

# «Jeder stirbt anders»

10.01.2018 13:20

*Für Sterbende und ihre Angehörigen da sein - das ist die Aufgabe der Freiwilligen im neu entstandenen Verein «Hospiz und Entlastungsdienst AR.» Heute, Mittwoch, um 19 Uhr erzählen die Mitglieder sowie Dr. Daniel Büche, leitender Arzt am Palliativzentrum im Kantonsspital St.Gallen, wie geholfen werden kann und informieren über den Verein.*



1/2 Sigrun Holz, Pfarrerin in Speicher und Vorstandsmitglied vom Hospiz und Entlastungsdienst AR. z.V.g.

Herisau «Jeder stirbt anders. Und so braucht auch jeder etwas anderes in seinen letzten Tagen und Stunden», erzählt Sigrun Holz, Pfarrerin und Vorstandsmitglied des im September gegründeten Vereins «Hospiz und Entlastungsdienst AR.» Manch einer wolle an der Hand gehalten werden, eine andere wiederum einfach, dass jemand da ist und ihm zuhört. Laut Dr. Daniel Büche, leitender Arzt am Palliativzentrum im Kantonsspital St.Gallen, wünschen sich etwa 80 Prozent der Menschen, ihre letzten Tage und Stunden zu Hause zu verbringen. In der Realität ist es allerdings genau umgekehrt - die meisten Menschen sterben im Spital oder in einem Heim. Doch egal, wo die Schwerkranken und Sterbenden sich aufhalten, die rund zehn Freiwilligen des Hospiz und Entlastungsdienstes AR sind für sie da. Doch was ist ihre Motivation, Sterbende in ihren letzten Tagen zu begleiten? «Zum einen ist es sicher die Möglichkeit, sich mit der eigenen Endlichkeit auseinander zu setzen. Man sieht den Tod nicht mehr als etwas Unbekanntes an», so Holz. Dies reicht jedoch nicht als Motivation. Die meisten der Freiwilligen seien nicht mehr berufstätig: «Sie suchen eine sinnvolle Aufgabe. Ausserdem hören wir immer wieder, wie schön es sei, die Dankbarkeit der Angehörigen und Sterbenden zu spüren.»

Denn auch die Entlastung der Angehörigen haben sich die Mitglieder des Hospiz und Entlastungsdienstes AR zur Aufgabe gemacht. So kann jemand vom Verein einen Nachmittag Wache am Sterbebett halten, damit die Familie zum Beispiel beruhigt spazieren gehen kann.

### **Keine Pflege**

Auch in Altersheimen und Spitälern sind die Freiwilligen anzutreffen. Dort helfen sie zum Beispiel, wenn eine Grippewelle für mehr Todesfälle als üblich sorgt. Sie übernehmen jedoch keine pflegerischen Aufgaben, wie zum Beispiel Medikamente verabreichen. «Unsere Freiwilligen werden auch nicht dazu ausgebildet. Sie werden aber vom roten Kreuz mit dem Kurs 'Nahe sein in schwerer Zeit' bestmöglich auf ihre Aufgabe vorbereitet», erklärt Holz. Auch sie hat schon Menschen am Sterbebett begleitet. Oft sei die Zeit für die Angehörigen schwieriger auszuhalten, als für die sterbende Person selbst: «Kurz vor dem Tod hat man zum Beispiel den Eindruck, die Person hätte grosse Mühe beim Atmen, was für die Angehörigen schwierig auszuhalten ist. Der oder die Sterbende nimmt das aber gar nicht so wahr.»

Es ist wichtig, dass die Begleiterinnen und Begleiter der Sterbenden nicht in Aktivismus verfallen. «Man sollte die Person gehen lassen, wenn sie so weit ist. Den Notarzt zu rufen oder sonstige lebensverlängernde Massnahmen anzufordern, ist oft der falsche Weg.

Die Ruhe zu bewahren sei nicht immer einfach, aber mit das Wichtigste, was ein Sterbebegleiter oder eine Sterbebegleiterin können muss. «Meist überkommt die Sterbenden eine Ruhe vor dem Tod. Doch kann es auch vorkommen, dass sie einen unruhigen Eindruck machen. Dann muss man trotzdem selber ruhig bleiben», so die Pfarrerin.

Jeder hat Angst vor dem Tod: «Doch mit der Sterbebegleitung nehmen wir ihm die Unbekanntheit. Daran gewöhnen kann man sich jedoch nicht.»

Nach jedem Einsatz reflektieren und verarbeiten die Freiwilligen das Erlebte mit anderen Mitgliedern des Vereins. Alle zwei Monate werden ausserdem alle Einsätze mit einer Supervisorin analysiert. «Dann wird auch entschieden, welche Weiterbildungen als nächstes angeboten werden», so Holz. So konnten die Freiwilligen schon viel Interessantes über den Umgang mit Demenzkranken erfahren. Die nächste Weiterbildung behandelt den Umgang mit Angehörigen.

### **Das Lebensende als Aufgabe**

Heute, am Mittwoch, 10. Januar, berichten die Freiwilligen sowie der Vorstand des Vereins Hospiz und Entlastungsdienst AR von ihrer Tätigkeit. Ausserdem referiert Dr. Daniel Büche über die Herausforderungen am Lebensende. Unter dem Titel «Dem Leben nicht mehr Tage geben, sondern den Tagen mehr Leben - Das Lebensende als Aufgabe» sind alle Interessierten und möglichen Freiwilligen ab 19 Uhr im katholischen Pfarreizentrum in Herisau willkommen.

*Von Ramona Koller*