a.ö. Krankenhaus St. Vinzenz Betriebs GmbH

eine soziale Einrichtung der Barmherzigen Schwestern des Hl. Vinzenz von Paul, Zams

CARITAS CHRISTI URGET NOS

Bis zuletzt an deiner Seite

Liebevolle Begleitung in der letzten Lebensphase

Impressum:
Krankenhausseelsorge der a. ö. Krankenhaus St. Vinzenz BetriebsGmbh, Sanatoriumstr. 43, 6511 Zams
August 2017
Texte stellenweise inspiriert von der Broschüre „Begleiten bis zuletzt“ , hrsg. v. Hospiz Österreich, Wien 2014
Titelbild: www.pixelio.de/Ralf_Schminke
Alle nicht anderweitig gekennzeichneten Bilder wurden www.pixabay.com entnommen.

Liebe An- und Zugehörige!

Sterben ist eine existentielle Krisenerfahrung. Alles gerät ins Wanken. Ein Mensch muss sich auf den Aufbruch zu einem anderen Leben einlassen. Das Ende menschlichen Lebens ist im Wesentlichen ein Prozess des Loslassens und Abschiednehmens. Dabei wird sowohl den Sterbenden wie auch den Begleitern, Angehörigen und Freunden viel abverlangt.

Wir wollen das Beste für unsere/n Angehörige/n, aber was tut gut und was belastet eher? Mitten im Leben wissen wir oft schon nicht, was den Nächsten freut oder anstrengt. Jetzt, an der Lebensgrenze, ist dies fast unlösbar. Es mag sein, dass wir darum in der Begleitung nicht immer alles richtig machen, dass wir mal zu laut, mal zu leise, mal zu zurückhaltend und mal zu überschwänglich sind. Doch letztlich kommt es darauf nicht an. Das Wesentliche ist, dass der sterbende Mensch unsere Zuwendung und Nähe spürt. So kann er sich geborgen und sicher fühlen auf seinen letzten Schritten.

Noch einmal...

Ein Gedicht von Erich Fried trägt den Titel „Bevor ich sterbe“. Darin heißt es:

> „Bevor ich sterbe
> noch einmal sprechen
> von Liebe
> damit doch einige sagen:
> Das gab es
> das muss es geben.“

Noch einmal bedeutet manchmal: ein letztes Mal. Alles Schöne wird kostbar. Alles Verständnisvolle verbindet.

Es gibt nichts, was der schwerkranke Mensch jetzt noch tun muss. Er wählt seine Art und Weise des Todes - unsere Aufgabe ist, diese zu akzeptieren, auch wenn sie unseren eigenen Vorstellungen widerspricht.

Der Weg des Sterbens ist für jeden sehr unterschiedlich. Für manche ist es schwer, sich von diesem Leben zu lösen; sie brauchen unter Umständen lange Zeit der Pflege und Zuwendung. Bei anderen tritt der Tod schneller ein. Ziel der Begleitung ist nicht das Hinauszögern des Sterbens, sondern ein möglichst hohes Maß an Wohlbefinden für den sterbenden Menschen.

Die Bedürfnisse von sterbenden Menschen können wechseln. Manchmal sehnt er sich nach Nähe und Berührung, manchmal empfindet er diese Berührung als störend. Missverstehen Sie die Ablehnung nicht als Zeichen mangelnder Liebe - Sterbende sind mit sich und ihrem Leben beschäftigt.

Sterbende Menschen brauchen nicht immer Anwesenheit rund um die Uhr. Sie brauchen vielmehr Zeiten der Präsenz von An- und Zugehörigen, aber auch Zeit des Alleinseins und der Ruhe.

