

Was braucht es, wenn Menschen zuhause sterben möchten?

Im Gespräch mit alten Menschen oder kranken Menschen hört man immer wieder, dass sie zu Hause sterben möchten. 90% haben den Wunsch zu Hause zu sterben. Die Realität aber ist – und es genügt hier schon, sich im eigenen eigenen Familien- und Freundeskreis umzusehen – dass viele Menschen in Alters- und Pflegeheimen oder in Spitälern sterben. Frau Andrea Tschopp-Hafenbrack, MSC in Nursing Sciences, hat bei KrebspatientInnen untersucht, weshalb zwischen 40% und 50% hospitalisiert werden und im Spital sterben, obwohl sie ursprünglich den Wunsch hatten, zu Hause zu sterben. Im Zusammenhang mit Begleiten sind folgende Erkenntnisse präsentieren.

Chronische Krankheiten sind lange andauernde Krankheiten. Sterben und Tod verursachen sind eine Quelle von Angst und Stress. Werden chronisch kranke Menschen zu Hause durch ihre Angehörigen gepflegt und begleitet, so kommen körperliche, finanzielle, psychische, geistige und emotionale Anforderungen an Angehörige zusammen.

Es ist klar, dass Angehörige eine zentrale Rolle spielen, wenn jemand zu Hause sterben möchte. Familienangehörige sind in der Regel zuverlässige „Carer“, „Fürsorgende“, Nachbarn und Freunde können dazukommen. Das Freundschafts- und Nachbarnetz ist aber nicht in jedem Fall zuverlässig. Angehörige berichten auch, dass sich Freunde und Bekannte im Fall von schwerer, lange andauernder Krankheit auch zurückziehen. Ein Sterben zu Hause ist ohne eine primäre Hilfe von Angehörigen nicht möglich.

Bei einer fortschreitenden Krankheit kommt es zu Einschränkungen im sozialen Leben und es fehlt oft an Erholungsmöglichkeiten. Etwas vom Schwierigsten für Angehörige ist es, „schwierige“, unangenehme Gefühle wie das Leiden, die Verzweiflung, Trauer, Wut usw. des Kranken auszuhalten. Die grössten Stressfaktoren für Angehörige sind: die Erfahrung der eigenen Hilflosigkeit, dem Leiden einfach zuschauen zu müssen sowie die Ungewissheit, wie der Verlauf sein wird (Tschopp 27). Diese emotionalen Stressfaktoren wiegen in der Erfahrung weit mehr als die körperlichen, z.B. Mangel an Schlaf, körperliche Anstrengung, unregelmässige Ernährung usw. (Tschopp 39). Befragt nach Entlastungsmöglichkeiten, haben die Angehörigen das „soziale Netz“ genannt, d.h. Familie, Nachbarn und Freunde. Wird dieses soziale Netz als nicht sicher oder tragend genug erfahren, suchen die Angehörigen nach Entlastung. Dies kann bedeuten, dass sie mehr pflegerische Un-

terstützung, emotionale Unterstützung anfordern oder – was oft die nahe liegendste und scheinbar einfachste Lösung ist – der kranke Angehörige wird in ein Spital verlegt. Die Hospitalisierung war dann nötig, weil die Krankheit und die Anforderungen an die Angehörigen zu unbewältigbaren Problemen wurden.

Für die Gruppe der PatientInnen, die zuhause gestorben sind, hat die Untersuchung von Frau Tschopp-Hafenbrack ergeben, dass das soziale Netz der Hauptgrund war, dass die Hospitalisierung der PatientInnen nicht nötig wurde. Angehörigen der PatientInnen-Gruppe, die im Spital verstorben sind, haben angegeben, dass sie weniger Unterstützung durch das soziale Netz erfahren haben. Zusammenfassend kann gesagt werden, dass neben einer kompetenten ambulanten pflegerisch-medizinischen Hilfe „Soziale Unterstützung“ und „Emotionale Unterstützung“ die wirksamsten Faktoren für ein Sterben zu Hause waren. (Tschopp 29, 39).

Gut vorbereitete, sorgfältig ausgewählte und begleitete Freiwillige können Teil des sozialen Netzwerkes sein, treten ergänzend neben Familie und Freunden und bewirken eine Entlastung für Angehörige. Oft warten Angehörige von schwerkranken Menschen leider zu lange, bis sie Hilfe von aussen in Anspruch nehmen. Freiwillige ermöglichen eine halb- oder ganztägige, Pause, wo jemand z.B. einen Spaziergang machen kann und es ihm oder ihr wieder etwas „Luft gibt“. Solche Freiräume helfen, die Situation emotional zu bewältigen. Freiwillige Begleiterinnen sind aber auch den Angehörigen gegenüber empathische ZuhörerInnen, die durch ihre Anteilnahme eine emotionale Entlastung bieten indem sie gemeinsam mit den Angehörigen die schwierige Situation „aushalten“, die Erfahrung der eigenen Hilflosigkeit dem Kranken und der Krankheit ge-

genüber mit den Angehörigen teilen. Der / die Kranke und / oder die Angehörigen bleiben so mit ihrer Erfahrung nicht alleine und isoliert. Begleiterinnen verfügen zudem über eine gewisse Erfahrung und Vorbereitung, so dass sie auch in solch belastenden Situationen den Angehörigen und dem Kranken Halt geben können. Freiwillige sind zudem nicht persönlich (als Familienangehörige oder Freundin) involviert, was ein Vorteil ist, weil die Angehörigen dann die persönliche Betroffenheit nicht auch wieder auffangen müssen.

Es ist aber klar: BegleiterInnen und BeraterInnen sind mit existentiellen persönlichen Erfahrungen und Fragen konfrontiert, die auch bei ihnen eine persönliche Betroffenheit auslösen und eine Nachbetreuung verlangen. Diese muss aber nicht durch die Angehörigen wahrgenommen werden, sondern wird sichergestellt durch regelmässige Supervision und Praxisbegleitung sowie durch die Mitarbeitenden der Geschäftsstelle. Beide Mitarbeitenden haben langjährige berufliche Erfahrungen mit schwerkranken und sterbenden Menschen und ihren Angehörigen.

Die Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen verlangt nach einer persönlichen Eignung und nach einer intensiven, angepassten Vorbereitung der Freiwilligen.

Pfr. Peter Lack, Geschäftsleiter GGG Begleiten/Voluntas

Weiterführende Literatur:

Staberoh, Angela. Ich möchte einmal zuhause sterben: bis zuletzt in den eigenen vier Wänden – was sie bedenken, wissen und planen sollten. Kreuz Verlag, 2000.
Christa Dettwiler. Zum Sterben will ich nach Hause: Ein Leitfaden für Angehörige. Zürich: Kontrast Verlag, 1999. Fischer, Monika. Todesfall: Ein Ratgeber für Hinterbliebene. Bern: Paul Haupt Verlag 2001.

**Bequemschuhe von
HELVESKO · LADYSKO · dansko**

Schuh-Sonderverkauf

Schuhe bereits ab Fr. 50.–.

Ab sofort: Herbst- und Wintermodelle ab Fr. 99.– /

**Annahme aller
Schuhreparaturen
Einlagen nach Mass
Textilreinigung**

**125.– / 175.– sind eingetroffen.
Div. Modelle für lose Einlagen.**

Fundgrube · Schuhmacherei

Renato Rui

Bahnhofstr. 16, 4313 Möhlin

Tel. 061 853 10 40, Fax 061 853 10 41

Öffnungszeiten:

**Mo–Fr 9.00–18.00 Uhr
Sa 9.00–16.00 Uhr**