

Stille Stunden

Viele Menschen verbringen die letzte Wegstrecke ihres Lebens im Alters- und Pflegeheim. Dadurch werden Sterben und Tod zu wichtigen Inhalten unserer umfassenden Aufgabe im Dienste dieser Menschen. Diesen stillen Tagen und Stunden ist dieses Heft gewidmet. Unser Fotograf Michael Meier hat sterbende Menschen im dahlia Lenggen behutsam und mit Respekt begleitet – seine Bilder öffnen Fenster in eine Realität, die in unserem Alltag verborgen bleibt und die die Würde eines jeden Menschen eindringlich in Erinnerung ruft.



Inhalt

Stille Stunden

Urs Lüthi
Direktor dahlia

Seite 4/5

Mit allen Sinnen

Barbara Ernst
Leiterin Pflege und Betreuung dahlia Oberfeld, Langnau

Seite 9

Gemeinsame Erfahrung

Peter Müller
Leiter Pflege und Betreuung dahlia Zollbrück

Seite 15

Zitate

Hanspeter Bartlome
Leiter Pflege und Betreuung, dahlia Lenggen

Liebe Leserin, lieber Leser

Wir alle, ausnahmslos alle, werden eines Tages sterben. Der Tod wird den Schlusspunkt setzen. Das Leben in dieser unserer Welt ist zu Ende. Neues Leben gebiert ... in einer anderen Welt.

Sterben gehört zum Leben. Ja, es ist wohl eine der intensivsten Lebensphasen überhaupt, der Geburt gleichkommend. Alles ist endgültig, kein Ausweg, kein Zurück, die Richtung ist gegeben, das Ziel ist der Tod. Ein Weg muss beschritten werden, was uns wartet, wissen wir nicht, wollen es vielleicht gar nicht wissen.

Sterben ist persönlich, so eigen und so unendlich verschieden. Jeder stirbt auf seine Weise. Geht seinen eigenen Weg. Hinüber geht er allein.

Das Sterben endet mit dem Tod, aber wann beginnt es? Die Wissenschaft bemüht sich um Antworten. Ob sie Wissen schafft, das bleibe hier offen. Beginnt Sterben, wenn sich die Endlichkeit unseres Lebens ins Bewusstsein drängt, sich nicht mehr verdrängen lässt? Wenn wir's akzeptieren, dass wir sterben werden? Dieses Akzeptieren der Endlichkeit kann Kräfte freisetzen. Kräfte, die helfen, in der verbleibenden Zeit Vieles ins Lot zu bringen.

Haben wir nicht alle Unausgesprochenes, das uns belastet? Tragen wir nicht Verletzungen, die uns widerfahren sind? Möchten so gerne noch einmal Danke sagen oder um Verzeihung bitten. Wichtiges tun. Unwichtiges gibt es in dieser Zeit nicht mehr.

Sterben heisst Abschied nehmen. Abschied vom Leben in dieser Welt. Sich verabschieden. Wie schön ist es, wenn Angehörige, Freunde und Bekannte Zeit haben – und sich Zeit nehmen – um in Liebe und Dankbarkeit Abschied zu nehmen, den Sterbenden auf seinem Weg begleiten. Nicht erst am Grab als letztem Abschiedsort, nein, im Leben.

Sterbende fragen selten nach dem Doktor. Die Künste der Medizin – so hoch wir sie schätzen in unserer Welt – sind nicht mehr so wesentlich, die physischen Schmerzen können meistens genügend gelindert werden. Die Frage jedoch, was nach dem Tode kommt, fängt an zu brennen. Ahnungen werden zur Gewissheit. Gleich welcher Religionszugehörigkeit.

Wenn der sterbende Mensch nicht mehr sprechen kann, heisst das noch lange nicht, dass er sich nicht mehr mitteilen kann. Er zeigt Gefühle, Freude und Trauer, ein Lächeln hier, Tränen da, er öffnet die Augen und vieles mehr. Wer das wahrnehmen kann, lernt und ist fähig, auf einer höheren Ebene mit dem Sterbenden zu kommunizieren. Still werden. Warten und ertragen. Getragen in Gemeinschaft.

In Würde und Erhabenheit den letzten Weg gehen können, das wünschen wir uns alle.

Wir durften Menschen auf ihrer letzten Wanderung begleiten, fotografieren. Dafür sind wir ihnen und ihren Angehörigen von Herzen dankbar. Michael Meier ist es gelungen, Momente höchster Intensität festzuhalten. Seine Bilder brauchen keine Kommentare mehr. Sie widerspiegeln geradezu den Respekt und die Achtung den betroffenen Menschen gegenüber. Die Liebe und die Zuwendung, die Sterbende erfahren, werden spür- und erlebbar. Bis zu deren, dessen Tod und darüber hinaus. Wir halten die Verstorbenen in liebevoller Erinnerung.

