärfen und die Gesellschaft auf eine einfühlsame und respektvolle Art und Weise mit dem Thema Sterben zu konfrontieren.

Der „Letzte Hilfe Kurs“ wurde konzipiert von Dr. Georg Bollig, einem renommierten Experten im Bereich Palliativmedizin. Er und sein Team haben diesen Kurs mit dem Ziel entwickelt, das Bewusstsein und die Fähigkeiten der Teilnehmenden im Umgang mit sterbenden Menschen zu stärken. Dabei geht es nicht nur um medizinische Aspekte, sondern vor allem um menschliche Nähe, Empathie und die Wahrung der Würde des Sterbenden.

Der Kurs ist ein großes Anliegen der Hospizbewegung im Idsteiner Land e.V., die sich seit über 20 Jahren für eine würdevolle Begleitung von Menschen am Lebensende einsetzt.

Unser „Letzte Hilfe Kurs“ richtet sich an alle, die sich aktiv mit dem Thema Sterben auseinandersetzen möchten, als Angehörige, Freunde, Ehrenamtliche oder professionelle Pflegekräfte. Der Kurs vermittelt praktisches Wissen und konkrete Handlungsempfehlungen für die Begleitung Sterbender in den letzten Lebensphasen. Besonders hervorzuheben ist die ganzheitliche Perspektive des „Letzte Hilfe Kurses“.

Die Teilnehmenden lernen grundlegende Fertigkeiten, um Sterbende und ihre Familien zu unterstützen. Dazu gehören einfache Maßnahmen wie das Geben von Trost, das Zuhören und die praktische Hilfe im Alltag. Besonderer Wert wird daraufgelegt, dass die Teilnehmer lernen, mit ihren eigenen Ängsten und Emotionen umzugehen, um eine stabile und unterstützende Präsenz für die Sterbenden zu sein.

Vermittelt werden auch praktische Fähigkeiten und Wissen, um Sterbende in den letzten Lebensphasen besser zu unterstützen. Dadurch fühlen sich Angehörige, Freunde handlungsfähiger und sicherer im Umgang mit der Situation.

Der Kurs ist nicht nur informativ, sondern wird durch unsere Kursleitenden auch einfühlsam und unterstützend gestaltet. Sie schaffen eine offene und vertrauensvolle Atmosphäre, in der die Teilnehmenden ihre eigenen Gedanken und Gefühle teilen können. Durch den Austausch untereinander erfahren die Kursteilnehmenden emotionale Unterstützung.

Die Resonanz auf die „Letzte Hilfe Kurse ist äußerst positiv“.

Viele Teilnehmende berichten davon, dass sie sich nach dem Kurs sicherer und besser vorbereitet fühlen, um Sterbenden und ihren Familien beizustehen. Der Kurs trägt dazu bei, das Sterben als natürlichen Teil des Lebens zu akzeptieren und die letzten Momente eines Menschen würdevoll zu gestalten.

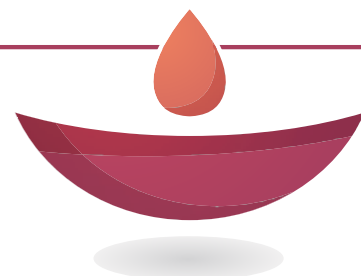
Wir laden Sie herzlich ein, an einem unserer Kurse nach dem Konzept von Letzte Hilfe Deutschland teilzunehmen und sich gemeinsam mit anderen Kursteilnehmenden auf eine Reise der Reflexion und des Lernens zu begeben.

Wenn Sie interessiert sind oder weitere Informationen möchten, kontaktieren Sie uns gerne:

Per Mail: verwaltung@hospizbewegung-idstein.de
oder Telefon: 06126-7002713
oder sehen Sie geplante Termine direkt auf unserer Homepage:
www.hospizbewegung-idstein.de/termine-und-aktuelles

Wir freuen uns darauf, Sie in einem unserer „Letzte Hilfe Kurse“ willkommen zu heißen.

*Ilona Diener,
Leitende Koordinatorin, Hospiz- und Palliativpflegefachkraft*



LETZTE HILFE

www.letztehilfe.info

Erfahrungen einer Teilnehmenden

Neulich habe ich einen „Letzte Hilfe Kurs“ besucht. Ja, du hast richtig gehört, es ging nicht um „Erste Hilfe“ und Sofortmaßnahmen am Unfallort, sondern hier haben wir gelernt, was wir für alle, die uns nahestehen, am Ende ihres Lebens tun können. Ich fand es toll, wie hier ganz offen über das Sterben und den Tod geredet wurde. Jetzt weiß ich, woran ich erkennen kann, wenn ein Mensch stirbt und was sich dabei alles verändert, dass beispielsweise Menschen am Ende ihres Lebens keinen Hunger und Durst mehr haben und Nahrung und Flüssigkeit auch nicht mehr verarbeiten können. „Man stirbt nicht, weil man aufhört zu essen und zu trinken, sondern man hört auf zu essen und zu trinken, weil man stirbt“. Den Satz habe ich mir gut gemerkt, denn ich erinnere mich daran, wie meine Mutter unsere Oma am Ende ihres Lebens immer wieder gedrängt hat, dass sie doch essen müsse, um wieder zu Kräften zu kommen. Oma aber überhaupt nicht gewollt hat. Jetzt weiß ich, warum das so ist.

