

Ausgabe 2 / 2019

WEGBEGLEITER

Unser Thema in diesem Heft



Begegnungen am Lebensende



Hospizbewegung
im Idsteiner Land e.V.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	2
Was bin ich noch wert?	3
Gründungsfeier Hospizstiftung	4
Begegnungen am Lebensende	5
Abschied im Krankenhaus	8
Interview zu den Angeboten in der Hospizbewegung	10
Werden Sie HospizbegleiterIn	10
Das Kind, das nicht leben durfte	12
Die große Schuld	13
Buchtipps	14
Das Kind auf der Parkbank	14
Termine 2020, 1. Halbjahr	15
Impressum	15
Abschied von meinem Vater	16

Liebe Mitglieder, liebe
Freundinnen und Freunde der
Hospizbewegung!

Begegnungen am Lebensende – ist das Thema dieses Wegbegleiters. Unterschiedliche Menschen haben erzählt von ihren Erfahrungen mit Sterbenden und ihren Angehörigen, von berührenden und nachdenklich machenden Begegnungen mit Menschen, die dem Sterben nahe sind oder Sterbende begleiten. Angesichts des nahen Todes gewinnen solche Ereignisse oft eine besondere Bedeutung. Wie schön, wenn bei einer solchen Begegnung Menschen Entlastung spüren, weil sich etwas klärt, sie Vergebung erfahren oder sie ihr Leben in einem neuen Licht sehen können.

Auch für die Trauernden ist es wichtig, dass sie sich an beglückende Momente erinnern können, in denen sie ihren verstorbenen Angehörigen nahe waren, ihnen vielleicht noch einmal Dank sagen oder um Verzeihung bitten konnten. So berichtet mir eine ältere Frau davon, dass sie seit dem Tod ihres Mannes vor 20 Jahren einen Zettel in der Tasche habe. „Du schaffst das, ich glaube an Dich!“ ist darauf zu lesen. „Das waren die letzten Worte meines Mannes“, erklärt sie. „Immer, wenn etwas schwierig ist und ich an mir zweifle, hole ich das inzwischen ziemlich zerknitterte Blatt aus der Tasche und fühle mich von seinem Zutrauen getragen“.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie in den kommenden Advents- und Weihnachtstagen viele schöne und ermutigende Begegnungen mit anderen Menschen haben, und dass Sie immer wieder Zeit und Ruhe finden, diese Tage bewusst zu erleben und für sich und andere liebevoll zu gestalten.

Ihnen allen eine gesegnete Zeit und viele gute Wünsche für das kommende Jahr!

Heinke Geiter



Was bin ich noch wert?

Eines Tages sagte eine alte Patientin bei der Visite zu mir: „Lieber Doktor, jetzt wäre es doch endlich Zeit zu sterben. Ich kann nichts mehr und bin doch auch nichts mehr. Mein Wert ist verloren.“

Ich wartete und fragte dann, was sie denn nicht mehr könne.

Darauf antwortete sie mit kräftiger Stimme: „Ich kann nicht mehr arbeiten. Ich kann nichts mehr leisten. Was bin ich denn dann noch wert? Nichts. Ich falle allen nur zur Last. Meine Familie muss sich ständig um mich kümmern, weil ich eben nichts mehr kann. Anstellte, dass ich meine Kinder unterstütze, müssen meine Kinder mir helfen. Also wäre es Zeit zu gehen. Zeit zu sterben.“

Wieder wartete ich und antwortete dann: „Sie sind bei weitem mehr als nur Arbeiten und Schuften. Mehr als nur Leistung Bringen. Selbst, wenn Sie nicht mehr aktiv mithelfen können, sind Sie doch immer noch Sie selbst. Um ihretwillen werden Sie gebraucht. Als Mutter, Oma und Tante. Sie sind in erster Linie Mensch, und dafür werden sie geliebt, gebraucht und dafür haben Sie Ihren Wert. Ihre Kinder und Enkelkinder sind glücklich und dankbar, dass sie Sie haben und Sie noch da sind. Einfach nur, weil Sie da sind. Das ist doch ein wundervoller Wert.“

„So hab ich das gar nicht gesehen.“, sagte sie und in dem Moment sprang die Zimmertür auf und die Enkel stürmten mit strahlenden Augen und einem lauten „Oooooomaaa“ ins Zimmer.

Auch wenn das Leben sich ändert und vermeintlich Farben verblassen, kommen andere zum Vorschein und erstrahlen.

*Dr. Jörg Cuno,
aus „Palliativ-Portal“ mit freundlicher
Genehmigung übernommen*

Gründung unserer Hospizstiftung

Über achtzig Menschen waren der Einladung der Hospizbewegung im Idsteiner Land gefolgt, um im Gerberhaus in Idstein die Gründung der Hospizstiftung Idsteiner Land mitzuerleben.

Die Vorsitzende, Heinke Geiter, begrüßte alle Netzwerkpartner, Mitglieder und Freunde der Hospizbewegung und berichtete, wie aus kleinen Anfängen vor 18 Jahren der ambulante Hospiz- und Palliativdienst zu einer Institution im Idsteiner Land geworden ist, die jährlich fast 200 Menschen palliativ versorgt, sie und ihre Angehörigen hospizlich begleitet und verschiedene Angebote für Trauernde vorhält. Die Hospizbewegung möchte diese Aufgaben auch in Zukunft wahrnehmen und sich zugleich neuen Herausforderungen stellen. „Die Stiftung soll diese Arbeit finanziell absichern und vielleicht in der Zukunft den Bau eines stationären Hospizes ermöglichen“, erläuterte Jürgen Schmitt,

der stellvertretende Vorsitzende der Hospizbewegung und stellte den neuen Beirat vor: Dr. Doris Ahlers, Hans-Jürgen Heilhecker, Dieter Wölfiger und Jürgen Schmitt.