Ergänzend die ganz persönlichen Texte von Barbara Ernst und Peter Müller und die kraftvollen und ehrlichen Aussagen in Zitatform von Hanspeter Bartlome. Sie regen zum Nachdenken an, vermitteln eine Ahnung, um was es beim Sterben alles geht, gehen könnte.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen stilles Betrachten, Nachdenken und Staunen ob der Würde und Erhabenheit des Sterbens.

In dankbarer Verbundenheit
Urs Lüthi





«Sterbende begleiten heisst Aushalten, warten, heisst ja sagen zu können zu der Situation, heisst Zeit haben.»



Mit allen Sinnen von Barbara Ernst · Leiterin Pflege und Betreuung dahlia Oberfeld, Langnau

Sind weitgehend Medikamente ausgeschöpft oder abgesetzt und werden nur noch jene verabreicht, die Schmerzen, Ängste und Unruhe lindern, dann kommen jene Aspekte der Pflege besonders zum Tragen, die jeder Mitarbeitende je nach Lebenserfahrung und persönlicher Haltung zum grösstmöglichen Wohl des Bewohners einsetzen kann.

Kein Medikament vermag die menschliche Nähe zu ersetzen. Oft reicht das stille Dasein eines andern Menschen bis zum letzten Atemzug.

Ich persönlich verabschiede mich von jedem Bewohner mit ganz persönlichen Worten, selbst wenn er schon verstorben ist. Das letzte Organ, das aufhört wahrzunehmen, ist das Gehör.

Sterben heisst für mich mit all meinem Sein und Handeln präsent sein für den Sterbenden und seine Angehörigen, heisst Abschied nehmen von einem Menschen, den ich über längere Zeit betreut und begleitet, zu welchem ich wie zu seinen Angehörigen eine Beziehung aufgebaut habe. Sterben heisst für mich auch loslassen, heisst Respekt vor Entscheidungen.

Wer bei uns wohnt, wird irgendwann bei uns sterben. Diese Gewissheit schafft die Gelegenheit, das Thema Sterben anzusprechen. Meine Erfahrung zeigt, dass auch Smalltalk ein tiefgründiges Gespräch auslösen kann. Vor allem im Austausch mit Angehörigen.

Bewohner signalisieren ihre Bereitschaft oder ihr Bedürfnis zu einem Gespräch über ihr Sterben auf ganz unterschiedliche Weise, die zu erkennen oft sämtliche Sinne erfordert. Es können direkte verbale Äusserungen sein, Andeutungen nur, ein schleppender Gang, ein trauriges Gesicht, fehlende Freude. Mit allen Sinnen hinhören: Auf diese Weise habe ich schon manches gute Gespräch führen können und es werden Bedürfnisse, Gewohnheiten und Wünsche formuliert. Auch

wenn ich nicht alle erfüllen kann, werden sie doch ausgesprochen und entlasten den Bewohner. Er fühlt sich ernst genommen, getragen, wertgeschätzt. Dabei fühle ich mich oft als Brückenbauer zwischen Bewohnern und Angehörigen und kann beiden Seiten eine gute Stütze sein. Ich zeige Möglichkeiten auf, was die Angehörigen und ich dem Bewohner noch alles bieten können.

So kann ich beispielsweise den Angehörigen anbieten, die Mundpflege ihrer Liebsten zu übernehmen oder bei der Körperpflege mitzuhelfen, das Gesicht mit einem feuchten Tuch abzutupfen, die Hand zu halten ... So nehme ich ihnen etwas von ihrer Ohnmacht und gebe ihnen die Möglichkeit, für den Sterbenden etwas zu tun. Es kann sein, dass noch ein Gespräch mit einem Seelsorger gewünscht wird.

Mir ist es sehr wichtig, den Angehörigen Raum zu lassen für ihre Emotionen, ihnen vermitteln zu können, dass Tränen, dass Wut, dass das Gefühl von Ungerechtigkeit, überhaupt alle Gefühle, die in diesem Moment aufkommen, o.k. sind.

Sterben löst immer Schmerzen aus und dennoch bedeutet Sterben für den Betroffenen oft auch Erlösung von langem Leiden oder gar die Erfüllung eines sehnlichen Wunsches. Immer wieder erleben wir, dass die Bewohner wesentlich weiter sind als ihre Angehörigen oder als wir selbst und bereit sind für den letzten Atemzug.

Aus diesen Momenten schöpfe ich auch Kraft und Energie für die nächste Situation.

Ich achte stets auf eine mitfühlende professionelle Beziehung, so bin ich bereit, die Angehörigen auch nach dem Tod ihrer Nächsten zu begleiten. All diese Gespräche, all diese Begleitungen sind mir Bereicherung des eigenen Lebens.





