

Wenn es mit mir zu Ende geht

Dieter Bösler

Wie wird das sein? Werde ich vorher jahrelang leiden müssen? Was ist, wenn ich dement werde und meine engsten Angehörigen nicht mehr kenne? Soll ich mich doch einmal näher über das Angebot von Exit informieren? Ab einem gewissen Alter lassen sich solche Fragen auch für Christen nicht mehr verdrängen.

Die ungewissen letzten Meilen

Was hinter uns liegt, das wissen wir. Was vor uns liegt, ist ungewiss – vor allem im Blick auf unsere *irdische* Zukunft. Finanziell kann man vorsorgen. Auch für die Gesundheit lässt sich vorbeugend vieles tun. Aber kein Arzt garantiert, dass du bis ins hohe Alter gesund bleibst – trotz aller Bemühungen mit gesunder Ernährung und viel Bewegung. Böse Überraschungen können grundsätzlich bei jedem Menschen auftreten. Die Wegstrecke vor dem Lebensende ist gekennzeichnet durch ein langsames Zurückgehen der Kräfte und bei etlichen von einer zunehmenden Pflegebedürftigkeit.

Menschen begleiten

Oft haben Fachpersonen in Spitälern und Pflegeheimen zu wenig Zeit, um sich angemessen den seelischen und geistlichen Bedürfnissen von stark pflegebedürftigen und sterbenden Menschen zu widmen. Darum werden seit geraumer Zeit unter anderem von den Landeskirchen und dem Roten Kreuz ehrenamtliche Mitarbeiter ausgebildet, damit sie auf Anfrage sterbende Menschen und deren Angehörige begleiten.



Zur Person

Bruno Graber

(*1955), Sozialpädagoge und Erwachsenenbildner, war über 36 Jahre in der Justizvollzugsanstalt Lenzburg tätig. Er gehört zur FMG Region Zofingen und arbeitet bei der reformierten Landeskirche ehrenamtlich im Bereich Palliative Care.

Einer von ihnen ist Bruno Graber, der zur Freien Missionsgemeinde Region Zofingen und zur reformierten Landeskirche gehört. Er ist seit einigen Jahren pensioniert und hat eine Weiterbildung zur Begleitperson von schwerkranken und sterbenden Menschen absolviert.* Seither wird er immer wieder gerufen, wenn Menschen auf ihrem allerletzten Lebensabschnitt eine Begleitung wünschen.

Häufig wird er über eine zentrale Vermittlungsstelle oder von einem Spital

* Mehr dazu:
palliative-begleitung.ch/weiterbildungen/

Pallium (lateinisch) = Mantel/Umhang

Es geht bei Palliative Care um eine *umhüllende* Fürsorge und Unterstützung von sterbenden Menschen im Blick auf ihr körperliches, seelisches, soziales und spirituelles Leiden.



«Du zählst, weil Du bist.»

Cicely Saunders

bzw. Pflegeheim gefragt, ob er eine Begleitung übernehmen könnte. Im Kontakt mit den Betroffenen braucht es neben dem erworbenen Fachwissen vor allem ein gutes Gespür für das, was jetzt dran ist: Welche existentiellen Fragen stehen im Raum? Welche Nöte und Ängste? Welche Art der Begleitung ist gewünscht und was wäre fehl am Platz? Sterbende und deren Angehörige wollen vor allem einen Gesprächspartner für Fragen, die sie noch klären möchten.

Wichtig ist, dass man Zeit hat und mit allen Sinnen präsent ist. Besuche können nur kurze Zeit dauern, sich aber auch über mehrere Stunden an mehreren Tagen und über einige Wochen hinziehen. Insbesondere bei längeren Begleitprozessen entstehen tiefer gehende Vertrauensbeziehungen. Dabei muss man sich als Begleiter von jeder Art von Druck frei machen. Nicht alle wollen, dass man mit ihnen betet – auch nicht angesichts des bevorstehenden Todes.

Als Christ am Sterbebett

Das ist immer wieder herausfordernd, auch wenn man wie Bruno schon viele Jahre mit Jesus unterwegs ist und sich eine fachliche Grundlage erworben hat. An der Grenze des Lebens ist neben Empathie auch Authentizität gefragt. Hier muss niemand einem anderen etwas vormachen wollen. Auch wenn Bruno nicht weiss, welche Beziehung die sterbende Person zum lebendigen Gott hat, im Stillen für sie und ihre Angehörigen zu beten, das geht immer. Und wenn sich eine Möglichkeit ergibt, oder wie es oft der Fall ist, wenn er gefragt wird, dann kann er von seiner Hoffnung und seinem Glauben an Christus erzählen.

