

Von der Trauer zum Trost

Unter dem Titel «Brügge boue zwüsche Läbe u Stärbe» fanden letzten Herbst in der Region mehrere Veranstaltungen statt, die sich mit dem Tod und dem Sterben auseinandersetzten. Auch der dahlia Verein Emmental organisierte einen Gesprächsabend, um diese Themen zu beleuchten, Fragen zu beantworten und Berührungsängste abzubauen.

TEXT **YOLANDA BUERDEL** BILDER **MICHAEL MEIER**



Die Auseinandersetzung mit dem Thema Tod fällt den meisten Menschen schwer. Fragen wie «Wie gehe ich mit dem Verlust eines geliebten Menschen um?» oder «Wie stelle ich mir mein eigenes Sterben vor?» werden im Alltag häufig verdrängt. «Es braucht Mut, sich diesen Fragen zu stellen. Doch die Auseinandersetzung damit kann helfen, Unsicherheiten und Ängste abzubauen», sagt Franziska Furer, Geschäftsführerin dahlia Verein Emmental. Aus diesem Grund wurde im dahlia Lenggen ein Gesprächsabend veranstaltet, der sich dem Thema Palliative Care widmete. Denn im dahlia ist diese Thematik allgegenwärtig, hier steht das Wohlbefinden der sterbenden Person und ihrer Angehörigen im Zentrum.

Palliative Care – ganzheitliche Pflege und Betreuung

Unter dem Motto «wohl und geborgen» bietet dahlia seinen Bewohnenden auch in der letzten Lebensphase ein Zuhause, das

von Achtung und Respekt geprägt ist. Die Palliative Care im dahlia wird von einem Team aus verschiedenen Fachbereichen angeboten und beinhaltet medizinische Behandlungen, pflegerische Massnahmen sowie spirituelle Unterstützung. «Wir richten uns nach wichtigen Grundsätzen: Sicherheit geben, Selbstbestimmung respektieren, Symptome lindern sowie Angehörige und Bezugspersonen unterstützen», erklärt Franziska Furer. Das Ziel dieser umfassenden Palliative Care ist es, den betroffenen Menschen bis zum Lebensende eine bestmögliche Lebensqualität zu bieten und ihre Angehörigen sowie Bezugspersonen während des gesamten Prozesses angemessen zu begleiten und zu unterstützen. «Der Umgang mit Todesfällen konfrontiert auch uns als Mitarbeitende unweigerlich mit unserer eigenen Endlichkeit. Diese Situationen können uns tief berühren und uns daran erinnern, dass wir menschlich sind», so Franziska Furer.

Den Sterbeprozess verstehen

Im dahlia darf ein sterbender Mensch bis zum Lebensende in seinem vertrauten Zimmer bleiben und wird dort auch im Beisein von Angehörigen und Bezugspersonen begleitet. Die Unterstützung der Bezugspersonen ist in dieser schwierigen Phase besonders wichtig, da der Tod eines geliebten Menschen starke Gefühle der Hilflosigkeit auslösen und den Druck erzeugen kann, alles «richtig» machen zu wollen. «Es ist hilfreich, den Sterbeprozess zu verstehen und zu wissen, was man konkret tun kann. Dabei unterstützen wir die Angehörigen», erklärt Franziska Furer. Ein Beispiel hierfür ist die Belastung, die entstehen kann, wenn der sterbende Mensch kein Bedürfnis nach Nahrung mehr zeigt. Dabei ist es entscheidend zu verstehen, dass dies aus medizinischer Sicht ein natürlicher Teil des Sterbeprozesses ist und dass eine unnötige Zufuhr von Nahrung den Sterbenden zusätzlich belasten könnte. Häufig verspüren Sterbende auch keinen Durst mehr, sondern leiden eher unter Mundtrockenheit. Die Heimärztinnen und -ärzte sowie Pflegefachpersonen des dahlia unterstützen die Angehörigen im Umgang mit solchen Situationen und zeigen ihnen, wie sie dem sterbenden Menschen kleine Mengen Flüssigkeit verabreichen oder mit einem Tuch den Mund befeuchten können.