Bernd Kreh begrüßte die Hospizbewegung als 27. Unterstiftung der Stiftung Diakonie Hessen. Er versicherte, dass die Dachstiftung die Gelder nachhaltig und unter strengen ethischen Gesichtspunkten anlegen und verwalten wird und wünschte der Hospizbewegung viele Zustifter. Die Schauspielerin Renate Kohn und der Musiker Cornelius Hummels gaben der Veranstaltung eine ganz besondere Note. Renate Kohn – von Cornelius Hummel auf dem Cello sehr einfühlsam begleitet – verzauberte die Besucher mit dem Märchen Piktors Verwandlungen von Hermann Hesse. Heinke Geiter lud alle ein, auf die neu gegründete Stiftung anzustoßen und mit den zahlreich vertretenen Mitarbeitenden der Hospizbewegung ins Gespräch zu kommen.



Begegnungen am Lebensende

So wie im Leben allgemein, so sind auch die Begegnungen am Ende des Lebens vielseitig. Kein starres Konzept hilft bei den Aktionen, die sich ergeben bzw. notwendig oder gewünscht werden. Das liegt hauptsächlich daran, dass wir Menschen am Lebensende in den verschiedensten Situationen antreffen. Manche, und das ist der Idealfall, dürfen wir rechtzeitig kennenlernen, Vertrauen aufbauen, ein Stück weit miteinander leben, und sie beim Sterben begleiten.

Was ist unsere Aufgabe in einer Hospizbegleitung? Aus meiner Sicht ist sie nichts anderes als eine Lebensbegleitung, nämlich das, was in früheren Zeiten in Häusern mit mehreren Generationen durch die Angehörigen geleistet wurde. Es sind die alltäglichen, menschlichen Dinge, die wir erledigen. Hier einige Stichworte zu Erfahrungen, die ich machen durfte:

Verwaltungsaufgaben

Bei einer sehr netten, geistig äußerst rüstigen Frau im Rollstuhl hatte ich einmal folgende Aufgaben. Ihr war es wichtig, nach ihrem Tod alles ordentlich zu hinterlassen, auch ihre Papierablage. So durfte ich an jedem Mittwochnachmittag nach dem gemeinsamen Kaffeetrinken ihre Post, Dinge mit der Krankenkasse und dem Pflegedienst usw. erledigen und die Ablage nach ihren Vorgaben machen. Eines Tages fand ich in der Post den angeforderten Wahlschein zur Bundestagswahl. Auch diesen haben wir gemeinsam ausgefüllt, da sie kaum noch schreiben konnte und durch ihr Zittern auch das Kreuz nicht an die richtige Stelle hätte setzen können. Doch Politik und Wählen waren ihr wichtig, und ich konnte ihr glaubhaft zusichern, dass ich auch nur das von ihr Gewünschte ankreuze.

Entlastung von Angehörigen

Viele pflegende Angehörige oder Ganztagsbetreuer brauchen regelmäßig ihre Erholungszeiten und Zeiten für Erledigungen. Während dieser Zeiten bleiben wir bei den zu Betreuenden und sind eine angenehme Abwechslung für sie. Ein geistig reger, aber körperlich sehr geschwächter Mann hatte früher eine leitende Funktion bei der Hoechst AG. Da ich gerade das Buch „Geschichten aus der Rotfabrik“ gelesen und früher selbst in der „Rotfabrik“ gearbeitet hatte, schlug ich ihm vor, daraus vorzulesen. Er nahm das gerne an, und wir hatten zweimal in der Woche einen vergnügten Nachmittag. Die Betreuerin genoss in dieser Zeit neben den Einkäufen auch die jetzt regelmäßigen und erholsamen Treffen mit einer Kollegin.

Zuhören / Wünsche erkennen / Selbstwertgefühl stärken

Eine ältere Dame im stationären Hospiz mochte nicht mehr leben, da es ihr so schlecht ginge. Sie fragte uns täglich, ob wir nicht „was machen könnten“, damit sie schneller sterben könne. Aus schlechtem Gewissen ihren Kindern gegenüber wollte sie sterben, da sie ja „nur noch eine Last“ für sie sei. Es folgten einige Gespräche, es ging ihr ständig besser und nach drei Monaten konnte sie in ein Pflegeheim übersiedeln, wo sie noch lange zufrieden lebte.

Da sein / Einsamkeit unterbrechen

In einem Pflegeheim haben manche Bewohner keine Angehörigen (mehr), oder die Kinder leben weit entfernt und können nur gelegentlich zu einem Besuch kommen, oftmals nur einmal jährlich zum Geburtstag. Da ist es wichtig, für sie da zu sein und ihre Einsamkeit zu unterbrechen.

- Eine Dame klagte über Sehstörungen. Sowohl im Pflegeheim, wie auch bei ihrer Tochter hatte sie bereits darauf hingewiesen, doch ohne Reaktion. Ich konnte der Sache nachgehen und die Tochter motivieren, mit ihr einen Augenarzt aufzusuchen. Innerhalb von drei Wochen hatte sie eine neue Brille und war glücklich, wieder selbst lesen zu können.
- Ein 95jähriger, geistig sehr reger und interessierter Mann genoss unsere regelmäßigen Treffen am Freitagnachmittag. Die Zeitung zu lesen, fiel ihm schwer, die Augen machten nicht mehr so richtig mit. So habe ich ihm bei einer Tasse Tee seine Sport-, Politik- und Wirtschaftsseiten vorgelesen.

Bedürfnisse erkennen

In der letzten Phase des Lebens können sich die meisten Menschen nicht mehr verbal äußern. Hier ist viel Einfühlungsvermögen und Beobachtungsgabe gefragt. Wenn keine Flüssigkeitsaufnahme mehr möglich ist, ist Mundpflege ein Muss in der Sterbebegleitung, ebenso das Vermeiden von Schmerzen und die richtige Lagerung.

- Im Pflegeheim war ein Mann mit Demenz sehr unruhig und wehrte sich immer wieder gegen seine Decke. Nach einigen Versuchen, ihn wieder zuzudecken, fiel mir auf, dass die Decke deutlich zu warm war für die Raumtemperatur. Unter einer leichteren Decke fand er zur Ruhe.