Bruno ist es wichtig, für die Menschen da zu sein, zu denen er gerufen wird. Den Frieden Gottes mit seiner Person in einem Sterbezimmer auszustrahlen und auf diese Weise ein Segen zu sein. Das kommt besonders dann zum Tragen, wenn Menschen nicht mehr ansprechbar sind und man durch Worte oder Berührungen signalisieren kann: «Ich bin bei dir.» Das ist dann je nachdem ein stilles Mitleiden.

Als Begleiter in einer solchen Grenzsituation muss man lernen, mit einer ganzen Reihe von Ungewissheiten zu leben. Das liegt in der Natur der Sache und ist immer wieder eine Anfrage an die eigene persönliche Verwurzelung in Jesus Christus.

Palliative Care

Palliative kommt von dem lateinischen Begriff «Pallium», zu deutsch «Mantel, Umhang». Es geht bei Palliative Care

um eine umhüllende Fürsorge und Unterstützung von sterbenden Menschen und deren Angehörigen durch alle in dieser Situation beteiligten fachlichen Disziplinen.

In den vergangenen Jahren wurden eine Reihe von Möglichkeiten entdeckt, um schwerkranken Menschen ein weitgehend würdevolles Sterben zu ermöglichen – unabhängig von ihrem Lebensalter. Ziel ist nicht mehr das Ausschöpfen aller medizinischen Möglichkeiten, sondern das Lindern von Beschwerden. Schmerzen werden möglichst unterdrückt. Den Bedürfnissen der sterbenden Menschen und von deren Angehörigen wird so gut es geht Rechnung getragen, um einen guten Abschiedsprozess zu ermöglichen.

Die englische Ärztin Cicely Saunders (1918–2005) gilt als Begründerin von Palliative Care und der Palliativmedizin. Sie wurde nach dem Zweiten Weltkrieg Christin. In der Begleitung von Krebskranken erkannte sie, dass viele Patienten insbesondere im Endstadium unnötig litten. Sie eröffnete ein Sterbehospiz und initiierte die moderne Hospizbewegung.



Schlüsseltexte von Cicely Saunders zu Spiritual Pain und Total Pain:

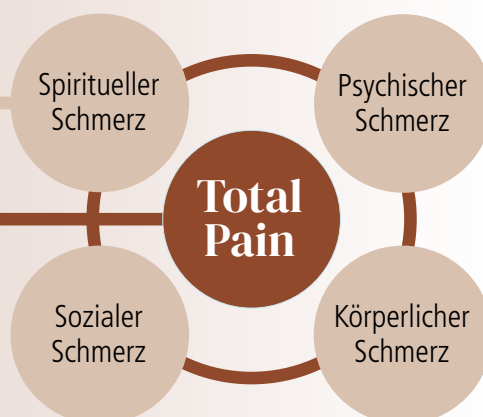
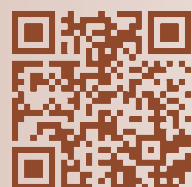
Über die medizinischen Möglichkeiten von Palliative Care lässt man sich am besten von einer Fachperson beraten. Das kann sehr hilfreich sein, wenn man sich vorgenommen hat, endlich die eigene Patienten-Verfügung auszufüllen.

Spiritual Care

Sterbende erleben in der letzten Phase oft sog. total pain (totales Leiden): körperliches, seelisches, soziales und spirituelles Leid. Spirituelles Leid betrifft unter anderem die Frage: Gibt es noch etwas nach dem Tod? Die Wissenschaft kann diese Frage nicht beantworten, hier sind nur Glaubensaussagen möglich. Trotzdem wird im Bereich von Spiritual Care seit einigen Jahren wissenschaftlich geforscht und gelehrt, um Menschen kurz vor ihrem Lebensende auf eine gute Weise zu begleiten. «Spiritualität» darf auch an der Grenze des Todes nicht auf den christlichen Glauben eingegrenzt werden. Der Begriff ist grundsätzlich weit gefasst und schließt auch andere Religionen ein. Wer sich wie Bruno als Christ in Sachen Spiritual Care engagiert, tut das im Sinne des Evangeliums. Aber wie bereits angedeutet, ist an der Grenze von Leben und Tod viel Weisheit, Feingefühl und Geistesleitung erforderlich. Als Botschafter Christi die Liebe Gottes quasi zu verkörpern und in das Kranken- oder Sterbezimmer zu tragen, das ist trotz allem ein schöner Auftrag und ein Vorrecht.



Dieter Bösser
Schriftleiter





Pallium in vier Teilen

Bruno Graber