Eigentlich bin ich ja wegen meiner Mutter in den Kurs gegangen. Ich habe solche Angst, dass sie ihren Krebs nicht überlebt. Zwar ist diese Angst natürlich nicht weg, aber ich weiß jetzt viel mehr, was ich tun kann, und wo ich Hilfe bekomme. Als erstes werde ich mit ihr eine Patientenverfügung erstellen und dann Kontakt zum Palliativ-Team aufnehmen. Außerdem habe ich jetzt den Mut, mit meiner Mutter offen darüber zu reden, wie ihr Weg weitergeht. Ich wüsste nämlich schon gern, wo sie am Ende leben möchte und wie sie beerdigt werden will, habe mich aber nie getraut zu fragen. Doch das habe ich auch in dem Kurs gelernt: Die Sterbenden wissen meistens selbst ziemlich genau, wie es um sie steht und sind froh, wenn wir ehrlich miteinander umgehen und offen miteinander reden.



Ein langer Weg aus Sicht eines betroffenen Freundes

Fred litt unter ALS und er kannte seine Prognose – das langsame Nachlassen der Muskelfunktionen, bis zum Schluss die Atemmuskulatur aussetzen würde. Die Vorstellung, ersticken zu müssen, ließ ihn nicht mehr los und bereitete ihm Albträume, die immer heftiger wurden. Natürlich hatten diese schrecklichen Nächte auch Auswirkungen auf den Tag, er war unausgeschlafen und seine Stimmung litt deutlich darunter, bis er kaum noch fähig war, soziale Kontakte aufrecht zu erhalten. Alles in allem also erheblich reduzierte Lebensqualität gepaart mit Verzweiflung und Angst.

Zu diesem Zeitpunkt fing er an, sich mit dem Thema Suizid zu beschäftigen. Wie – wo – wann? Alle Möglichkeiten, die ihm einfielen, schienen ihm zu unsicher und vor allem zu grausam, für ihn und für seine Hinterbliebenen. Konnte und wollte er wirklich seiner Frau zumuten, ihn erhängt, erschossen oder in einer Blutlache zu finden? Nein, er musste eine andere Lösung finden, ohne Qualen sterben zu dürfen.

Klar, ging ihm auch durch den Kopf, gibt es die Palliativmedizin, die helfen würde und ihm zum Schluss auf Wunsch die palliative Sedierung verabreichen würde. Aber auch diese Vorstellung war für ihn nicht die Lösung. Merkt man wirklich nichts mehr? Hat man nicht doch noch das Gefühl des Erstickens? Und vor allem, wie würde der Weg bis zu diesem Zeitpunkt verlaufen? Nein, für ihn war das zu unsicher, er wollte absolute Sicherheit.

Also beschäftigte er sich mit der nächsten Möglichkeit, die ihm einfiel, der **Sterbehilfe**. Über Internet fing er an sich zu informieren und erfuhr, dass man unter diesem Thema verschiedene Möglichkeiten verstehen konnte.

Tötung auf Verlangen oder **Aktive Sterbehilfe** würden bedeuten, dass jemand auf seinen Wunsch hin aktiv sein Leben beenden würde, z.B. durch eine Spritze. Aber woher die Spritze nehmen? Wem konnte er das zumuten? Es fiel ihm niemand ein, zumal es straffähig wäre.

Bei der **passiven Sterbehilfe** wurde lediglich auf lebensverlängernde Maßnahmen verzichtet. Dies hatte er sowieso schon in seiner Patientenverfügung hinterlegt, kam aber für seine jetzigen Gedanken nicht infrage.

Indirekte Sterbehilfe bedeutete palliative Versorgung, unter der ein frühzeitiger Tod zwar nicht beabsichtigt aber in Kauf genommen wird. Dies hatte er aber bereits für sich ausgeschlossen, siehe oben. Denn was geschieht, wenn trotz sehr starker Opiumdosis Herz oder Lunge nicht versagen und er am Leben bleibt?

Blieb noch **Assistierter Suizid** oder **Beihilfe zum Suizid**. Dazu wird das tödliche Mittel besorgt und zur Verfügung gestellt, muss aber vom Patienten selbst eingenommen werden. Nach Aufhebung eines früheren Gesetzes durch das Bundesverfassungsgericht derzeit noch in einer Grauzone.