Fortsetzung auf Seite 6

- Eine stark geschwächte Frau war zu keinen Bewegungen oder Äußerungen mehr fähig. Dennoch konnte man erkennen, dass sie offensichtlich Schmerzen hatte. Die Stirn war in Falten gelegt, das ganze Gesicht verspannt. Nach Gabe eines Schmerzmittels ließen diese Zeichen nach und sie konnte einschlafen.
- Bei einer anderen Begleitung im privaten Bereich war die Sterbende sehr verkrampft. Die Finger waren so stark gekrümmt, dass sie sich mit ihren Fingernägeln im Handteller zu verletzen drohte. Ein paar Frotteestrümpfe zwischen Finger und Handteller schafften hier Abhilfe.

Berührung

Haben Sie schon einmal den Test gemacht, auf einem Stuhl die Hände unter die Oberschenkel zu legen und so einige Minuten sitzen zu bleiben? Nicht lange, und man spürt diese Hände nicht mehr – sie scheinen einfach nicht mehr da zu sein. Dieses Nicht-mehr-Spüren erleben vermutlich auch Sterbende, wenn sie sich nicht mehr bewegen können. Aber zumindest temporär können wir etwas Erleichterung schaffen durch Basale Stimulation.

- Eine Frau, mit der ich sehr netten Kontakt hatte, war in der letzten Phase angekommen, zwar noch ansprechbar, konnte sich aber nicht mehr bewegen, Hände und Füße waren kalt. Ich erklärte ihr, dass ich versuchen wollte, dass sie wieder etwas Gefühl für ihren Körper bekommt und begann mit Basaler Stimulation. Von der Schulter ausgehend, über

die Arme bis zu den Fingern übte ich sanften Druck aus. Auch Becken und Beine wurden in ähnlicher Weise von außen durch die Decke hindurch gefühlsaktiviert. Zum Schluss nahm ich nacheinander die Hände und führte sie zu ihrem Gesicht, fuhr damit über ihre Stirn, Nase und Kinn. Was diese Frau dabei empfunden hat, kann ich natürlich nicht mit Gewissheit sagen, doch schien sie sehr entspannt, und ich hoffte, den gewünschten Effekt erreicht zu haben, wie ich ihn bereits bei anderen Kranken, die sich noch verbal äußern konnten, bestätigt bekommen hatte.

Ein „Auge drauf haben“

Die meisten von uns begleiteten Menschen sind in vielen Dingen hilflos und reagieren schnell verängstigt und angepasst. Dazu kommt, dass sie oft schlecht hören und auch schnelle Äußerungen nicht gleich verarbeiten können. In solchen Situationen ist es sehr wertvoll, Angehörige zu haben, die wichtige Unterhaltungen an ihrer Stelle führen. Doch wenn der Sohn im fernen Ausland wohnt, kann ein Krankenhausaufenthalt zum Martyrium werden.

- Eine alleinstehende, ältere Frau, die ich seit einigen Monaten bereits begleitete, musste zu einem kleinen Eingriff ins Krankenhaus. Sie zögerte es immer wieder heraus, bis ich der Ursache auf den Grund kam. Einige Jahre vorher hat sie in einem Krankenhaus zwar ausreichend zu essen bekommen, doch wurden Teller und Nachtschüssel immer schneller wieder abgeholt, als sie essen konnte. Da der Eingriff aber dringend nötig war, versprach ich ihr, sie täglich zur Hauptmahlzeit zu besuchen und auch sonst ein Auge auf alles zu haben. Da sie schlecht hörte und auch den schnellen Wor-



ten des Personals oft nicht folgen konnte, geschweige denn entsprechend antworten, war das ihr zweites Problem mit Krankenhäusern. Nach meinem Versprechen hatte sie bald eingewilligt, und wir verfahren wie geplant. Dabei stellte sich heraus, dass Ärzte und Pflegepersonal ebenfalls dankbar für die Unterstützung waren, da für sie ein Dialog viel zu lange gedauert hätte.

- Ebenfalls eine ältere Dame, die ich in einem Pflegeheim begleitete, war ganz unglücklich, dass sie mit ihrem Rollstuhl wegen eines Defektes nicht mehr ins Freie konnte. Das ist schnell erledigt – dachte ich! Ich sprach also das Personal an, um die zuständige Firma mit der Reparatur zu beauftragen. So warteten wir von Woche zu Woche, und jedesmal gab es andere Erklärungen, weshalb die Reparatur noch nicht durchgeführt werden konnte. Erst ein etwas massiveres Eingreifen konnte zum gewünschten Ziel führen, und wir konnten wieder unsere Spaziergänge aufnehmen, rechtzeitig bevor der Sommer vorbei war.

Teilhaben am Rückblick auf das bisherige Leben

Die meisten Menschen haben das Bedürfnis, auf ihr Leben zurückzublicken. Ein schöner Anlass dafür sind Fotos an den Wänden, die Situationen aus ihrem Leben zeigen. Oft finden sich auch Fotoalben auf dem Nachttisch, die den Einstieg in ein Gespräch über das Leben erleichtern.

- Eine Dame, die an einer leichten Demenz litt, konnte mir anhand eines Fotoalbums einzelne Stationen ihres Lebens erzählen. Dabei konnte ich Stolz und Glück, Traurigkeit und

Unglück erkennen – alles, was ihr Leben ausgemacht hatte. Nur über ihre Fluchterlebnisse konnte sie nicht sprechen, hier begann sie sofort mit einem anderen Thema.

Oft gingen wir spazieren, wobei sie im Rollstuhl saß. Anschließend setzten wir uns auf eine Bank, und ich las ihr Kurzgeschichten vor. In einer Geschichte kam es zu einer Fluchtszene mit Pferdewagen und Bauernhof, der die Flüchtenden aufgenommen hatte. Plötzlich fing die Dame an zu weinen, konnte sich gar nicht mehr beruhigen. Erst nach einigen Minuten war sie wieder ansprechbar und konnte auf meine Frage, ob die Geschichte sie an ihre eigene Flucht erinnere, nur mit Nicken antworten. Natürlich hat es mir sehr leid getan, sie zum Weinen gebracht zu haben und wollte künftig vorher den Inhalt von Geschichten überprüfen. Doch beim nächsten Besuch bat sie mich sofort, doch diese Geschichte noch einmal vorzulesen. Ich war sehr erstaunt, kam aber ihrem Wunsch nach. Zu meinem Erstaunen nahm sie mir plötzlich das Buch aus der Hand und las selbst laut weiter. An derselben Stelle musste sie erneut weinen, ebenso intensiv wie ein paar Tage zuvor, und ich musste wieder weiterlesen. Daraufhin habe ich ihr die Geschichte kopiert und auf ihren Nachttisch gelegt. Sie konnte zwar nicht darüber sprechen, aber über das Gelesene konnte sie das bis dahin Unterdrückte plötzlich zulassen und noch ein klein wenig davon aufarbeiten.