Die eigenen Grenzen der Belastbarkeit

Die Zuwendung zu und Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen provoziert zur Auseinandersetzung mit den eigenen Grenzen des Lebens und ist oft auch körperlich und seelisch anstrengend und belastend. Für Angehörige ist es daher wichtig, dass sie auch für sich sorgen. Gönnen Sie sich Zeit für sich allein oder mit Freunden, um Kraft zu schöpfen.
Manchmal braucht man das Gespräch mit einem anderen Menschen, um über die eigenen Sorgen und Ängste sprechen zu können. Scheuen Sie sich nicht, andere um Hilfe zu fragen.

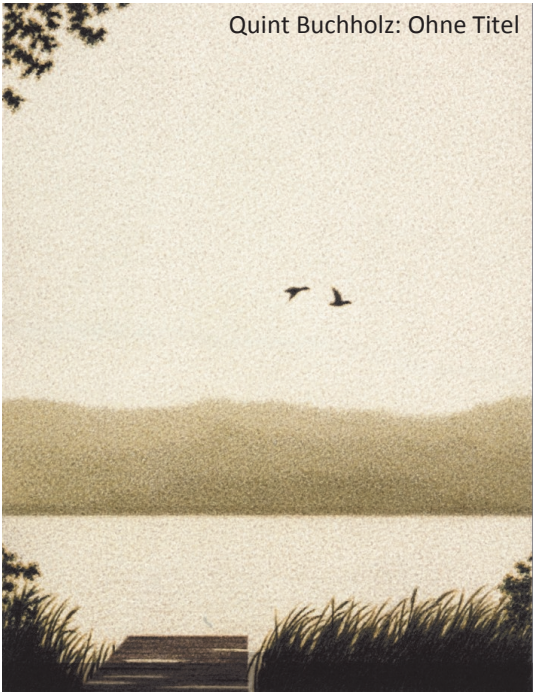
Die letzten Tage

Im Verlauf des Sterbens nimmt die **Bewusstseinstrübung** zu und es gelingt immer weniger, den schwerkranken Menschen aufzuwecken. Die PatientInnen befinden sich in einem Zustand zwischen Wachsein und Schlaf. Auf plötzliches Berühren oder laute Geräusche reagieren sie häufig mit Erschrecken.

Die Bewusstseinseintrübung ist selten gleichbleibend, sie schwankt ständig. Menschen, die seit Tagen im Koma liegen, werden manchmal für kurze Zeit wieder wach und sind fähig, ein paar Worte zu sagen. Oft reagieren die Kranken in dieser Phase nur mehr auf die Stimme von ihnen sehr nahe stehenden Menschen. Es kann aber auch vorkommen, dass sie Bezugspersonen gar nicht mehr erkennen.

In diesem Zustand ist es manchmal hilfreich, wenn den Kranken vertraute Menschen in der **Nähe** sind. Unruhe im Zimmer, häufiges Kommen und Gehen kann jetzt besonders stören. Es ist auch gut, die Sterbenden immer wieder für eine Zeit **alleine zu lassen**. Wichtig ist aber, zuvor Bescheid zu geben, also zu sagen: „Ich gehe jetzt und in einer halben Stunde komme ich wieder.“

Achten Sie darauf, was am Bett der/des Sterbenden gesprochen wird, gehen Sie stets davon aus, dass er/sie alles **hören** kann, auch wenn er/sie nicht mehr antworten kann. Das bedeutet zugleich, dass Sie ihm/ihr noch alles sagen können, was Sie schon immer sagen wollten - Sie können davon ausgehen, dass Ihre Worte ankommen.
Sterbende benötigen allerdings mehr Zeit, um Worte ankommen zu lassen. Es ist daher notwendig, sich den Sterbenden gegenüber langsam und in einfachen Worten auszudrücken, um ihnen das Aufnehmen des Gesagten zu erleichtern.



Die letzten Stunden

Sterben bedeutet meist ein langsames Aufhören der Lebensfunktionen und in der Regel ist das Ende des Lebens unspektakulär und still.