Damit war er weitgehend aufgeklärt über die Möglichkeiten, die ihm zur Verfügung standen. In seinem Kopf aber war ein Chaos. Sich derart intensiv und konkret mit dem eigenen Tod zu beschäftigen, brachte ihn doch ziemlich durcheinander. Was tun? Mit dem Hausarzt sprechen? Konnte er helfen?

Er führte also ein Gespräch mit dem Hausarzt, der ihm im Prinzip das, was er bereits recherchiert hatte, bestätigte. Die endgültige Entscheidung konnte er ihm allerdings nicht abnehmen, die konnte er nur ganz alleine fällen.

Dann fand er in seiner Verzweiflung den Mut, mit seiner Frau darüber zu reden – wie er sich fühlte, über die ihn ständig verfolgenden Ängste, die Albträume usw. Sie war sehr verständnisvoll und einfühlsam, konnte seine Gefühle sehr gut nachvollziehen. Doch auch sie konnte ihm die Entscheidung nicht abnehmen, war aber aus Liebe zu ihm bereit, weitere Informationen von professioneller Hilfe zu besorgen. Zugeschickt bekamen sie einen Packen Infomaterial allgemeiner Art, Fragebögen über früheres und jetziges Leben. Beide fühlten sich überfordert, in einer solchen Situation derartige Papiermassen über sich ergehen lassen und noch einmal einen Lebenslauf schreiben zu müssen.

Was tun?

Zuletzt kamen sie zu dem Entschluss, nochmal gemeinsam mit einem Palliativmediziner zu sprechen und ihn um seine praktische Hilfe zu bitten. Dieser kannte die Familie seit vielen Jahren und war natürlich auch mit der aktuellen Situation vertraut. Er versprach, dass er Fred so hoch dosiertes Morphinum geben wird, dass er bewusstlos wird und keine Atemnot bekommt. Selbstverständlich würde er das überwachen und die Sedierung verlängern, bis Fred stirbt, weil seine Atemmuskulatur ganz versagt. So fanden sie gemeinsam eine Lösung, die für alle Beteiligten akzeptabel war.

Beate Hennig,
Hospiz- und Trauerbegleiterin

Aus dem Palliativ-Pflege team

Ätherische Öle in der ambulanten Palliativversorgung

Seit einigen Jahren gehören die ätherischen Öle bei der spezialisierten ambulanten palliativen Versorgung (SAPV) in unsere ‚Werkzeugtasche‘. Sie sind zu einem festen Bestandteil unserer pflegerischen Versorgung geworden. Wir setzen sie nicht therapeutisch ein, machen aber häufig die Erfahrung, dass wir mit unseren Ölen einen positiven Effekt in den Leidensweg unserer Patientinnen und Patienten bringen. Ätherische Öle werden aus Pflanzenteilen gewonnen und in bestimmten Mischungen mit fetten Ölen z.B. Mandelöl entstehen Pflegeöle. Je nach Pflanze mit unterschiedlicher Wirkung auf die Haut und die Psyche. Unsere Patient*innen und deren Angehörige können die Öle selbst anwenden und setzen diese duftende Pflege gerne und häufig ein, weil sie allen Beteiligten gut tut.

Eine andere Anwendungsmöglichkeit ist ein Riechfläschchen. Gute Düfte sind ein Genuss, wecken Erinnerungen, wie ein gutes Glas Wein. Wir hatten einmal eine Patientin mit einer Tumorerkrankung im Bauchraum. Ich nenne sie Frau Wille weil sie sehr klar und selbstbestimmt war. Frau Wille, war ca. 65 Jahre alt und lebte mit ihrem Ehemann und ihrer Mutter im eigenen Haus. Bisher war sie die Seele und die treibende Kraft der Familie. Gegen den Krebs hat sie ein Jahr tapfer gekämpft, viele Therapien über sich ergehen lassen, bis sie selbst fühlte, dass der Weg ins