Abschied erleichtern / Angst nehmen

Ich bin dankbar, wenn ich Menschen am Ende ihres Lebens begleiten und ihnen ein wenig ihrer Angst nehmen darf. Oft fühle ich mich durch die Begleitungen selber reich beschenkt.

Beate Hennig, Hospiz- und Trauerbegleiterin



Abschied im Krankenhaus

Eine Hospizbegleiterin erzählt

Bitte warten Sie, ihre Mutter wird noch untersucht“, sagte mir die Schwester in der Notaufnahme und wies auf einen der leeren Stühle im Flur. Meine Mutter war ins Krankenhaus eingeliefert worden. Endlich bat mich ein Arzt hinein. „Ihre Mutter hat einen schweren Schlaganfall und ist nicht mehr bei Besinnung. Was sollen wir tun? Sie müssen das jetzt entscheiden.“

Ich schluckte schwer, denn ich wusste ja genau, was in Mutters Patientenverfügung stand. Dann sagte ich: „Nein, ich muss es nicht entscheiden, denn Mutter hat vorgesorgt und in ihrer Patientenverfügung klar festgelegt, dass sie bei einem Schlaganfall nur noch palliativ versorgt werden möchte.“ Als ich das sagte, kamen mir die Tränen. Ich war traurig, aber auch unendlich dankbar, dass Mutter mir diese Entscheidung und damit eine ungeheuer schwer zu tragende Last abgenommen hatte. Der Arzt nickte. „Dann verlegen wir Ihre Mutter in unser Palliativzimmer. Dort bekommt sie die optimale Pflege und Zuwendung. Sie können jetzt zu ihr.“ Mutter lag schwer atmend in dem Pflegebett und reagierte nicht, als ich sie begrüßte. „Ich bin es, deine Tochter Christine“, versuchte ich es noch einmal und streichelte sie. Da

öffnete sie ein Auge, schaute mich an und schien etwas sagen zu wollen. Aber es gelang ihr nicht. Es tat mir unendlich weh, sie, die immer eine starke Frau gewesen war, so hilflos und schwach dort liegen zu sehen und nichts dagegen tun zu können. Nach kurzer Zeit kamen auch meine Schwestern Regine und Silvia. Leider zeigte Mutter jetzt mit keinem Zeichen mehr, ob sie die beiden erkannt hat. „Vielleicht bekommt sie noch alles mit, kann aber nicht mehr darauf reagieren“, meinte ich, als ich ihre enttäuschten, traurigen Mienen sah. „In meiner Ausbildung zur ehrenamtlichen Hospizbegleiterin habe ich gelernt, dass das Gehör als letztes Sinnesorgan aufhört zu funktionieren und dass Berührungen oft noch wahrgenommen werden und den Betroffenen guttun, auch wenn wir sprachlich nicht mehr miteinander kommunizieren können.“

„Aber wie lange dauert das jetzt noch, und welche Chance besteht, dass sich ihr Zustand noch einmal verändert?“ fragte Silvia. Und müsste sie nicht wenigstens mit Flüssigkeit versorgt werden?“ „Heute weiß man: Wenn der Sterbeprozess eingesetzt hat, hören die Organe nach und nach auf, ihre Arbeit zu tun. Herz, Lunge und Gehirn werden



noch mit Sauerstoff versorgt, aber für die Nieren und den Magen-Darm-Trakt beispielsweise reicht es dann nicht mehr, und sie stellen ihre Tätigkeiten ein. Deshalb kann Nahrung nicht mehr verdaut und Wasser nicht mehr ausgeschieden werden und belastet den Körper nur. Schwester Sonja hat uns schon die Stäbchen dort zur Mundpflege bereitgestellt. Denn weil Mutter jetzt mit offenem Mund atmet, trocknen die Schleimhäute schneller aus, und das ruft dann das eigentliche Durstgefühl hervor. Spätestens alle halbe Stunde sollten wir damit ihre Lippen befeuchten. Ich weiß nicht, ob Mutter noch mitbekommt, dass wir bei ihr sind. Der Schlaganfall hat wahrscheinlich schon ganz viele Gehirnzellen zerstört. Aber für den Fall, dass sie noch etwas spürt, sollten wir sie nicht allein lassen. Man weiß ja auch nie, ob sich ihr Zustand plötzlich noch einmal verändert. Manche Menschen gewinnen auf Grund der Dehydrierung noch einmal eine Klarheit, die sie lange Zeit vorher schon nicht mehr hatten. Deshalb bin ich dafür, dass eine von uns, von jetzt an, ständig hier sein sollte. Wenn es euch recht ist, dann bleibe ich heute hier.“

In der Nacht fand ich wenig Schlaf. Immer wieder lauschte ich auf den Atem meiner Mutter. Deutlich war jetzt das sogenannte Todesrasseln zu hören. Wasser und Schleim hatten sich in ihrer Lunge gesammelt. Sie war zu schwach, um das Sekret noch abzuhusten. Für mich klang das beängstigend, obwohl ich wusste, dass es ihr keine Schmerzen berei-

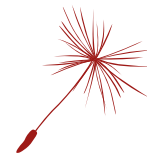
tete und dass alles Absaugen sie nur unnötig quälen würde. Vorsichtig schob ich ihr Kissen zurecht und bettete den Kopf etwas anders, damit sie wieder befreiter atmen konnte. Doch kurze Zeit später schreckte mich ein anderes Geräusch wieder auf. Bei Mutter hatte Schnappatmung eingesetzt. Stille: Sie hatte aufgehört zu atmen, dann heftiges Ringen nach Luft.

