

Sterbefasten von Dr. Philipp von Trott

„Sterbefasten“ war das Thema auf dem ersten Forum-Abend des Jahres 2019. Das „Sterbefasten“ oder der „Freiwillige Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit“ (FVNF) ist für einige Menschen ein Weg, selbstbestimmt aus dem Leben zu treten. Diese besondere Form des Suizids, bei der aus einer bewussten Entscheidung heraus auf Nahrung und Flüssigkeit verzichtet wird, tritt nach einer gewissen Zeit der Tod ein. Dieser Weg stellt uns vor viele Herausforderungen.

Nicht nur die gesetzliche Einordnung ist schwierig, vor allem ethisch-moralisch ist eine breit gefächerte Betrachtung angemessen. Eine einseitige Darstellung oder eine Reduktion der Diskussion auf formale Details (z.B. Diskussionen über Häufigkeit der Mundpflege, formelle juristische Absicherung) wird dem Thema nicht gerecht. Tod und Sterben betreffen immer den Menschenkreis. Bei Entscheidung für einen FVNF sollten die beteiligten Patienten, Angehörigen oder professionellen Teammitglieder des Krankenhauses oder des Hospizes im Gespräch und an Entscheidungsprozessen beteiligt sein. Ist es tatsächlich Sterbefasten oder nur der normale Verlauf einer fortschreitenden Erkrankung, bei dem der Patient weniger Hunger verspürt? Ist es ein freiwilliger Verzicht oder ist die Entscheidung gar nicht frei-willig, sondern aufgrund äußerer Zwänge oder einer Depression unfrei?

Fühle ich mich in der Rolle des professionell Helfenden als Fürsorgender oder Dienstleister, als unterstützender Begleiter oder Sterbehelfer?

„Selbstbestimmt bis zuletzt“ – Umbaumaßnahmen im Stationären Lazarus Hospiz

Vielleicht haben Sie es schon gehört, die Gästezimmer im stationären Hospiz sollen den heutigen Standards angepasst werden. „Selbstbestimmt bis zuletzt“ bedeutet auch, dass unsere Gäste so lange wie möglich barrierefrei einen eigenen Sanitärbereich nutzen können. Derzeit teilen sich einige Zimmer eine Nasszelle oder verfügen nur über ein Waschbecken im Zimmer. Das wollen wir ändern. Die Umgestaltung verbessert auch die Pflegebedingungen. Der Umbau wird die Arbeit für das Pflegepersonal erleichtern und trägt zur Schaffung besserer Arbeitsbedingungen bei. Die Zimmer werden außerdem größer, heller und freundlicher.

Für die Zeit des Umbaus werden wir auf dem Lazarusgelände in die ehemalige Pflegestation der Lazarus Diakonissen im Mutterhaus ziehen. Der genaue Umzugstermin steht noch nicht fest, wir werden Sie jedoch auf dem Laufenden halten. Erste Schritte sind getan. Doch braucht es weitere Unterstützung.

Es ist sinnvoll, die Vielschichtigkeit und Kontroversen zu FVNF anzusprechen, auf unterschiedliche Wertevorstellungen der Beteiligten Rücksicht zu nehmen und auf die rechtliche Grauzone hinzuweisen.

Nicht zuletzt sollte die Frage des „Warum?“ gestellt werden, um die Motivation zum Sterbefasten kennenlernen zu können. Nicht selten liegt dem Todeswunsch ein Sinnverlust im Leben zugrunde. Sinn kann freilich nicht von außen gegeben werden, jeder kann ihn nur selbst entwickeln.

Dem Sterbewilligen aber bei der eigenen Sinnsuche und -findung durch aufrichtiges Zuhören und menschliche Zuwendung zu unterstützen, kann eine wertvolle Aufgabe der helfenden Personen sein.

Denn „was der Mensch dem Menschen sein kann, erschöpft sich nicht in Begreiflichkeiten“ (Karl Jaspers).



Dr. Philipp von Trott

Onkologe und Palliativmediziner
im Krankenhaus Havelhöhe

© privat

Jeder Euro zählt! Wir freuen uns über Ihre Spende:

Spendenkonto:

Hoffnungstaler Stiftung Lobetal
IBAN: DE06 3506 0190 0000 4444 48
Kennwort: Umbau Lazarus Hospiz

Vielen Dank!