Sterben vor ihr liegt. Dann kämpfte sie gegen die Beschwerdelast. Wasseransammlungen im Bauchraum drückten gegen ihre Lunge, so dass die Atmung erschwert wurde. Sie wurde mit guter Wirkung medikamentös behandelt und erhielt zusätzlich ein Riechfläschchen mit ätherischen Ölen auf grobkörnigem Salz, die nach ihren Bedürfnissen und Vorlieben zusammengestellt wurden. Sie entschied sich für Lavendel und Orange, die entspannen und für Eukalyptus und Myrte, die die Atmung erleichtern. Das Fläschchen stellte sie sich auf ihr Nachtschränkchen am Bett. Wenn sie Atembeklemmungen bekam, schnupperte sie am Riechfläschchen und verschloss es anschließend wieder. Das empfand Frau Wille als sehr angenehm und entspannend. Wenn es nicht half, nahm sie ihre Bedarfsmedikamente ein. Den Duft setzte sie so gerne ein, dass wir immer mal wieder nachfüllen mussten. Als Frau Wille ins Sterben kam, öffnete ihr Mann das Fläschchen und legte es neben ihr Kopfkissen. Für Herrn Wille war es tröstlich, ihr noch etwas geben zu können, was sie gerne hatte. Der Geruchssinn bleibt bis zuletzt, sodass Frau Wille die Düfte wahrnehmen konnte, wenn auch nicht bewusst. Für die Angehörigen entstand so ein angenehmes Raumklima, in dem sie sich schließlich von ihr verabschiedeten.

*B. Wolff-Weichlein,
Palliativ-Pflegefachkraft*



Sterbehilfe hat viele Facetten

Sterbebegleitung am Lebensende

Du, sag mal, du gehörst doch auch zur Hospizbewegung. Stimmt es, dass die da Sterbehilfe leisten?“

„Ja, denn **wir helfen den Menschen beim Sterben**, indem wir sie und ihre Angehörigen **gut begleiten** und alles tun, dass sie bis zum Tod so gut wie möglich leben können, also ohne Schmerzen, Luftnot und überhaupt alles, was in dieser Lebensphase Probleme machen könnte. Doch ich glaube nicht, dass du das mit deiner Frage gemeint hast. Deshalb kann ich mit derselben Berechtigung auch „Nein“ antworten. „Nein, ganz sicher nicht. Wir **wollen das Leben der schwerkranken Menschen weder verkürzen noch künstlich verlängern**. Das heißt, wir bringen niemanden um, aber wir wollen auch nicht, dass beispielsweise Menschen monatelang künstlich beatmet werden, ohne je wieder das Bewusstsein erlangen zu können oder noch eine weitere Chemotherapie bekommen, obwohl die letzten beiden schon keine Besserung gebracht haben. **Für uns gehört der Tod zum Leben als dessen natürliches Ende.**“

Mein Gesprächspartner gab sich immer noch nicht zufrieden und bohrte weiter nach: „Die Hospizbewegung sagt doch immer, dass die Wünsche der Patienten und ihrer Angehörigen im Mittelpunkt aller Bemühungen stehen. Doch was heißt das, wenn ein Mensch sagt, dass er nicht mehr leben will. Gebt ihr ihm dann die Todesspritze oder den Giftbecher?“

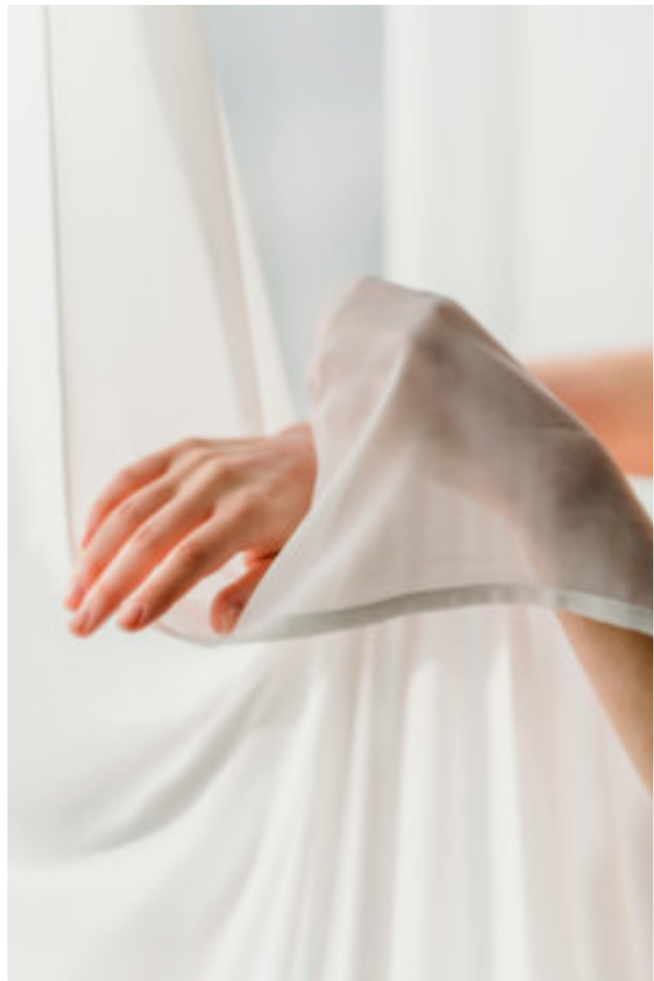
„Nein! Abgesehen davon, dass die **Tötung auf Verlangen** in Deutschland verboten ist, also kein Mensch einem anderen die tödliche Dosis verabreichen darf, so würden wir sie ihm auch nicht bereitstellen, also keine **Beihilfe zum Suizid** begehen. Wenn wir die Menschen gut begleiten, so dass sie sich nicht einsam fühlen, Schmerzen, Atemnot, Übelkeit usw. erfolgreich bekämpft werden und wenn sie dann noch die Möglichkeit haben, über all ihre Fragen, Ängste und Sorgen zu reden und für alles ein offenes Ohr zu finden, dann sind es vielleicht noch einzelne Menschen, die Sterbewünsche äußern. Sie können durch **Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit** ihr Sterben beschleunigen und natürlich in einer **Patientenverfügung** festhalten, dass alle lebensverlängernden Maßnahmen unterbleiben sollen. Dann gibt es keine Wiederbelebung nach einem Herzstillstand, keine künstliche Beatmung, keine Dialyse bei Nierenversagen und keine Behandlung auf einer Intensivstation, damit sie in solchen Krisensituationen sterben dürfen.