Sofort war ich bei ihr, nahm sie in die Arme und richtete sie ein wenig auf, um ihr das Atmen zu erleichtern. Immer häufiger setzte der Atem aus. Dann schnappte sie nach Luft wie eine Ertrinkende. Das Atmen wurde immer flacher, die Aussetzer immer länger. Ein letztes Ausatmen und dann: Stille. Sie war gestorben. Ich weiß nicht mehr genau, wie lange ich so dagesessen hatte. Dann ließ ich sie behutsam zurück in ihr Kissen gleiten und flüsterte: „Du hast es geschafft.“ Ein großer Friede umgab uns. Ihre Gesichtszüge wirkten entspannt, erlöst von allem, was ihr das Weiterleben so schwer gemacht hat. Behutsam schloss ich ihre Augen und öffnete das Fenster. Kalte Nachtluft strömte herein. Irgendwann griff ich zum Telefon, um auch meinen Schwestern zu sagen: Mutter ist friedlich eingeschlafen.

Heinke Geiter



Interview zu den Angeboten in der Hospizbewegung



Frau Geiter, Sie sind die Vorsitzende der Hospizbewegung im Idsteiner Land e.V. Bedeutet das, Sie leiten ein Haus für sterbende Menschen?

Nein, wir sind ein ambulanter Hospiz- und Palliativdienst. Das heißt: Unsere gut ausgebildeten Ehrenamtlichen begleiten Menschen in ihrer letzten Lebensphase in ihrem Zuhause, im Pflegeheim und auch im Krankenhaus, mal nur wenige Tage, mal mehrere Monate oder manchmal sogar Jahre.

Was tun die Ehrenamtlichen? Helfen sie bei der Pflege oder im Haushalt oder reden sie mit den Sterbenden über den Tod?

Die Hospizbegleiterinnen übernehmen weder pflegerische noch hauswirtschaftliche Aufgaben. Sie reden über alle Themen, die den Sterbenden wichtig sind, egal ob es sich um Politik, Fußball, die Lottozahlen, lokale Nachrichten, ihr Leben oder das Sterben handelt. Sie sitzen manchmal still am Bett und halten die Hand, lesen etwas vor oder sie gehen miteinander spazieren, spielen Schach, kochen, singen oder beten gemeinsam, oder, oder ... Dabei richten sie sich ganz nach den Wünschen der Sterbenden und ihrer Angehörigen.

Was sagen die Angehörigen dazu?

Sie empfinden es als große Entlastung, mal in Ruhe zum Einkaufen, zum Friseur oder zum Arzt fahren oder einfach spazieren gehen zu können und dabei ihren kranken Angehörigen gut betreut zu wissen. Außerdem haben die Hospizbegleiterinnen immer ein offenes Ohr für die Fragen, Ängste und Sorgen der Angehörigen und sind ihnen in dieser oft schwierigen Zeit eine große Stütze.

Wer kann den Dienst der Hospizbewegung in Anspruch nehmen und ab wann?

Wir begleiten jeden Menschen unabhängig von seiner Herkunft, seiner weltanschaulichen oder religiösen Einstellung in seiner letzten Lebensphase. Das kann beispielsweise schon von der Diagnose einer lebensbedrohlichen Krankheit an oder beim Einzug ins Pflegeheim sein. Wir wollen Lebensbegleiter sein, wobei für uns natürlich auch der Tod zum Leben gehört. Leider werden wir oft so spät gerufen, dass der Sterbende kaum noch eine vertrauensvolle Beziehung zu uns aufbauen kann. Unser Motto heißt: beizeiten begleiten.

Sieben Frauen und drei Männer haben den Qualifizierungskurs zur Hospizbegleiterin beziehungsweise zum Hospizbegleiter erfolgreich abgeschlossen. In einem festlichen Gottesdienst in der Wallbacher Kirche bekamen sie ihre Zertifikate überreicht und wurden in die Gruppe der Hospizbegleitenden aufgenommen.



Da die Hospizbewegung weiter wächst und die Aufgaben zunehmen, werden wir ab Januar 2020 wieder einen neuen Ausbildungskurs starten. Wenn Sie Hospizbegleiter oder -Begleiterin werden möchten, melden Sie sich bei Jürgen Schmitt, Tel. 06126 / 57122 oder per E-Mail: info@hospizbewegung-idstein.de



Sie haben sich als „Hospiz- und Palliativdienst“ bezeichnet. Was bedeutet das?

Neben der hospizlichen Begleitung sind wir in Zusammenarbeit mit dem Zentrum für Ambulante Palliative Versorgung (ZAPV) in Wiesbaden auch für die Menschen zuständig, die eine nicht heilbare Grunderkrankung haben und an den damit zusammenhängenden Symptomen leiden. Sie haben also beispielsweise Schmerzen oder Atemnot. Für diese Menschen stellt ihr Hausarzt eine Überweisung in die Spezialisierte Ambulante Palliativversorgung (SAPV) aus, damit sie dann durch die Ärzte des Palliativteams und unsere Palliative Care-Pflegefachkräfte betreut werden.

Pallium ist Lateinisch und heißt der Mantel, während Care aus dem Englischen kommt und Sorge, Fürsorge bedeutet. In der palliativen Versorgung wird den unheilbar kranken Menschen gewissermaßen ein schützender Mantel umgelegt, das heißt: Ziel der Behandlung ist nicht mehr die Heilung, sondern es geht darum, den Patienten so viel Lebensqualität wie nur irgend möglich zu verschaffen. Dabei steht der kranke Mensch mit all seinen medizinisch-pflegerischen, psychosozialen und spirituellen Bedürfnissen im Mittelpunkt. Die palliative Versorgung geschieht deshalb durch ein multiprofessionelles Team bestehend aus mehreren Ärzten, Palliativpflege-Fachkräften, Psychologen und Seelsorgern, die den Kranken ihre Schmerzen und ihre Ängste nehmen, das Atmen erleichtern, Übelkeit bekämpfen und gemeinsam mit den Kranken und ihren Angehörigen besprechen, was ihnen wichtig ist, egal ob das medizinische Fragen sind oder finanzielle Sorgen oder Konflikte in der Familie, die noch gelöst werden sollen, Sorgen um die zurückbleibenden Kinder oder die Wünsche, sich von dem einen oder anderen zu verabschieden. Behutsam und ehrlich wird auch über das Sterben und den bevorstehenden Tod gesprochen. Wir wollen, dass sie auch mit einem unheilbaren Leiden selbstbestimmt und in Würde leben und sterben können.

