

Jedes Sterben ist Leben bis zum letzten Atemzug

Gedanken zu den Möglichkeiten von Palliative Care

Ein Bett mit bestickter Bettwäsche, ein Stuhl, ein Nachttisch mit Lampe und Kopfhörer stehen im Zentrum der Wanderausstellung, welche der Verein palliative ostschweiz seit etlichen Jahren initiativen Gemeinden und Netzwerken in der Ostschweiz kostenlos zur Verfügung stellt. Anlässlich der Ausstellung, welche im Herbst 2017 in Kreuzlingen gastierte, führte die Medienschaffende Angelina Rabener von den «Kreuzlinger Nachrichten» ein Interview mit Pfarrerin Karin Kaspers Elekes, evangelische Spitalseelsorgerin am Kantonsspital Münsterlingen und Präsidentin von palliative ostschweiz. Dabei ging es jedoch nicht nur um Krankheit und Tod – es ging auch um Ängste und vor allem um das Leben.

Frau Kaspers Elekes, was versprechen Sie sich von der Wanderausstellung «Palliative Care»?

Unser Ziel ist es, Menschen für Palliative Care zu sensibilisieren. Palliative Care meint ja zunächst eine Haltung zum Leben, zu dem auch Phasen der Zerbrechlichkeit, Krankheit, Sterben, Trauer und Tod gehören. Information und Austausch darüber kann Angst mindern und die eigene Haltung entwickeln helfen.

Welche Angebote umfasst Palliative Care?

Das Recht auf Palliative Care im Kanton Thurgau ist gesetzlich verankert. Sie umfasst Angebote in der Grundversorgung ebenso wie in der spezialisierten Palliative Care. Wohnortnah stehen Spitex, Hausärzte, Langzeitpflegeeinrichtungen und Seelsorger aus den Kirchgemeinden Erkrankten und ihren Angehörigen zur Seite. Im Kantonsspital Münsterlingen gibt es als Angebot spezialisierter Palliative Care eine eigene Palliativstation. Palliative Plus bringt in Komplexsituationen als Brückendienst Spezialwissen als Unterstützung in die ambulanten Versorgungssituationen und

Langzeitpflegeeinrichtungen, um unnötige Spitaleinweisungen und damit weiteren Stress für Betroffene und Angehörige vermeiden zu können.

Wird das Angebot der Palliative Care Ihrer Meinung nach noch zu wenig in Anspruch genommen?

Das Wissen um Palliative Care und die Möglichkeiten der Unterstützung von Lebensqualität, auch bei fortschreitender schwerer Erkrankung, nimmt in der Bevölkerung zu. In der Situation individueller Betroffenheit braucht es oft Zeit, sich mit der neuen Wirklichkeit vertraut zu machen. *palliative ostschweiz* unterstützt als Fachverband alle in Palliative Care Tätigen und fördert die Verbesserung des Zugangs zu Palliative Care für Erkrankte und deren Bezugspersonen. In den Institutionen im Thurgau gibt es – dank der breiten Bildungsoffensive, die der Kanton veranlasst hat – bereits ein breites Basiswissen, das fortlaufend gefestigt und erweitert wird.

Wie reagieren Patientinnen und Patienten, wenn sie neu auf die Palliativstation kommen?

Das ist so individuell wie die Patientin oder der Patient selbst. Im Vordergrund steht, die Lebensqualität des Patienten möglichst zu verbessern und seine Symptome zu lindern. Dazu finden in der Palliative Care umfassende Behandlung und Begleitung in allen Dimensionen des Menschseins, körperlich, seelisch, sozial und spirituell statt. Sich so ganzheitlich wahrgenommen zu fühlen, kann Sicherheit vermitteln. Palliative Care umfasst die ganze letzte Lebensphase von der Diagnose bis zum Tod und für die Angehörigen über diesen Zeitpunkt hinaus. Es handelt sich nicht nur um eine Begleitung der letzten Lebensstage und des Sterbemomentes.

Neben den Patienten trauern auch die Angehörigen.

Wie wird ihnen geholfen?

In der Situation der Betroffenheit von Schwersterkrankung trauern Erkrankte und Hinterbleibende. Diese Trauer um nicht mehr vorhandene Lebenszeit und Lebensmöglichkeiten beginnt mit der Diagnose und der Auseinandersetzung mit ihr. Angehörige benötigen dann auch Begleitung und die Möglichkeit, sich mit nicht direkt Betroffenen auszutauschen. Oft

sind grosse Fragen im Raum, die bewegen und auf die Betroffene und Angehörige eine Antwort suchen – in allen Dimensionen ihres Daseins.

Hat sich das Sterben in der heutigen Zeit verändert? Gehen Menschen mit dem Tod offener um, oder ist es ein Tabuthema, das Angst macht? Nach meiner Einschätzung spricht es sich heute leichter über den Tod als Allgemeinthema als noch vor 15 Jahren. In der individuellen Betroffenheitssituation ist es immer – auch heute – eine existenzielle Krise, die herausfordert und gelebt werden muss. Hier spielt die Wertediskussion eine grosse Rolle und die Haltung zum Leben allgemein und zum Leben des Einzelnen. Wenn das eigene Lebenskonzept infrage gestellt ist, ist alles anders, als es war ...

Kann man lernen, mit dem Sterben und dem Tod umzugehen?

Wer Menschen in der letzten Lebensphase begleiten darf, der hat eine Chance zu lernen, denke ich. Hilde Domin, die grosse jüdische deutschsprachige Dichterin, sprach vom «kostbaren Unterricht an Sterbebetten». Aber ich denke nicht, dass wir deshalb wissen, «wie Sterben geht». Sterben ist immer anders. Und es ist bis zum letzten Atemzug Leben.

Vor was haben Sterbende und Schwerkranke am meisten Angst?

Auch Ängste am Lebensende sind individuell. Die Erfahrung, wie in Palliative Care Möglichkeiten zur Verfügung stehen, Schmerzen und andere als belastend erfahrene Symptome zu lindern und als Mensch umfassend wahr- und ernstgenommen zu werden, ist sicher hilfreich, um seinen Ängsten zu begegnen. Das Wissen, in einer verunsichernden Situation nicht alleingelassen und unterstützt zu werden, kann das Vertrauen stärken, auch diesen Schritt aus diesem Leben nehmen zu können.