„Ja, aber ist das dann nicht **passive Sterbehilfe**?“ wollte mein Gesprächspartner wissen.

Das Abstellen von Geräten, das Beenden oder gar nicht erst Beginnen einer künstlichen Ernährung oder die Untätigkeit bei einem Herzstillstand wurden früher oft als passiver Sterbehilfe bezeichnet. Doch das ist jeweils ein **Zulassen des natürlichen Sterbens**, anstatt durch all die genannten Maßnahmen den Tod hinausschieben zu wollen.

Ich bin überzeugt davon, dass weit weniger Menschen nach Sterbehilfe fragen würden, wenn sie keine Schmerzen haben, sich als Menschen ernstgenommen fühlen, liebevoll umsorgt werden und wissen, dass das ganze Palliativ-Team mit Ärzten, Pflegekräften, Psychologen, Seelsorgern, Sozialarbeitern und Physiotherapeuten für sie da ist, um sie nach allen Kräften zu unterstützen und mit ihnen gemeinsam nach dem besten Weg zu suchen.

Heinke Geiter



Gedanken zum assistierten Suizid

Von Prof. Dr. Claudia Bausewein

Todes- und Sterbewünsche sind häufig bei Menschen mit fortgeschrittenen Erkrankungen und am Lebensende. Dazu gehören auch Wünsche der Unterstützung beim Suizid. Die Gründe für das Anliegen sind vielfältig, aber die dahinterstehende Grundaussage ist immer, dass die Menschen ihr Leben, so wie es jetzt ist, nicht mehr weiterleben möchten. Dies ist zunächst als Hilferuf zu deuten, den es ernst zu nehmen gilt, der aber nicht als Handlungsaufforderung zu verstehen ist. Zunächst gilt es in einen vertrauensvollen und ergebnisoffenen Gesprächsprozess einzutreten, der die individuelle Situation und Gründe des Be-

troffenen eruiert und nach Unterstützungsmöglichkeiten und Lösungen sucht. Wenn der Wunsch nach Suizidassistenz bestehen bleibt, ist es eine individuelle Entscheidung des behandelnden Teams und der betreuenden Ärzt:innen, wie weit sie den Weg mitgehen. Suizidassistenz ist nicht Aufgabe der Hospiz- und Palliativversorgung bzw. gehört nicht zum Betreuungsangebot, sondern es muss immer eine Entscheidung im Einzelfall sein.

*Prof. Dr. Claudia Bausewein,
Präsidentin der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin*



Bitte, bringen Sie mich in die Schweiz

Erfahrungen einer Hospizbegleiterin

„Ich habe im Altersheim eine Begleitung übernommen und war heute zum ersten Mal ohne die Koordinatorin dort. Ich hatte mich auf die Begleitung gefreut, denn Frau Müller schien mir eine sehr nette alte Dame zu sein. Aber heute hat sie mich völlig aus dem Konzept gebracht, und ich weiß einfach nicht, wie ich damit umgehen soll,“ erzählte die Hospizbegleiterin und fuhr dann nach kurzem Nachdenken fort: „Gleich nach der Begrüßung sagte Frau Müller zu mir: „Sie machen doch Sterbebegleitung. Und ich will sterben. Bitte, bringen sie mich in die Schweiz, damit ich dort eine Giftspritze bekomme.“

