

## Letzte Wünsche im Ambulanten Lazarus Hospizdienst und Stationären Lazarus Hospiz

Letzte Wünsche haben mit dem Leben zu tun. Dem Leben, das ich geführt habe, das mich geprägt hat mit meinen Vorlieben und Abneigungen, mit meinen Erwartungen und Sehnsüchten.

Letzte Wünsche sind aber auch endgültig. Deswegen ist es oft nicht leicht, sie in den belastenden Situationen der schweren Krankheit und des bevorstehenden Todes zu artikulieren.

Insbesondere bei der Erstellung einer Patientenverfügung ist es daher sinnvoll, nicht nur die medizinischen Wünsche, sondern auch die ganz persönlichen Alltagswünsche zu erkunden. Wer soll mich besuchen kommen, wenn ich zu Hause am Lebensende oder im Hospiz liege, wer soll mich keinesfalls besuchen kommen? Auf jeden Fall soll mein Hund bei mir sein dürfen, keinesfalls aber mein Schwager. Ich möchte nochmal an die Ostsee fahren, ich möchte nochmal in meinen Schrebergarten. Keinesfalls aber wieder zurück ins Krankenhaus.

Die Mitglieder des Hospiz- und Palliativverbandes haben dafür zusätzlich einen Wertefragebogen erarbeitet, der bei der Verwirklichung der letzten Wünsche helfen kann, wenn die entsprechenden Fragen beantwortet werden, so z. B.: Was ist Ihnen für die Zukunft wichtig? Wenn Sie eine tödliche Erkrankung hätten, was wäre Ihnen in dieser Situation wichtig? Was macht Ihr Leben lebenswert? Welche Gedanken haben Sie sich schon für Ihre Bestattung gemacht?

Auch als Interpretationshilfe kann die Werterklärung sehr hilfreich sein, wenn z. B. Patient\*innen nicht mehr in der Lage sind, ihre aktuellen Werte und Wünsche mitzuteilen. Im übrigen tun die Mitarbeiter\*innen des ambulanten und stationären Hospizes fast alles dafür, die geäußerten, aber auch die geahnten Wünsche möglich zu machen.

Und so werden letzte Wünsche auch über den Tod hinaus erfüllt: wenn ein verstorbener Patient in seinem Lieblingspyjama des FC Union aufgebahrt wird, wenn der Handarbeitslehrer ihr buntes Häkelzeug aufs Totenbett gelegt wird, wenn ein starker Raucher seine letzte Schachtel Marlboro in den Händen hält, oder wenn ein Fenster geöffnet wird, damit „meine Seele hinausfliegen kann“.



**Claudia Trautloft**

Patientenfürsprecherin im Stationären Lazarus Hospiz

## Buchempfehlungen:



**Alexander Krützfeldt:**

*Letzte Wünsche, Was Sterbende hoffen, vermissen, bereuen – und was uns das über das Leben verrät.* 2018, Rowohlt-Verlag

Frank Wenzlow hat seine große Liebe an einen hochaggressiven Krebs verloren. Aber anstatt aufzugeben und in Trauer zu versinken, hat er einen Verein gegründet, der sterbenden Menschen ihren letzten Wunsch vor dem Tod erfüllt: einmal noch ins Stadion, Weihnachten bei der Familie, das letzte Mal ans Meer.

Der Journalist Alexander Krützfeldt hat Wenzlow über Monate begleitet, um dem nachzuspüren, was Sterbende bewegt und zu erfahren, was wir hoffen, vermissen, bereuen, wenn wir wissen, dass wir gehen müssen.

Dieses Buch zeigt uns, was letzte Wünsche über das Leben verraten und was wir selbst für uns und andere tun können. Was wirklich zählt.

Ein Augen öffnendes Buch, das vor allem dazu ermuntern will, bewusster zu leben.