Was geschieht, wenn mitten in der Nacht plötzlich ein Notfall eintritt? Muss dann der Notarzt gerufen und der Sterbende ins Krankenhaus gebracht werden?

Nein, die Spezialisierte Ambulante Palliativversorgung (SAPV) will ja erreichen, dass die Kranken zuhause bleiben und dort bis zum Tod gut versorgt leben können. Deshalb sind die Palliativärzte und unser Team rund um die Uhr erreichbar und können in kurzer Zeit beim Patienten sein. Das gibt den Betroffenen Sicherheit, denn Notfälle ereignen sich bekanntlich meistens, wenn der Hausarzt gerade keine Sprechstunde hat.



Sie kümmern sich auch um die trauernden Hinterbliebenen?

Ja, wir bieten ihnen und auch allen anderen Trauernden Begleitung an. In Einzelgesprächen mit unseren dafür speziell ausgebildeten Trauerbegleiterinnen, in einer Trauergruppe und im monatlich stattfindenden Sonntagscafé für Trauernde sowie bei Trauerwanderungen sind wir für sie da. Wir haben Verständnis für die ganz unterschiedlichen Trauerreaktionen und helfen den Betroffenen, ihren Weg durch die Trauer zu finden, der für jede und jeden ganz anders aussehen kann. Manchmal sind es die Gespräche über den erlittenen Verlust, die Erinnerungen an schöne Erlebnisse, besondere Rituale, der Umgang mit Schuldgefühlen oder die Solidarität in der Gruppe, die den Trauernden weiterhelfen, manchmal tut es einfach gut, dass die Trauerbegleiterinnen Verständnis zeigen und das Leid mit aushalten.

Sie kümmern sich auch um Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung?

Einige Mitarbeitende der Hospizbewegung haben sich zu Gesprächsbegleitern ausbilden lassen, sie beraten und helfen beim Ausfüllen von Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht.

Sie bieten ja so vieles an. Wie finanzieren Sie das alles?

All unsere Angebote sind für die Betroffenen kostenlos. Die palliative Versorgung wird von den Krankenkassen bezahlt, das übrige durch Spenden finanziert.

Wenn Sie Beratung und Begleitung in Krisenzeiten und für den letzten Lebensabschnitt benötigen eine hospizliche Begleitung suchen, von einer unheilbaren Krankheit betroffen sind, einen schmerzlichen Verlust erlitten haben oder Vorsorge für Ihren letzten Lebensabschnitt treffen wollen, melden Sie sich bei uns:



06126 – 700 2715



info@hospizbewegung-idstein.de

Das Kind, das nicht leben durfte

Manche Menschen können nicht sterben, solange es Un-erledigtes in ihrem Leben gibt, Verletzungen, die ihnen angetan wurden oder Schuld, mit der sie nicht fertig werden. Viele gut meinende Begleiter versuchen, diesen Sterbenden ihre Schuldgefühle auszureden, (besonders, wenn dem Gefühl keine reale Schuld entspricht, die Menschen also faktisch oder im rechtlichen Sinne nicht schuldig sind). Das ist wenig hilfreich, denn Gefühle kann man nicht dadurch wegnehmen, dass man jemandem sagt, er brauche sie nicht zu haben. Oft stellen Schuldgefühle eine starke Verbindung zu einem Anderen her, so dass das Aufgeben von Schuldgefühlen sehr Angst besetzt sein kann, weil man fürchtet, damit auch die Verbindung zu dem Anderen zu verlieren.

Außerdem gilt: Auch wenn ich die moralischen Wertmaßstäbe meines Gegenübers nicht teile, ist es respektlos, wenn ich versuche, ihm seine Schuldgefühle auszureden. Vielmehr gilt es, seine Werte und Prägungen ernst zu nehmen und auf dieser Basis einen Weg zu suchen, auf dem die Annahme von Vergebung möglich wird.

„Schön, dass sie so schnell gekommen sind“, sagte Frau Schulz, als ich ihr Zimmer betrat. „Ich weiß nicht, wie ich beginnen soll, und ich habe solche Angst, es zu erzählen. Aber ich weiß auch, dass ich sonst nicht in Frieden sterben kann“, setzte sie nach kurzem Zögern hinzu.

Nachdem ich sie ermutigt hatte, einfach irgendwo anzufangen, erzählte sie folgendes: „Ich komme aus einem sehr pietistisch geprägten Elternhaus und bin sehr behütet aufgewachsen. „Dass du mir ja nicht mit einem Kind nach Hause kommst, bevor du verheiratet bist“, hatte ihr Vater stets gedroht. „Eine solche Schande überlebe ich nicht. Ich bring dich um. Damals vor fast 70 Jahren war das so streng“, setzte sie fast entschuldigend hinzu.“

Ja und dann war sie mit 17 auf einem Fest im Nachbardorf gewesen. Der Junge, für den sie schon länger heimlich geschwärmt hatte, bot an, sie nach Hause zu bringen. Sie sei voller Freude mitgegangen, aber unterwegs habe er sie dann in ein Feld gezerrt und dort vergewaltigt. Es sei schrecklich gewesen. Sie habe sich mit Händen und Füßen gewehrt, aber er habe nur gelacht und sich genommen, was er wollte.

Auch jetzt noch kamen ihr die Tränen. Beschämt und voll mühsam unterdrücktem Zorn konnte sie nur unter heftigem Schluchzen weitererzählen: „Als dann meine Tage ausblieben und mir ständig übel war, ahnte ich, dass ich schwanger war. Meine Mutter zwang mich, das Kind abzutreiben.

Ich bekam heftige Blutungen, an denen ich fast gestorben wäre. Erst als ich wieder ein bisschen zu Kräften gekommen war, wurde mir klar: Ich habe mein Kind umgebracht. Ich bin eine Mörderin. Ich habe mich nie getraut, mit irgendjemandem darüber zu sprechen.