Ich war so perplex, dass ich erst überhaupt nicht wusste, was ich antworten sollte, und dann habe ich wohl ziemlich heftig gekontert und gesagt: „Wir begleiten Menschen in ihrer letzten Lebensphase, aber wir bringen sie nicht um und helfen ihnen auch nicht dabei.“ „Aber sie betonen doch immer wieder, dass der Wille der Sterbenden für sie maßgeblich ist, da können sie mir diesen Wunsch doch nicht abschlagen!“ hat Frau Müller eingewandt. Ich fühlte mich total überfordert und wäre am liebsten weggerannt. Tausend Gedanken schossen mir durch den Kopf. Schließlich sagte ich zu ihr: „Denken Sie doch mal an ihren Sohn, wie soll er denn damit leben? Und was denken ihre Enkel von einer Oma, die sich einfach umbringt? Die haben Sie doch lieb und sind dann sicher ganz traurig!“

Frau Müller hat das mit einer unwirschen Handbewegung abgetan und aufgebracht erwidert: „Lassen Sie meine Familie aus dem Spiel, und kommen Sie mir jetzt nicht mit moralischen Argumenten! Trotzdem habe ich ziemlich vorwurfsvoll gesagt: „Wie viele Menschen möchten leben, und der Krebs lässt ihnen keine Chance. Und Sie wollen ihr Leben einfach wegwerfen!“

„Sie sind noch viel zu jung und können doch überhaupt nicht beurteilen, was es heißt, in ein Altenheim abgeschoben zu sein, große Schmerzen zu haben und darauf angewiesen zu sein, dass mir einer aus dem Bett hilft, mich in den Rollstuhl setzt, mir fast kaltes Essen bringt oder mich ewig warten lässt, wenn ich klinge!“ „Stimmt,“ habe ich geantwortet, „das kann ich alles überhaupt nicht beurteilen, aber ich weiß, wie es sich anfühlt, wenn die eigene Mutter sich umbringt. Das hat meine Mutter nämlich getan, als ich 13 war.“ Nachdem ich das gesagt hatte, bin ich heulend rausgerannt.“

Ehe ich etwas dazu sagen konnte, fuhr Sandra fort: „Ich weiß, dass das völlig unprofessionell war, aber plötzlich stand alles wieder vor mir, was ich lange Zeit verdrängt hatte: Mein Schmerz und meine ganze Verzweiflung, meine Wut und meine Schuldgefühle, als meine Mutter sich das Leben genommen hat. Wie oft hatte ich mich gefragt: „Hätte ich den Tod meiner Mutter nicht verhindern

können, wenn ich aufmerksamer oder liebevoller gewesen wäre? Warum habe ich mich mit meiner Mutter so oft über eigentlich unwichtige Dinge gestritten?“

„Vielleicht hätte ich die Begleitung nicht übernehmen dürfen?“ Fragend schaute sie mich an. „Sie konnten doch nicht wissen, dass Frau Müller Sie mit diesem Anliegen überfällt. Wer erwartet schon von einer Hospizbegleiterin, dass sie jemandem helfen soll, dass er sein Leben beenden kann?! Ich wäre im ersten Moment sicher auch sprachlos gewesen. Außerdem haben Sie vielleicht die alte Dame dazu gebracht, ihr Vorhaben noch einmal aus einem anderen Blickwinkel zu sehen,“ antwortete ich nachdenklich. Vielleicht entdeckt Frau Müller im Laufe der Begleitung, dass sich ihr Leben doch noch lohnt, wenn die Palliativmediziner ihre Schmerzen erfolgreich bekämpfen und sie sich nicht mehr so hilflos und allein gelassen vorkommt. Oft wollen die Menschen nur das Ende einer belastenden Situation – und Schmerzen können uns wirklich zermürben – und denken nicht mehr an einen Suizid, wenn sie schmerzfrei sind. Möglicherweise trifft das auch auf Frau Müller zu.“

Doch was tue ich, wenn sie bei ihrem Wunsch bleibt? Sie haben uns doch in der Ausbildung selbst immer wieder gesagt, dass wir begleiten, das heißt die Wege der Sterbenden mitgehen und dass nicht wir, sondern die Sterbenden bestimmen, was geschehen soll. Bedeutet das nicht letztlich auch, dass wir sie bei ihrem Suizidvorhaben unterstützen müssen? Das könnte ich einfach nicht!“

„Und das müssen Sie auch nicht!“ bestätigte ich. „Die Hospizbewegung ist ganz klar gegen jede Art von Sterbehilfe. Sie begleitet Menschen in ihrer letzten Lebensphase und versucht, ihnen dabei so viel Lebensqualität wie irgend möglich zu geben.“ Sandra nickte erleichtert.

In der nächsten Woche ging ich mit einem mulmigen Gefühl zu Frau Müller. Was soll ich tun, wenn sie wieder davon anfängt, dass ich sie in die Schweiz begleiten oder ein Medikament besorgen soll? Muss ich mich bei ihr entschuldigen, obwohl ich nur das gesagt habe, was mir wichtig ist? Tausend Gedanken gingen mir durch den Kopf, als ich vor Frau Müllers Tür stand.