**Wolfgang Pollanz und Wolfgang Kühnelt:** *Das letzte Lied: Songs zum Abschiednehmen.* 2014, Milena-Verlag

Hier gibt es Anregungen und Beispiele für den persönlichen Begräbnis-soundtrack. Für alle geeignet, die sich Gedanken über die musikalische Begleitung ihrer Abschiedsfeier machen und dies nicht ihren Nachkommen überlassen wollen.

# Lazarus Hospiz Aktuell

## Letzte Wünsche

24. Jahrgang Nr. 1 – Januar 2019

### Letzte Wünsche

Kinder haben immer Wünsche. Sie sind in ihrem Lebensschwung voller Energie und Lebensdrang. In der Regel werden die Wünsche im erwachsenen Alter realistischer. Und wenn sich das Leben dem Ende nähert und der Mensch körperlich schwächer wird, beziehen sich die Wünsche oft auf kleine Dinge, die ohne Hilfe nicht mehr erlebt werden können.

Zu den Aufgaben in der Hospizarbeit gehört es auch, nach Möglichkeit, letzte Wünsche zu erfüllen. Oft ist es der letzte Wunsch, zu Hause zu sterben. Oder überhaupt sterben zu dürfen, also nicht davon abgehalten zu werden, wie es oft im Krankenhaus geschieht. Im Hospiz ist es auch der letzte Wunsch des Pflegepersonals, dass die Patient\*innen in Frieden und zufrieden sterben können. Es ist heute eher üblich, sich schon frühzeitig im Leben über letzte Wünsche Gedanken zu machen. Am Lebensende haben die Wünsche eine besondere Bedeutung. Dann kann etwas zum letzten Mal gesehen oder erlebt werden. Oder es gibt etwas, das ein Mensch immer schon machen wollte, aber noch nicht dazu gekommen ist. Das kann dann doch vielleicht getan werden – zum ersten Mal.

In dieser Ausgabe von Lazarus Hospiz Aktuell werden einige Aspekte der letzten Wünsche aus verschiedenen Perspektiven betrachtet. Eine Ehrenamtliche schildert ihre Erfahrung. Es geht auch um drei Männer, die sich fürs Lebensende schon einmal ihren Sarg zimmern – mach dein letztes Ding. Und um Bücher, die sich mit dem Thema beschäftigen. Und schließlich um die Frage, was vor dem Lebensende noch geregelt werden kann, damit die letzten Wünsche erfüllt werden (Patientenverfügung).

Im Januar ist die neu gestaltete Homepage des Lazarus Hospiz freigeschaltet. Das Layout der neuen Homepage ist nun auch hier im Lazarus Hospiz Aktuell in Farbe, und der Wortmarke übernommen worden.

Die Homepage war ein lang gehegter Wunsch – und hoffentlich kein letzter: <https://www.lazarushospiz.de>



**Lydia Röder**

Leitung Ambulanter Lazarus Hospizdienst

### Das ist nicht Hollywood

Ich gebe zu, als ich vor mittlerweile fast vier Jahren mit der Sterbebegleitung anfang, dachte ich an den Film „Das Beste kommt zum Schluss“ und an die Bucket Listen, die auf mich warteten. Letzte Wünsche passten gut zu meiner Bereitschaft, Menschen zu helfen.

Ich stellte jedoch schnell fest, dass Menschen am Lebensende in der Regel erkennen und schließlich annehmen, dass sie bald sterben werden und sich weniger mit eigenen Wünschen auseinander setzen. Und wenn letzte Wünsche überhaupt geäußert werden, dann nicht den Mount Everest zu erklimmen, sondern die Bäckerei um die Ecke zu besuchen und ein letztes Mal die Sahnetorte zu essen.

So auch der Herr, den ich begleite. Jede Woche schiebe ich ihn mit dem Rollstuhl durch den Supermarkt, danach gehen wir einen Kaffee trinken. Zwischen zwei Zigaretten schwärmt er von Spandau – und vom schönen Weihnachtsmarkt in der Altstadt.