Anette Adam

Leitung Stationäres Lazarus Hospiz

© privat

Herausgeber: Lazarus Hospiz

Redaktion: Lydia Röder, Adelheid Scholten, Leticia Milano
030/46 705 276, email: lazarusospiz-l.roeder@lobetal.de, <https://www.lazarushospiz.de>

Layout: Darja Süßbier

Druck: GeKaWe, Michael Bellenbaum, Auflage: 2000 Stück

Lazarus Hospiz
voll mitLeben
ambulant

Lazarus Hospiz Aktuell

Abschied

24. Jahrgang Nr. 2 – April 2019

Abschied Ade • Gehab Dich wohl
• Auf Wiedersehen •
Geh gesund! • Tschüs • Tschüssi • Ciao • Adieu
• Leb wohl • Adios • Servus • Wiederschauen •
Mach's gut • Valet • Mach's besser • Bis bald •
Bis dann • Tschau • Pfiade • Pfi God •
Uff Wiedrluage • Salü • Tschö • Tschüssikowski
• Tschai • Und tschüss • Wiedersehen •
Bis demnächst in diesem Theater •
Bis später • Bis denne • Mach's hübsch

Abschied

Unser Wort „Abschied“ kommt vom alten deutschen Wort „abscheiden“, und das bedeutete: weggehen, sich trennen. „Abscheid“ stand dabei häufig auch für das endgültige Weggehen, den Tod.

In einem Hospiz liegt das Thema Abschied nahe. Alle, die hierher kommen, wissen, dass sie sich von dieser Welt, von der Familie und von Freunden verabschieden müssen. Das Leben neigt sich dem Ende zu.

Es gibt im Leben auch die vielen kleinen Abschiede. Wir verabschieden uns voneinander, wenn wir auseinander gehen, sei es für den Tag, für eine Woche oder wenn wir länger verreisen. Niemals können wir ganz sicher sein, einander tatsächlich wiederzusehen, wie wir es in vielen Abschiedsformeln ausdrücken.

Gerade im Hospizbereich könnte jede Begegnung die letzte sein. Darum ist es so wichtig zu lernen, wie ich einen Abschied gestalten kann und wenn dies nicht möglich sein sollte, wie ich mit unabgeschlossenen Abschieden umgehen kann.

In dieser Ausgabe von Lazarus Hospiz Aktuell wollen wir die kleinen und großen Abschiede beleuchten. Die Erfahrungen einer Mutter, die immer wieder Abschied nehmen muss von einem Kind, das sich in ein neues Kind verwandelt, schildert Leticia Milano. Philipp von Trott reflektiert das Thema Sterbefasten. Adelheid Scholten teilt ihre Gedanken zum Thema Trauer mit. Anette Adam beschreibt den vorübergehenden Abschied von den bekannten Räumen des Stationären Hospizes.

Auch das Lazarus Hospiz Aktuell steht vor einem Abschied. Diese Ausgabe ist die letzte auf Papier. Künftig wird es Neues aus dem Lazarus Hospiz in elektronischer Form als Newsletter geben. Leticia Milano führt ein Streitgespräch mit Lydia Röder über analog versus digital.

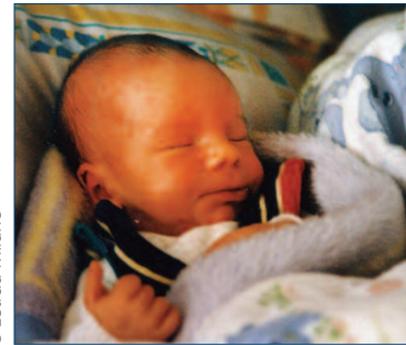
Auf Wiedersehen: Lazarus Hospiz Aktuell.

Lydia Röder

Leitung Ambulanter Lazarus Hospizdienst

Wie wir loslassen

Mein Sohn war 55 cm lang und wog über vier Kilo bei seiner Geburt. Ein großes Kerlchen, das viel schlief und ganz rot wurde, wenn er sein Geschäft erledigen musste.



Mein Neugeborener war so schnell aus diesem Alter heraus, dass ich mich heute nur mit Hilfe von Fotos an ihn erinnern kann. Fortan nannte ich ihn nur noch Sumo-Baby, weil er rund wie ein Sumo-Kämpfer war. Er

lachte viel und aß mit einem Löffel in jeder Hand. Sobald er laufen konnte, wurde er lang und schmal, kletterte überall herum, riss gern die Seiten aus meinen Büchern und hatte eine Vorliebe für komplizierte Wörter, die er konsequent falsch aussprach. Er redete viel, ersann mit mir auf dem Weg zur Kita Geschichten und wollte Polizist werden.

Mein Sohn hörte nicht auf zu wachsen. Er kämpfte sich durch die Welt der Zahlen und Wörter und trug gern ein Sakko mit einer Krawatte voller Abbildungen von Tieren. Während ich das Abendbrot zubereitete, las er mir aus seinen Büchern vor. Er ging zum Judo, spielte Moorhuhn am Computer und interessierte sich – zu meiner Enttäuschung – überhaupt nicht für Fußball.