Dass der Tod tatsächlich naht, kündigt sich durch mehrere Anzeichen an: Die Augen des Sterbenden sind offen oder halboffen, aber sie sehen nicht wirklich. Der Mund ist offen. Die Körperunterseite, Füße, Knie und Hände verfärben sich aufgrund der reduzierten Durchblutung etwas dunkler und sind marmoriert. Der Puls wird schwächer, die Sterbenden reagieren jetzt nicht mehr auf ihre Umgebung. Zwischen den Atemzügen treten oft lange Pausen ein oder es kann eine sogenannte Schnappatmung auftreten. Was manchmal wie der allerletzte Atem wirkt, wird nach einigen Minuten noch von ein oder zwei langen Atemzügen vollendet.

Der Tod tritt ein, wenn Herzschlag und Atem ganz aufhören. Dem Einatmen folgt ein Ausatmen und kein weiteres Einatmen...

Quint Buchholz: Die große Reise

Der Tod ist eingetreten

Es gibt nichts, was Sie jetzt gleich tun müssen. Sie haben so viel Zeit, wie Sie für Ihren persönlichen Abschied brauchen. Nachdem der Tod eingetreten ist, sollten Sie deshalb nicht gleich aktiv werden. Lassen Sie sich Zeit und lassen Sie auch die Stille und Besonderheit dieses Augenblicks auf sich wirken. Lassen Sie Ihre Gefühle zu.

Beachten Sie den entspannten und friedvollen Ausdruck im Gesicht der/des soeben Verstorbenen. Vielleicht gelingt es ihnen, neben Ihrer Trauer auch ein bisschen Erleichterung wahrzunehmen, dass er/sie es geschafft hat.

Verständigen Sie die/den zuständige/n KrankenpflegerIn. Sie/Er verständigt den diensthabenden Arzt, der den Tod offiziell feststellt.

Wenn Sie es möchten, wird die Krankenhausseelsorge informiert, die Ihre/n Angehörige/n segnen und mit Ihnen beten.

„… und dabei war ich nur kurz draußen“

Wie viele Menschen, die bei ihrem kranken Menschen wachen, haben Sie sich vielleicht gewünscht, im Moment des Sterbens bei ihm zu sein. Ist der Tod gerade dann eingetreten, als Sie nur für kurze Zeit das Sterbezimmer verlassen haben, werfen Sie sich vielleicht vor, im entscheidenden Augenblick nicht da gewesen zu sein. Aber es ist nur menschlich, dass man nicht lückenlos anwesend sein kann. Vertrauen Sie darauf, dass der verstorbene Mensch Ihre Nähe und Begleitung wahrgenommen hat, so lange Sie im Raum waren. Ziehen Sie in Betracht, dass er den Zeitpunkt seines Todes „gewählt“ haben könnte. Manche Sterbende scheinen geradezu zu „warten“, bis ein bestimmter Mensch zum Abschiednehmen eingetroffen ist. Andere scheinen den Moment des Alleinseins zu brauchen, um das Leben dann zu verlassen, wenn kein Mensch sie mehr (zurück-)hält.

Seelsorgliche Betreuung

Unser Krankenhausseelsorgeteam steht Ihnen gerne für begleitende Gespräche, die Feier von Ritualen und gemeinsames Gebet zur Verfügung.

Auch wenn keine Heilung im körperlichen Sinn mehr zu erwarten ist, kann es gut tun, gemeinsam um inneres Heilwerden und Gottes liebevolle Zuwendung zu bitten. Im Krankensegen oder der Krankensalbung kommt Gottes Zusage zum Ausdruck: „Du bist nicht allein! Gerade jetzt bin ich, dein Gott, bei dir!“

Wenn Sie den Besuch eines/einer MitarbeiterIn des Seelsorgeteams wünschen, wenden Sie sich bitte an das Pflegepersonal oder direkt an die **Seelsorge (Tel. 0664 600 85 5290)**.

Das Leben ist schwächer als der Tod.
Aber der Tod ist schwächer
als die Liebe.

Khalil Gibran