Wir planen, dass ich einmal mit dem Auto komme, den Rollstuhl in dem Kofferraum packe und mit ihm hinfahre. Dort schiebe ich ihn dann im Rollstuhl durch den überfüllten Markt (wir haben ja Übung, der Supermarkt ist auch immer voll) und freue mich, ihm einen letzten Wunsch zu erfüllen.

Das wäre dann schon fast Hollywood. Doch während wir planen, sitzen wir draußen in der herbstlichen Sonne. Er ist abgemagert, hustet schwer und sieht dabei ganz blass aus. Bis Weihnachten kann er vielleicht das Bett nicht mehr verlassen. Vielleicht lebt er nicht mehr. In der Begleitung von Menschen am Lebensende muss ich Einiges aushalten können. Auch, dass sporadische letzte Wünsche unerfüllte Pläne bleiben. Pläne, die Trost spenden und vom gelebten Leben erzählen.

Und ein Bestandteil unserer eigenen Trauer werden, mit der wir Ehrenamtlichen am Ende einer Begleitung zu tun haben. Ich kann dann kein Häkchen an einer Bucket Liste machen. Man kann nicht immer Jack Nicholson sein.



**Leticia Milano**

Ehrenamtliche Mitarbeiterin im Ambulanten Lazarus Hospizdienst



## Was möchten wir noch machen, bevor wir den Löffel abgeben?

In der Hollywood-Version hören sich letzte Wünsche von Sterbenden großartig an: einmal Fallschirmspringen oder einmal wie Krösus im teuersten französischen Restaurant in Paris essen, – das alles tun Jack Nicholson und Morgan Freeman in den Rollen der todkranken Patienten Edward und Carter 2007 im Film „Das Beste kommt zum Schluss“.

Diese letzten Wünsche werden im Film als „Bucket list“ bezeichnet. Dieser Ausdruck kommt von „before they kick the bucket“, was auf Deutsch soviel heißt wie „bevor man den Löffel abgibt“. Auf Deutsch sollte man es daher eigentlich als „Löffelliste“ bezeichnen. Inzwischen gibt es eine Website: [bucketlist.org](http://bucketlist.org).

Es ist ein online-Netzwerk, auf dem man seine letzten Wünsche veröffentlichen und teilen kann und wovon auch sehr reger Gebrauch gemacht wird. Leute beschreiben, was sie noch unbedingt vor dem eigenen Tod machen wollen. Menschen, die dem Tod nahe sind, haben Wünsche, die weder Geld noch Hollywood erfüllen können, meint die australische Autorin Bronnie Ware, die jahrelang sterbende Menschen gepflegt hat: Diese Sterbenden bedauern, dass sie zu viel gearbeitet und zu wenig ihr Glück gesucht haben. Davon könnten Lebende lernen. Bronnie Ware fasst in ihrem Buch „Die fünf Dinge, die Sterbende am meisten bereuen“ deren Erfahrungen zusammen. Sterbende Menschen wünschen sich das folgende am meisten:

- „Ich wünschte, ich hätte den Mut gehabt, mein eigenes Leben zu leben“
- „Ich wünschte, ich hätte nicht so viel gearbeitet“
- „Ich wünschte, ich hätte den Mut gehabt, meine Gefühle auszudrücken“
- „Ich wünschte mir, ich hätte den Kontakt zu meinen Freunden aufrechterhalten“
- „Ich wünschte, ich hätte mir erlaubt, glücklicher zu sein“

Wenn wir es schaffen, diese Wünsche früh im Leben zu beherrzigen, können wir vielleicht gelassen irgendwann wirklich den Löffel abgeben.