Selbstbestimmt und würdig – bis zum Ende

Auch wenn Angehörige den tiefen Wunsch verspüren, das Sterbebett nicht zu verlassen, um bis zuletzt bei ihrem geliebten Menschen zu bleiben, ist es wichtig, die Wünsche und Bedürfnisse der sterbenden Person wahrzunehmen und zu respektieren. Beispielsweise, wenn diese darum bittet, einen Moment allein zu sein. Denn Erfahrungen zeigen, dass das Leben eines sterbenden Menschen oft in einem Augenblick endet, in dem er allein ist. Für Angehörige kann es schmerzhaft sein, den letzten Atemzug nicht miterlebt zu haben. Das Pflegeteam ist in solch schwierigen Situationen für sie da und unterstützt sie dabei, darauf zu vertrauen, dass die sterbende Person diesen Moment vielleicht bewusst gewählt hat. «Möglicherweise fällt es den Menschen so leichter, loszulassen», erklärt Franziska Furer. Die Würde und

Autonomie der Bewohnenden stehen bei dahlia im Mittelpunkt – bis zum Lebensende. Manche Menschen scheinen in ihren letzten Tagen gar nicht mehr ansprechbar zu sein. Dennoch nehmen sie noch vieles wahr, was um sie herum geschieht. Es ist daher besonders wichtig, in Anwesenheit eines sterbenden Menschen nicht über, sondern mit ihm zu sprechen. «Auch wenn keine Antwort kommt, kann eine Reaktion kommen. Der Mensch bleibt selbstbestimmt und würdig bis zum Schluss», so Franziska Furer.

«Menschen sterben nicht,
weil sie nicht essen, sondern sie essen
nicht, weil sie sterben.»

Cicely Saunders (1918–2005),

Pionierin der Sterbebegleitung und Palliativpflege

Spiritualität am Sterbebett

Zur umfassenden Palliative Care im dahlia gehört auch die spirituelle Begleitung. Spiritual Care wird in engem Austausch mit den Kirchen umgesetzt und in Zusammenarbeit mit dahlia werden regelmässig auch Freiwillige und Jugendliche miteinbezogen. Seelsorgerliche Begleitung wird im dahlia nach den Wünschen der betroffenen Person oder ihrer Angehörigen und Bezugspersonen angeboten. Die Heimseelsorgenden sind reformierte Pfarrpersonen, die ihre seelsorgerliche Arbeit in einer offenen Haltung gegenüber anderen Konfessionen und Religionen sowie Konfessionslosen ausüben. Im Bewusstsein der eigenen Endlichkeit entdecken sterbende Menschen im dahlia häufig die tiefere Bedeutung und Kraft der Spiritualität neu. Dazu gehört nicht nur das Streben nach der Sinnhaftigkeit des Lebens, sondern auch die Frage, was auf den Tod folgt.

Die tiefe Auseinandersetzung mit dem Sterben kann in einem doppelten Sinne wichtig sein: Die betroffene Person möchte den Zurückbleibenden eine Erinnerung hinterlassen, während sie selbst hoffnungsvoll ihren bevorstehenden, wichtigen Übergang erwartet. Spirituelle Begleitung nimmt dieses Fragen und Hoffen mit verschiedensten Angeboten auf, geht dabei auf die Wünsche und Bedürfnisse der sterbenden Person ein und achtet auch darauf, was es braucht, damit Ruhe einkehren kann. «Es kann ein sehr intensiver, tiefgreifend besinnlicher Moment sein, wenn ein Mensch den letzten Atemzug macht. Durch Rituale und Spiritualität können die Hinterbliebenen gemeinsam das Leben würdigen und Abschied nehmen», sagt Franziska Furer.

.....

Folgende Fachpersonen waren am Gesprächsabend im dahlia mit dabei:

Susanne Macaluso und Franziska Studer,
Verantwortliche Palliative Care dahlia

Eva Maria Genewein, Heimgärtin dahlia Lenggen

Markus Bieri, pensionierter Heimarzt dahlia Oberfeld

Roland Jordi, Gemeindepfarrer in Langnau
und Heimseelsorger im dahlia Lenggen

Martin Benteli, Gemeindepfarrer in Lauperswil
und Heimseelsorger im dahlia Zollbrück und Lenggen