Später habe ich versucht, das alles zu vergessen. Lange Zeit ist mir das auch ganz gut gelungen, aber je kränker und schwächer ich wurde, desto häufiger sah ich alles wieder vor mir, als ob es gerade passiert wäre. In den letzten Nächten stand mein Kind jede Nacht an meinem Bett und hat mich gefragt: „Warum konntest du mich nicht lieben? Warum durfte ich nicht leben? Warum hast du mich umgebracht?“ Ich wollte dann mit meinem Kind reden, es in den Arm nehmen, wenigstens einmal, aber es war nicht greifbar, sondern verschwand wie in einem Nebel. Dann bin ich immer von Tränen überströmt aufgewacht.“

„Vielleicht tut es Ihnen gut, wenn Sie es einmal aussprechen.

Stellen Sie sich vor, Ihr Kind wäre jetzt hier bei uns. Sagen Sie Ihrem Kind, wie es damals war und dass Sie keine Möglichkeit gesehen haben, es groß zu ziehen. Erzählen Sie ihm von den vielen Gedanken, die Sie sich gemacht haben, von Ihrem Kummer

und Ihren Tränen und verabschieden Sie sich so auch von diesem Kind. Auch wenn Sie es nie im Arm halten konnten, so gehörte es doch Ihr Leben lang zu Ihnen. Jetzt ist es Zeit, es loszulassen und darauf zu vertrauen, dass es in Gottes Armen geborgen ist.“

Frau Schulz nickte fast unmerklich, und sagte dann: „Mein geliebtes Kind, ja das bist du trotz allem.“ Dann redete sie sich erst zögernd, später mit immer festerer Stimme alles von der Seele, was sie schon so lange mit sich herumgetragen hatte und bat ihr Kind unter Tränen, es möge ihr verzeihen.

Danach schwiegen wir eine ganze Weile, dann sagte Frau Schulz mit neuem Glanz in ihren Augen: „Danke, das hat unendlich gut getan, endlich alles aussprechen zu können, ohne verurteilt zu werden. Es ist, als ob Sie mir eine schwere Last abgenommen haben. Ich konnte sie am Ende einfach nicht mehr tragen. Jetzt ist es ganz leicht, und ich konnte auch diesem Kind auf Wiedersehen sagen und es Gottes Fürsorge anvertrauen. Nun wird alles gut.“

Heinke Geiter

„Mein geliebtes Kind, ja das bist du trotz allem“

Die große Schuld

Manchmal gibt es Ereignisse, die das weitere Leben eines Menschen bestimmen. So erging es Frau Müller bei dem Tod ihres kleinen Bruders, bis es zu einer letzten Begegnung mit ihrer alten Mutter kam.

„Ich war neun Jahre alt“, so berichtete Frau Müller „und wollte meine Freundin besuchen. Ich musste aber auf meinen kleinen Bruder aufpassen. „Du kannst ihn ja im Kinderwagen zu deiner Freundin mitnehmen, aber keinesfalls über die Bahngleise!“ sagte sie. Ich war ziemlich wütend und stieß brummend den Kinderwagen vor mir her. Seinetwegen würde ich keinen so riesigen Umweg machen.

So schob ich den Kinderwagen mit aller Kraft auf unserer Seite den Bahndamm hinauf, schaute sorgfältig, ob auch kein Zug kam, überquerte die Gleise und wollte auf der anderen Seite wieder hinuntergehen. Da stolperte ich über einen Draht und ließ den Kinderwagen los. Der sauste den Damm hinunter und kippte unten um. Mein kleiner Bruder fiel aus dem Wagen und schrie fürchterlich. Ich bekam einen riesigen Schreck, rannte hinunter, so schnell ich konnte, nahm den Kleinen auf den Arm und tröstete ihn, bis er sich wieder beruhigt hatte.

Ich war unendlich erleichtert, denn es war trotz allem noch einmal glücklich ausgegangen. Mein kleiner Bruder hatte

keinen Schaden davongetragen. Zurück ging ich brav den Weg durch die Unterführung und erzählte niemandem, was passiert war. Denn ich hatte ein ziemlich schlechtes Gewissen. Zwei Tage später starb mein kleiner Bruder. Ich war fest davon überzeugt: Ich habe meinen Bruder umgebracht. Er hat bestimmt bei dem Sturz aus dem Kinderwagen innere Verletzungen erlitten, an denen er gestorben ist. Ich allein bin schuld an seinem Tod. Ich habe meinen Bruder auf dem Gewissen.

Ich traute mich nie, mit meiner Familie darüber zu reden. Aber der Gedanke an diese große Schuld verfolgte mich bis ins Alter. Immer, wenn in meinem Leben etwas Schlimmes passierte, habe ich gedacht: Das ist jetzt die Strafe für meine große Schuld. Und ich war nie mehr so richtig glücklich.

Als jetzt im Gespräch mit meiner Mutter die Rede auf meinen kleinen Bruder kam, sagte sie: „Dein Bruder war schwer herzkrank. Damals konnte man das noch nicht operieren. Wir wussten alle, dass er sterben musste, aber du warst noch zu klein, deshalb haben wir dir nichts gesagt. Und später haben wir nie mehr über deinen kleinen Bruder gesprochen.“ Nach einer kurzen Pause fügte Frau Meier hinzu: „Dieses Gespräch hat mein ganzes Leben verändert. Mir ist eine riesige Last von meinen Schultern genommen.“

Heinke Geiter



Buchtipps

„Letzte Wünsche“ von Alexander Kreutzfeld, Erschienen im Rowohlt-Verlag 2018



Frank Wenzlow hat seine große Liebe Lizzy an einen hochaggressiven Krebs verloren. Aber statt in tiefer Trauer zu versinken, weil er Lizzy nicht mehr, wie sie es sich gewünscht hatte, das Meer zeigen konnte, erfüllt er heute sterbenskranken Menschen ihre letzten Wünsche. Wenzlow sagt, es gäbe drei Formen des Todes: Einen sozialen, der uns Freunde, die Rolle im Le-

ben und die Privatsphäre nimmt. Einen geistigen, der das Gedächtnis betrifft und mürbe, wütend und ratlos macht. Zum Schluss gibt es noch den körperlichen Tod, der am greifbarsten ist, und vor diesem fürchten wir uns. Oft wünschen sich Menschen nochmal an Orte zurück, von denen sie sich nicht oder nur unzulänglich verabschieden konnten oder sie wünschen sich am sozialen Leben teilzunehmen. Der Journalist Alexander Kreutzfeld hat Frank Wenzlow über ein Jahr begleitet und er spürt diesen letzten Wünschen nach.