### Adelheid Scholten

Ehrenamtliche Mitarbeiterin im  
Ambulanten Lazarus Hospizdienst



© Katharina Eglau

Alle Veränderungen, sogar die meistersehnten, haben ihre Melancholie. Denn was wir hinter uns lassen, ist ein Teil unserer selbst. Wir müssen einem Leben Lebewohl sagen, bevor wir in ein anderes eintreten können.  
**Anatole France**

## Schule für das Leben – Mach dein letztes Ding! Sargbau-Workshop enttabuisiert das Sterben

„Kann das funktionieren?“ fragten viele, als sie zum ersten Mal vom Sargbau-Workshop des Ambulanten Lazarus Hospizdienst der Hoffnungstaler Stiftung Lobetal hörten. „Ist das nicht makaber? Pietätlos? Überflüssig?“ Anlässlich des Welt-hospiztages am 13. Oktober fand dieser Workshop am 13./14. Oktober 2018 auf dem Lazarus-Gelände statt. Drei Männer hatten sich dazu angemeldet. Zwei Tage lang wurde geredet, gesägt, gefeilt, geschmirgelt, und man kam ins Gespräch über Leben, Sterben und Tod.

Lydia Röder hat sich diesen Wochenendkurs ausgedacht. Anna Adam, bildende Künstlerin, hatte unter anderem den technischen Sachverstand für die Arbeit mit Holz. Lydia Röder erzählt: „Die Idee für den Sargbau-Workshop bekam ich über ein Video aus Neuseeland. Dort bauten sich Menschen aus der Nachbarschaft in einem coffin club (Sarg Club) einen eigenen Sarg. Das stärkte gleichzeitig den Zusammenhalt im Kiez. Eine der Aufgaben der Hospizarbeit sei es auch – neben der Begleitung sterbender Menschen –, die Themen Sterben, Tod und Trauer in verschiedenen Formen in die Gesellschaft zu tragen.“ „Sterben gehört zum Leben,“ weiß Lydia Röder. Der Sargbau-Workshop scheint dazu ein geeigneter Weg. Die Rechnung ging auf, und mehr als Lydia Röder lieb war, denn: „Manchmal kam ich gar nicht zu meiner eigentlichen Arbeit, weil ständig das Telefon klingelte. Wir waren überrascht von der Medienresonanz“.

Lydia Röder bot den Teilnehmern im Workshop Impulse und Wissen an: Welches Verhältnis haben Sie zum eigenen Tod? Welche Erfahrungen haben Sie schon mit der eigenen Trauer oder von Angehörigen gemacht?“, fragte sie. Es wurde ein Kurzfilm gezeigt: *Biologie des Todes*. „Wer sich auf den Workshop einlässt, stellt sich den Fragen des Lebens und des Sterbens.“ Gut möglich, dass Erinnerungen wiederkehren, an eine schwere Krankheit, an eigene Trauerfälle. „Die Gespräche waren dann sehr persönlich und intensiv.“

Die Künstlerin Anna Adam half im Kurs beim Bauen der Särge. Sie sagt, der Umgang mit dem Tod sei tief verwurzelt in unserer Kultur und Erziehung. „Wir haben großen Respekt vor dem Sterben und dem Tod. Die Menschen wollen leben, ohne ans Sterben zu denken.“ Anna Adam möchte durch den Sargbaukurs den Sarg „entzaubern“. Wenn die Kursteilnehmer stundenlang an ihrem Sarg bauten und dekorierten, würden sie sich dem Thema Sterben öffnen können. Und so war es dann auch.

Die drei Männer sägten das Holz zurecht. Unterstützt von Anna Adam wurden individuelle Sarg-Formen entwickelt und gebaut.



Am Ende des Kurses, der einen Tag in die Verlängerung ging, nahmen die Teilnehmer ihren eigenen Sarg mit nach Hause. Das Schmücken der Särge mit Baumwolle, Seide, Wolle und Leinen erfolgt zu Hause in Eigenarbeit. Es dürfen nur Stoffe sein, die leicht verrotten. Der Sarg gehört den Teilnehmern. Sie können ihn Zeit ihres Lebens als Möbelstück nutzen, als Schrank, Truhe für die Bettwäsche, als Bücherregal, Sitzbank oder Bett.