Es fiel mir besonders schwer, mich von diesem Kind zu verabschieden und an seiner Stelle einen Pubertierenden mit Stopeln im Gesicht zu begrüßen. Er trug jetzt nur noch schwarz und ging skaten. Er ließ sich die Haare wachsen, hörte Heavy Metal und verbot mir, unangemeldet sein Zimmer zu betreten. Mit diesem Kind konnte ich gut kochen.

Schließlich kam der Hippie. Dreadlocks. Bart. Vegetarier. Mit politischer Meinung. Wie aus dem Nichts konnte er Gitarre und Bass spielen. Fing an, Jazz zu hören. Und hatte eine Freundin.

Mein Sohn lehrte mich mit seinem bloßen Dasein, dass der Kreislauf des Lebens voller kleiner Abschiede ist. Sie helfen uns, für den großen, der uns allen bevorsteht, loslassen zu lernen. Solange ich da sein darf, freue ich mich auf seine ersten Falten, Entscheidungen und Kinder.

Leticia Milano

begleitet Menschen am Lebensende für den Ambulanten Lazarus Hospizdienst

**allein der atem ist treu in zeiten
der wandlung**

Veronika Sparber

Die Printausgabe sagt Adieu

Mit dieser Ausgabe verabschiedet sich das Lazarus Hospiz Aktuell.

Ab Mai 2019 erscheint monatlich der neue Lazarus Hospiz Newsletter.

Lydia Röder gestaltet die Zeitung seit 13 Jahren mit.

Leticia Milano begleitet die Umstellung zum Newsletter.

Ein Gespräch über die Vorzüge und Nachteile von Digital und Analog und über die Öffentlichkeitsarbeit des Lazarus Hospizes.



„Analog x Digital“ Lydia Röder und Leticia Milano in einem Streitgespräch um das Lazarus Hospiz Aktuell.

© Adelheid Scholten

Milano: Seit wann gibt es die Zeitung?

Röder: Seit 1992. Einmal im Quartal. Mittlerweile mit einer Auflage von 2000 Stück und 1000 Interessierten per Mail. 2005 habe ich die Mitverantwortung mit dem Förderverein übernommen. In den letzten zwei Jahren mache ich sie mit zwei Ehrenamtlichen: Mit dir, Leticia, und Adelheid Scholten.

Milano: Besonders bei der Umstellung zum Newsletter haben wir viel diskutiert und ich habe festgestellt: Die Zeitung ist dir ein Herzensanliegen.

Röder: Für mich ist die Zeitung ein wesentlicher Teil der Öffentlichkeitsarbeit, die mit zu unseren Aufgaben gehört, neben unserer Hauptaufgabe, der Begleitung von sterbenden Menschen und deren Angehörigen. Die Themen Sterben, Tod und Trauer müssen in die Gesellschaft getragen werden. Abgesehen davon liebe ich Traditionen und Rituale. Das Lazarus Hospiz Aktuell kann doch nach so vielen Jahren nicht einfach aufhören.

Milano: Es hört auch nicht auf! Ein Newsletter ist eine Zeitung in digitaler Form. Es ist eine Fortsetzung dieser Tradition. Und genau diese Aufgabe der Hospizarbeit, die Gesellschaft über Sterben, Tod und Trauer aufzuklären, kann heutzutage am besten digital geleistet werden.

Röder: Aber wir sprechen ein Publikum an, das möglicherweise kein Internet nutzt.

Milano: Laut einer Studie aus dem Jahr 2016 über die digitalen Lebenswelten der über 60-Jährigen in Deutschland halten 44 % der Menschen in dieser Altersklasse das Internet für die beste Erfindung, die es je gab. 38 % möchten an dem teilhaben, was im Internet geschieht. 52 % der über 60-Jährigen sind online unterwegs. Bei Berufstätigen sind es sogar 91 %.

Röder: Was tun sie denn online?

Milano: Vorwiegend E-Mails lesen. Sie nutzen Fahrpläne und Navigation, Denk- und Quizspiele. Soziale Netzwerke, um mit der Familie zu kommunizieren, aber auch zur Mitarbeit in einem Verein.

Röder: Wollen die Leute, wenn sie lesen, nicht etwas in der Hand halten?

Milano: Du meinst, ein Tablet, das sie streicheln können? (Lachen) Manche sicherlich ja. Für manche andere steht das Lesen im Vordergrund, egal wie.

Röder: Unter Umständen verlieren wir Leser*innen.

Milano: Ich würde nicht ausschließen, dass manche sich eine E-Mail-Adresse zulegen, um unseren schönen Newsletter zu lesen. Und wir gewinnen neue Leser*innen dazu und zwar welche, die vorwiegend digital unterwegs sind.