Frau Müller begrüßte mich sehr freundlich. „Schön, dass Sie gekommen sind. Ich hatte schon Sorge, dass Sie keine Lust mehr auf einen Besuch bei mir haben. Das Palliativ-Team war bei mir und die haben mir endlich was gegen meine Schmerzen gegeben, was auch wirkt. Außerdem ist mir klar geworden, dass ich nur an mich gedacht habe, als ich in die Schweiz wollte. Sie haben schon Recht; Wie sollen meine Kinder damit leben?“

Buchtipp

„99 Fragen an den Tod: Leitfaden für ein gutes Lebensende“

von Professor Dr. Claudia Bausewein und Rainer Simander, erschienen im Droemer Knaur Verlag 2020

In den letzten Jahren ist eine Reihe sehr guter Bücher über Tod, Sterben und Trauer erschienen. Corona führte dazu, dass die Themen in unser Blickfeld rücken. Es fällt fast schwer, ein Buch herauszugreifen.

Das Autorenteam Claudia Bausewein (Palliativmedizinerin und Präsidentin der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin) und Rainer Simander (Hospiz-Experte) setzt sich in 99 Fragen mit den Themen Tod, Sterben und Trauer

auseinander. Das Buch ist thematisch gegliedert und beginnt mit der Frage: Wie gehe ich mit der Nachricht um, dass ich sterben werde? Es beschäftigt sich mit medizinisch-biologischen Fragen: Tut Sterben weh? und berücksichtigt auch die Fragen um Trauer: Wie lange dauert Trauer?

Auf den knapp 300 Seiten werden somit anhand von

klar formulierten Fragen die Aspekte dieser Themen, die uns letztlich alle betreffen, angesprochen. Rein mathematisch bedeutet diese Einteilung, dass etwa drei Seiten pro Frage zur Verfügung stehen. Damit können sicherlich nicht alle Informationen abgedeckt werden, die Antworten sind jedoch so formuliert, dass man neugierig wird auf weitere Informationen, sofern man sie nicht aus den Texten herausziehen kann.

Das Buch ist eine gute Hilfe, in Gespräche hineinzukommen, um über das, was wir in unserer Gesellschaft immer weit von uns schieben, zu sprechen. Und die Fragen befriedigen auch eine gewisse Neugier, die in uns allen doch irgendwo verborgen ist. Man gewinnt beim Lesen den Eindruck, dass es sich um Texte aus der praktischen Erfahrung heraus handelt, sind doch beide Autoren ausgewiesene Fachleute auf ihrem Gebiet. Die Fragen und deren Antworten machen Mut, sich eingehender mit den Themen zu beschäftigen. Die Texte sind sprachlich sehr gut verständlich und nicht abgehoben. Ein lesenswertes Buch!

Dr. Thomas Umscheid, Mitglied des Vorstands



Aufruf: Helfen Sie uns, zu helfen!

Der Hospizverein Idsteiner Land braucht Helferinnen und Helfer und neue Mitglieder

Der Hospizverein Idsteiner Land kümmert sich seit vielen Jahren um die Begleitung sterbender Menschen, sei es durch ehrenamtliche Helfer in der hospizlichen Begleitung oder durch ein sehr professionelles, hochgeschätztes Palliativteam (SAPV). Auch die Trauerarbeit mit den Angehörigen spielt eine große Rolle, sowie die Beratung z.B. über Patientenverfügungen oder Möglichkeiten der Unterstützung bei einer schweren Diagnose. Neu hinzu gekommen ist unser weit fortgeschrittener Plan, ein stationäres Hospiz zu bauen. Unsere Hospizstiftung leistet dazu hervorragende Arbeit mit bewundernswertem Einsatz.

Wir brauchen **Ihre Hilfe**, damit wir alle diese Aufgaben weiter stemmen können.

Werden Sie Hospiz- oder Trauerbegleiter oder Begleiterin. Unterstützen Sie uns bei Gesprächen zur Patientenvorsorge und helfen Sie, dass möglichst viele Menschen von der

hospizlichen und palliativen Versorgung profitieren können. Tragen Sie den Hospizgedanken weiter.

Werben Sie für unseren Verein: Je mehr Mitglieder wir haben, umso eher werden wir auch von der Politik gehört. Mit steigenden Mitgliederzahlen, können wir die Präsenz in der Öffentlichkeit erhöhen. Ein großer Verein ist ein starker Verein!

Liebe Bürgerinnen und Bürger des Idsteiner Landes, bitte unterstützen Sie uns und zeigen uns, dass Ihnen unser Hospizverein und seine Tätigkeiten ein Anliegen sind. Mit Ihrer Mitgliedschaft können wir Großes bewirken! Hier können Sie Mitglied werden:

<https://www.hospizbewegung-idstein.de>

Vielen Dank!