„Ganz bestimmt wird dann auch in der Wohnung das Thema „Leben und Sterben“, vielleicht auch die Hospizarbeit, gegenwärtig sein“, ist Lydia Röder überzeugt.

Und was sagen die Teilnehmer dazu? „Durch den bewussten Umgang mit den Themen Sterben, Tod und Trauer bei dem Workshop nehme ich das Leben im Hier und Jetzt wieder spürbar wahr“, sagte der jüngste der Männer. Ein anderer ergänzte: „Generationen vor uns haben immer ihren eigenen Sarg gebaut. Bei mir war das schon lange im Kopf durch persönliche Verluste vor langer Zeit. Deshalb wollte ich das Angebot und die gute Gelegenheit gerne annehmen.“

Und was lernen wir daraus? „Der eigene Sarg kann uns lehren, dass Leben immer Werden, Wandel und Veränderung, Krankheit und auch Tod bedeuten. Nichts ist beständig und für immer. Und genau diese Erfahrung bringt mich dazu, noch intensiver die Kostbarkeit, Schönheit und Einzigartigkeit des Lebens wahrzunehmen und in ihrer ganzen Fülle zu genießen, sagt Lydia Röder. So gesehen war dieser Kurs ein Workshop für das Leben.“

### Wolfgang Kern

Leiter Kommunikation und Spenden, Hoffnungstaler Stiftung Lobetal

## Letzte Wünsche wagen Der Wunschewagen des ASB

Letzte Wünsche wagen – das ermöglichen seit 2014 die ASB-Wunschewagen überall in Deutschland. In Berlin gibt es einen solchen Wunschewagen seit Juni 2016. Er erfüllt Menschen in ihren letzten Lebensphasen noch einen besonderen Wunsch und fährt sie an ihren Lieblingsort: noch einmal das Meer sehen, ein letztes Mal die Lieblingsband erleben oder mit dem Lieblingsverein im Fußballstadion fiebern.

Der Wunschewagen ist speziell auf die Bedürfnisse der Fahrgäste abgestimmt: spezielle Stoßdämpfer, eine Musikanlage sowie ein harmonisches Konzept aus Licht und Farben machen die Reise zu einem angenehmen Erlebnis. Eine verspiegelte Rundum-Verglasung bietet einen Panorama-Blick in die Umgebung. Zugleich verfügen alle Wunschewagen über eine moderne Notfallmedizinische Ausstattung. So kann das ASB-Team im Notfall medizinische Hilfe leisten. Mindestens ein Rettungssanitäter sitzt immer im Wagen. Das Projekt wird rein ehrenamtlich getragen und ausschließlich durch Spenden finanziert. Die Fahrten sind für die Passagiere und eine Begleitperson unentgeltlich. Schirmherr des Projektes ist ASB-Präsident Franz Müntefering. Die Wunschfahrten werden von qualifizierten ehrenamtlichen Fachkräften begleitet. Sie alle engagieren sich freiwillig, um letzte Herzenswünsche wahr werden zu lassen.

Kontakt: [www.wuenschewagen.de](http://www.wuenschewagen.de)

Die Malteser betreiben übrigens seit 2016 ein ähnliches Konzept. Sie nennen es Herzenswunsch-Krankenwagen.

Die Idee dahinter: ehrenamtliche Malteser bringen todkranke Menschen an deren persönlichen Wunschort – kostenlos, egal wohin. Mittlerweile gibt es das Projekt an vielen Malteser-Standorten: z.B. in Leverkusen, Celle, Braunschweig, Wolfsburg, Köln, Freiburg, Göttingen, Würzburg und Hannover. Der Service ist für die Klienten kostenlos – und doch für sie, ihre Angehörigen und die Helfer unschätzbar wertvoll.

### Adelheid Scholten

Ehrenamtliche Mitarbeiterin im Ambulanten Lazarus Hospizdienst