Röder: Lesen die Leute den Newsletter, nur weil er im Posteingang ist?

Milano: Lesen die Leute die Papierausgabe, nur weil sie im Briefkasten ist? (Lachen) Das Schöne daran ist, dass das Internet ein partizipatives Medium ist. Wir können schneller in Kontakt mit unseren Leser*innen treten, indem wir Umfragen starten oder zur Diskussion einladen. Das schafft Nähe.

Röder: Und wird der Newsletter genauso sein wie die Zeitung?

Milano: Ja und nein. Der Newsletter wird öfters erscheinen, einmal im Monat. Darin werden wir über Aktuelles aus dem Lazarus Hospiz berichten. Wir werden wie in der Zeitung auch Themen beleuchten, die in Zusammenhang mit Sterben, Tod und Trauer stehen. Und wir werden Links zu Artikeln und Fernsehbeiträgen teilen, die uns bewegen.

Röder: Das klingt gut.

Milano: Ich freue mich weiterhin auf unsere Zusammenarbeit. Und auf die Fortsetzung dieser schönen Tradition, mit dir über die Darstellung der Hospizarbeit in der Öffentlichkeit zu diskutieren.

Hier können Sie sich für den Newsletter eintragen:
www.lazarushospiz.de/lazarus-hospiz-newsletter
lazarushospiz-newsletter@lobetal.de

Lydia Röder, Leitung Ambulanter Lazarus Hospizdienst

Leticia Milano, ehrenamtliche Mitarbeiterin im Ambulanten Lazarus Hospizdienst

Große und kleine Abschiede

Trauer kann so verschieden sein: Nicht so stark, aber sehr lang andauernd, oder kurz und intensiv. Und nach einer Zeit, in der sie weniger zu spüren war, kann sie zurückkommen.

Meist denken wir beim Begriff Trauer an die Situation, in der wir uns nach dem Tod eines geliebten Menschen befinden. Trauer ist dann die Reaktion auf den erlittenen Verlust. Nach so einem endgültigen Abschied verläuft ein äußerer und innerer Prozess der Realisierung dieses Verlusts.

Die endgültige Trennung, der Tod der geliebten Person muss vergegenwärtigt und ins eigene, weiter gehende Leben integriert werden. Es ist ein dynamischer Prozess, der nie enden wird, sich aber im Laufe der Zeit ändert. Trauernde Menschen haben ja nicht nur eine nahe Person verloren, sondern auch eine gemeinsam gelebte Welt und eine künftige Welt, die man noch miteinander zu gestalten gehofft hat. Bestenfalls kann an die Stelle dieser Lücken einmal etwas Neues entstehen.

Kann man sich auf solche Abschiede vorbereiten? Wenn wir in dem Bewusstsein leben, dass unser Leben und das der uns Anvertrauten endlich ist, können wir vielleicht eine Haltung entwickeln, die die Seelenärztin Elisabeth Kübler-Ross als „abschiedlich leben“ bezeichnet hat. Sie meint damit: Es soll uns ständig bewusst sein, dass unser Leben endlich ist. Die Konsequenz für jede*n einzelne*n könnte sein: Ich gestalte das Leben nach Möglichkeit so freundlich und großzügig, dass ich beim großen Abschied zufrieden darauf zurückschauen kann.

Viele, die sich der Begegnung mit dem Tod in der ehrenamtlichen oder hauptamtlichen Arbeit stellen, haben eine solche Haltung verinnerlicht. „Abschiedlich leben“ können wir alle täglich üben, denn immer wieder müssen wir uns von nahen oder geliebten Menschen verabschieden.

Wer vor langer Zeit zum ersten Mal sein Kind alleine auf eine Reise geschickt hat, kann sich vielleicht noch an den früheren Schmerz des zeitlich begrenzten Lebewohl Sagens erinnern. Und einen Geliebten für eine Zeit lang zu verabschieden, tut manchmal weh, selbst wenn es nur kurze Zeit ist.

Weiß man denn, ob es wirklich ein Wiedersehen geben wird? Dauert die Trennung vielleicht viel länger als eigentlich geplant?

Nie ist die Möglichkeit des endgültigen Abschieds ausgeschlossen – wir können angesichts dieser Ungewissheit in der Form unserer Trauer einen kleinen Todesschmerz erleben.

Der französische Dichter Edmond Haraucourt hat das 1890 mit einer berühmt gewordenen Gedichtzeile beschrieben:

„Aufbrechen heißt immer, ein wenig zu sterben.“

Adelheid Scholten

Ehrenamtliche Mitarbeiterin im Ambulanten Lazarus Hospizdienst