Ihr Vorstand der Hospizbewegung im Idsteiner Land

Termine

2. Halbjahr 2024

Dienstag, 24. September von 19 bis 21 Uhr Teil I
Dienstag, 1. Oktober von 19 bis 21 Uhr Teil II
Letzte Hilfe-Kurs: Jeder kann es lernen, einen ihm nahestehenden Menschen in der letzten Lebenszeit gut zu begleiten.

Haus der Kirche und Diakonie,
Fürstin-Henriette-Dorothea Weg 1, Idstein
Kursleiterin: Heinke Geiter, Hospiz und Notfallseelsorge

Dienstag, 3. September um 17 Uhr
Offener Themenabend: Hospizliche Versorgung im Idsteiner Land

Haus der älteren Mitbürger, Schulgasse 7 in Idstein
Kursleiterin: Heinke Geiter, Hospiz und Notfallseelsorge

Dienstag, 15. Oktober um 19 Uhr Offener Themenabend: Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

Gerberhaus, Löhlerplatz in Idstein
Referentin: Heinke Geiter, Hospiz und Notfallseelsorge

Dienstag, 29. Oktober um 19 Uhr
Palliative Versorgung im Idsteiner Land

Gerberhaus, Löhlerplatz in Idstein
Referentin: Alexandra Knobloch, Palliativmedizinerin
ZAPV, Ilona Diener, Koordinatorin und SAPV Pflegekraft
Hospizbewegung Idstein

Samstag, 23. November von 9.30 bis 12 Uhr
Abgabe von Zweigen in der Idsteiner Fußgängerzone

Dienstag, 26. November um 19 Uhr
Ökumenischer Trauergottesdienst in der Unionskirche Idstein

Sonntagscafé für Trauernde
9.6. | 11.8. | 8.9. | 13.10. | 10.11. und 8.12.2024
Jeden 2. Sonntag im Monat von 15-17 Uhr,
im Haus der Kirche u. Diakonie , im Juli pausiert das Sonntagscafé

Wanderung für Trauernde
Termine finden Sie auf unserer Internetseite

Alle Termine werden auf unserer Internetseite
www.hospizbewegung-idstein.de veröffentlicht.

Die Offenen Themenabende finden in
Zusammenarbeit mit dem Seniorenbüro der Stadt
Idstein statt. Der Eintritt ist kostenfrei! Ihre Spende
herzlich willkommen!

Impressum

Hospizbewegung im Idsteiner Land e.V.
Fürstin-Henriette-Dorothea Weg 1, 65510 Idstein

Vereinsregisternummer: 5178

Telefonnummer: 06126-700 2713
E-Mail: info@hospizbewegung-idstein.de
Internet: www.hospizbewegung-idstein.de

Facebook: Hospizbewegung im Idsteiner Land e.V.
Facebook: Trauerforum Idsteiner Land
Instagram: hospizbewegungidstein

V.i.S.d.P: Heinke Geiter und Alexandra Rothhaar
Layout: Mile Penava

Fotos: Pixabay, Privat, stock.adobe.com
Druck: Mühlsteyn Druck + Verlag in Elben
Erscheint: 2 x jährlich, Bezug: kostenlos
Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Meinung der Autorin / des Autors wieder.
Wir danken Kiki Hagelweiß, Beate Hennig und Renate Achenbach fürs Korrekturlesen!

Möchten Sie den Dienst der Hospizbewegung in Anspruch nehmen? Benötigen Sie Hilfe oder eine Beratung? Dies ist jederzeit möglich!

Wenn Sie möchten, fördern Sie unsere Arbeit durch eine Geldspende. Auf Wunsch erhalten Sie eine Spendenbescheinigung.

Spendenkonto:
Wiesbadener Volksbank eG
IBAN: DE19 5109 0000 0069 6028 00

Wir freuen uns über jedes neue Mitglied!
Der monatliche Mindestbeitrag beträgt 2 Euro.



Zwei Wölfe im Herzen

Schweigend saß der alte Indianer mit seinem Enkel am Lagerfeuer. Die Bäume standen wie dunkle Schatten, das Feuer knackte und die Flammen züngelten in den Himmel.

Nach einer langen Weile sagte der Alte: „Manchmal fühle ich mich, als ob zwei Wölfe in meinem Herzen miteinander kämpfen. Einer der beiden ist traurig, verzweifelt und mutlos. Am liebsten möchte er sterben. Der andere aber ist liebevoll, zuversichtlich, mutig und voller Hoffnung. Er will leben“.

„Welcher der beiden wird den Kampf um dein Herz gewinnen?“, fragte der Junge.

„Der, den ich füttere“, antwortete der Alte.

Verfasser unbekannt