Christiane Bartel, Trauerbegleiterin

„Die letzten Tage der Rabbit Hayes“ von Anne McPartlin, Erschienen im Rowohlt-Verlag 2015



An dieser Stelle möchte ich noch einen Roman vorstellen, der schon ein paar Jahre seit seiner Erstveröffentlichung bzw. der deutschen Übersetzung vorzuweisen hat.

Es ist eine rein fiktive Geschichte, die sich aber mit der Situation eines Menschen auseinandersetzt, der am Ende seines Lebens steht und die verbleibende Zeit (von der der Leser und die Protagonisten des Romans nicht wissen, ob es Tage oder Wochen sein werden) in einem Hospiz verbringt.

Der Roman setzt ein als Rabbit Hayes über die Schwelle des Hospizes läuft, weil sie auf gar keinen Fall im Rollstuhl sitzend dorthin kommen will.

Rabbit ist schon sehr schwach und hat Wachträume von der Zeit, als sie noch Kind war und ihr älterer Bruder mit Freunden zusammen eine Band hatte.

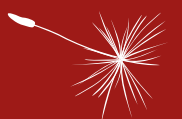
So wird ihr Leben in Dublin bis zum heutigen Tag erzählt, als sie 40 Jahre alt ist und eine 12-jährige Tochter hat, für die sie gegen den Krebs ankämpfen und am Leben bleiben will. Mich hat sehr beeindruckt, wie nah die Autorin ihren Personen und deren jeweiligem Gefühlsleben kommt. Diese letzten Tage im Hospiz sind für die restliche Familie wie eine Zerreibprobe, besonders für den aus USA angereisten Bruder Davey, der ihr immer sehr nahe stand.

Ein Roman, der beim Leser auf den Nerv trifft, aber niemals trost- oder hoffnungslos ist. Er zeigt, wie einmalig die Chance in einer solchen lebensbedrohenden Situation sein kann, wenn eine Familie zueinandersteht und gemeinsam Tränen und Ängste zulässt, Worte und Lösungen findet.

Christiane Bartel, Trauerbegleiterin

Das Kind auf der Parkbank

„Du siehst so traurig aus“, sagte das kleine Mädchen und setzte sich neben die alte Frau auf die Bank im Park. Als die Frau nicht antwortete, kramte das Mädchen in ihrer Kindergartentasche und zog ein Bonbon hervor. „Da, das musst du lutschen und dabei ganz fest an dein allerschönstes Erlebnis denken, dann geht es dir bestimmt besser.“ Zögernd nahm die Frau das Bonbon. Weil sie das Kind nicht enttäuschen wollte, wickelte sie es schließlich aus und schob es in den Mund. „Jetzt musst du die Augen schließen und dich ganz fest erinnern“, forderte die Kleine sie auf, rückte noch ein Stückchen näher und schmiegte sich an die alte Frau. „Genau wie meine kleine Tochter“, dachte sie. „Die war als Vierjährige ebenso unbefangen auf die Menschen zugegangen.“ Ein Lächeln huschte über ihr Gesicht. „Siehst du, es klappt!“, meinte die Kleine strahlend und hüpfte vergnügt davon.



Termine 2020, 1. Halbjahr

Donnerstag, 20. Februar 19 Uhr

Offener Themenabend: Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung
Referent: Dr. Thomas Umscheid im Gerberhaus Idstein

Dienstag, 17. März 19 Uhr

Offener Themenabend: Trauma und posttraumatische Belastungen am Lebensende
Referentin: Heinke Geiter im Gerberhaus Idstein

Donnerstag, 19. März 19:30 Uhr

Mitgliederversammlung und Vortrag „Palliativpass“
Im Haus der Kirche und Diakonie, Fürstin-Henriette-Dorothea Weg 1 in Idstein

Donnerstage: 25. Juni und 2. Juli jeweils 19 bis 21 Uhr

Letzte Hilfe-Kurs: Jeder kann es lernen, einen ihm nahestehenden Menschen in der letzten Lebenszeit gut zu begleiten.
Im Haus der Kirche und Diakonie, Fürstin-Henriette-Dorothea Weg 1 in Idstein – Per E-Mail: lhk@hospizbewegung-idstein.de

Sonntagscafé für Trauernde

12.1. | 9.2. | 8.3. | 12.4. | 10.5. und 14.6.2020
Jeden 2. Sonntag im Monat im Haus der Kirche und Diakonie

Wanderung für Trauernde

16.02. | 19.04 | 21.06. – Treffpunkt jeweils 14 Uhr auf dem Parkplatz am Schlossteich hinter dem PSI Gymnasium

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

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

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

V.i.S.d.P: Heinke Geiter und Anna C. Stassen
Layout: Mile Penava
Fotos: Pexels, Pixabay, Rowohlt Verlag
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 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:
vr Bank Untertaunus eG
IBAN: DE81510917000012116403
BIC: VRBUDE51

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

Abschied von meinem Vater

*Jetzt bist du gestorben.
Ich habe gesehen, wie dein Leben zu Ende ging.
Die Schritte wurden dir schwer.
Mühsam das Atmen.
Und unsicher deine Hand.
Doch deine Augen leuchteten.
Dankbar hast du zurückgeschaut.
Krieg und Not haben dein Leben schwer gemacht.
Erinnerungen dich gequält.*

*Doch Dein Leben war auch reich an Liebe und Freude.
Mutig bist Du deinen Weg gegangen,
auch wenn er steil war oder durch Tiefen führte.
Du warst Vorbild und Begleitung für viele.
Am Ende hast du gesagt: Es ist genug, keine Operationen
mehr, keine Chemotherapie, lasst mich gehen.
Du hast uns gelehrt, den Abschied zu leben.
Hab Dank für alles.*

Heinke Geiter