*«So wie jeder seine
Lebensgeschichte hat,
wird er auch seine
eigene Sterbgeschichte
haben. Niemand kann
einem dies abnehmen.»*





Gemeinsame Erfahrung von Peter Müller · Leiter Pflege und Betreuung dahlia Zollbrück

Für das Begleiten eines Sterbenden bilden wir zusammen mit dem behandelnden Arzt und dem Seelsorger ein professionelles Team, das sich sehr eng mit den Angehörigen und Bezugspersonen der sterbenden Bewohnerin, des sterbenden Bewohners austauscht. Ziel ist dabei, den formulierten oder angenommenen Willen der sterbenden Person zu respektieren und umzusetzen und ihr in dieser letzten Lebensphase grösstmögliches Wohlbefinden zu gewährleisten.

Einem sterbenden Menschen wird von allen dahlia-Mitarbeitenden mit höchstem Respekt begegnet. Sei dies der Mitarbeiter des technischen Dienstes, der für funktionierende Geräte sorgt, die Mitarbeiterin der Hauswirtschaft, die in einem angepassten Rahmen ihre Reinigungsarbeit verrichtet, die Küchenmitarbeiterin, welche mit Kreativität ein für den sterbenden Bewohner genussreiches Essen herstellt (manchmal braucht es auch nur ein wenig Kartoffelstock oder Sorbet), oder seien es die Mitarbeitenden der Pflege, welche eine professionelle und angepasste Betreuung bietet und dabei auch das Wohl der Angehörigen nicht aus dem Auge verliert.

Angehörigen gehört ebenso viel Aufmerksamkeit wie der sterbenden Person. Umgekehrt erfahren die Mitarbeitenden auch Unterstützung durch die Angehörigen. Es beruht auf Gegenseitigkeit. Oft haben Mitarbeitende langjährige und tiefe Beziehungen, die durch das Sterben ein Ende finden. Sowohl Angehörige wie Mitarbeitende trauern.

In der Begleitung eines Sterbenden werden Pflegepersonen in den intimstmöglichen Bereich der sterbenden Person und ihrer Angehörigen einbezogen. Alles kommt schonungslos auf den Tisch. Ehrliche, offene Beziehungen, die irgendwie beendet werden müssen, Erschütterungen, Beichten, Sünden, aber auch falsche Tränen, Vorwürfe und Heuchelei.

Damit müssen die Mitarbeitenden auch umgehen können. Gemeinsam mit im wirklichen Sinn betroffenen Angehörigen die Begleitung eines Sterbenden zu gestalten, gehört zum Schönsten und Erhabensten, was der Pflegeberuf zu bieten hat.

Ein Sterbender verbleibt bis zum Schluss in seinem Zimmer, wird dort im vertrauten Umfeld von Angehörigen und engen Bezugspersonen begleitet. Diese sind frei in ihrer Präsenz und Abwesenheit, je nach Wunsch, Möglichkeit und Kraft. Dabei sind die Pflegepersonen offen für eine eventuelle Mithilfe von Angehörigen in pflegerischen Tätigkeiten in der terminalen Phase wie auch bei Handlungen nach dem Eintritt des Todes. Der verstorbenen Person werden von ihr oder den Angehörigen gewünschte Kleider angezogen und sie verbleibt in ihrem Zimmer, bis der Bestatter sie abholt. Die Mitarbeitenden der Pflege und Betreuung schauen auf eine würdige Gestaltung des Zimmers.

Wenn eine Bewohnerin, ein Bewohner verstorben ist, wird im Eingangsbereich zusammen mit einer brennenden Kerze eine interne Todesanzeige aufgestellt und die übrigen Bewohner und Bewohnerinnen werden beim nächsten Zusammentreffen darüber informiert. Daraus ergeben sich dann sehr tief gehende Gespräche, welche oft auch noch Auswirkungen auf den Spät- und Nachtdienst der Pflege haben. Gerade in diesen dunklen, einsamen Stunden ist der Tod sehr präsent.

Vor der Aussage: «Es ist ihm/ihr gut ergangen» habe ich grossen Respekt. Nur der betroffene Mensch könnte dies beurteilen. Dasselbe mit der Aussage: «Er/sie sollte gehen können.» Wer kann die Dimension des möglichen Leidens beurteilen? Wer weiss, welche Themen der betroffene Mensch noch bearbeitet? Ist das Verziehen des Gesichts wirklich Ausdruck von Schmerz oder einer gerade vollzogenen Erfahrung?

«Wir leben in einer Kultur der Todesverdrängung. Früher war der Tod etwas Selbstverständliches, heute wird er von den Menschen ferngehalten.»











Impressum

Herausgeber dahlia Verein, Langnau

Fotografie Michael Meier, Thun

Gestaltung Reto Mettler, Langnau

Litho/Druck Vögeli AG, Langnau

© 2013 dahlia Verein, Langnau

dahlia Lenggen

Asylstrasse 35
3550 Langnau
Telefon: 034 408 31 11
Mail: lenggen@dahlia.ch

dahlia Zollbrück

Frittenbachstrasse 7
3436 Zollbrück
Telefon: 034 496 93 00
Mail: zollbrueck@dahlia.ch

dahlia Oberfeld

Oberfeldstrasse 7
3550 Langnau
Telefon: 034 409 91 11
Mail: oberfeld@dahlia.ch

