

Informationen zu Palliativmedizin und Hospizarbeit der Barmherzigen Brüder

Nr. 71 · Oktober 2012



Sechs Jahre ärztliche Hospizarbeit – das bedeutet unter anderem, Angst, Verzweiflung, Schmerz, Schwäche, Einsamkeit und den Verlust der Selbstbestimmung mit den Patienten zu teilen. Es bedeutet aber auch, Schmerzen zu lindern, Kraft und Hoffnung zu geben, den Verlust der Selbstbestimmung erträglicher zu gestalten und Geborgenheit und Ruhe zu vermitteln. Nicht zuletzt bedeutet es Unterstützung der Angehörigen.

Diese Aufgabe mit gleichbleibender Motivation zu erfüllen, kann nur gelingen, wenn sich der Helfende in einer Gruppe Gleichgesinnter geborgen fühlen kann und sich der Unterstützung sicher ist.

Zufällig ergab sich vor sechs Jahren für mich die Chance einer Mitarbeit im Johannes-Hospiz. Diese unterstützende und tröstende Medizin ist mir mittlerweile zu einer erfüllenden Aufgabe geworden.



Dr. Wolfgang Spann
Internist in Nymphenburg

Ein Gespräch mit der Trauer

„Lasst euch und lasst mir Zeit!“

Liebe Trauer ... Schon gerate ich ins Stocken. Wie soll ich dich anreden? Bist du „lieb“? Wer dich nicht hat, will dich nicht. Und wer traurig ist, will dich möglichst bald wieder loswerden.

Trauer: Tja, da hast du schon recht: Keiner will mich. Und dennoch gehöre ich zum Leben einfach dazu. Zum Leben eines jeden Menschen. Jeder lernt mich irgendwann kennen. Kleine Kinder, alte Menschen und alle dazwischen. Du kennst sicher meine Schwester, die Angst. Auch sie will keiner. Und doch bewahrt sie uns vor Schaden. Ohne sie hätten wir uns alle schon verletzt, am Körper oder auch in der Seele. Denn wir hätten die Gefahren nicht erkannt oder nicht richtig einschätzen können, die uns immer wieder bedrohen.

Was willst du mir damit sagen? Was ist deine Aufgabe im Leben eines Menschen?

Trauer: Das ist schwer zu sagen. Ich will es mal mit einem Vergleich versuchen. Früher, als man in Druckereien noch vier Filme brauchte, um ein Farbbild drucken zu können, da gab es einen Rotfilm, einen Gelb- und einen Blaufilm. Und dann gab es noch einen Film, der hatte nur die schwarzen Töne. Diesen Film nannte man „Tiefe“. Ein Bild ohne „Tiefe“ war blass, irgendwie langweilig. Ich glaube, so ähnlich ist meine Aufgabe im Leben: Tiefe geben.

Ich beginne zu ahnen, wozu du gut

bist. Weißt du, ich habe oft mit dir zu tun. Denn ich begleite Menschen, die einen Partner, eine Mutter, einen Vater, ein Kind oder einen guten Freund oder eine Bekannte verloren haben. Da muss ich dir recht geben: Sie sind besondere, kostbare Menschen. Auch wenn sie das nicht hören wollen, weil sie sich nicht so fühlen.

Trauer: Das ist ja auch gut so. Denn ich bin sehr zurückhaltend, ich bleibe lieber im Verborgenen. Menschen in ihrer Trauer sind oft dankbar für das, was sie gehabt haben an dem Menschen, der ihnen jetzt fehlt. Es gehört zu *meiner* Tätigkeit: ganz langsam, geduldig, ihnen die Augen dafür zu öffnen, dass der Tod die gemeinsame Zeit nicht ungeschehen macht. Was leuchtend war, leuchtet weiter.

Habe ich recht verstanden: Du fühlst dich wie ein „Begleiter“ in der Zeit danach? Mitten im Chaos der Gefühle, der vielen Fragen, des Alleinseins ...

Trauer: So würde ich das nicht sagen. Aber es stimmt auch. Ich will die Menschen, die einen großen Verlust erlitten haben, begleiten zu einem neuen Anfang. Ich will ihnen die Zeit lassen, die sie brauchen, bis sie für ihren Verstorbenen einen neuen Platz in ihrem Alltag und in ihrem Herzen gefunden haben. Ich versuche, ihnen ganz leise einzuflüstern, immer wieder: Dir tut es weh, schrecklich weh, dass der andere fehlt.

Fortsetzung auf Seite 2



Ich will dich nicht allein lassen, damit du erlebst, dass diese Liebe nicht vorbei ist, aber anders, ganz anders. Um das zu entdecken, braucht es Zeit. Du empfindest sie oft als zu lange. Doch von der früheren Zeit zur kommenden Zeit ist ein weiter Weg. Meist nicht gradlinig, eher serpentinartig. Wie es früher war, wird es nicht mehr. Und wie es sein wird, weißt du nicht. Und ich, deine Trauer, weiß das auch nicht. Aber ich bleibe bei dir; ich verlasse dich erst, wenn du in der Nacht deines Lebens einen Morgenstern erkennen kannst. Wenn sich ein neuer Tag ankündigt, dann gehe ich wieder. Leise, auf Zehenspitzen. Du kannst dich nicht von mir verabschieden. Das wäre für mich zu traurig ...

Zum Schluss noch eine Bitte: Kannst du aus deiner reichen Erfahrung den Menschen in ihrer Trauer einige Tipps geben für ihren schweren Weg?

Trauer: Ich weiß, ihr mögt Rezepte, Anleitungen, Wegbeschreibungen. Ihr hättet gerne so ein kleines Navigationssystem für diese Zeit mit mir. Damit kann ich leider nicht dienen. Seit ich auf der Welt bin, habe ich unzählige Menschen kennengelernt, und keiner war wie der andere. So wie eine Beziehung einmalig war, so ist auch der Umgang mit dem Verlust, dem Zerbrennen von

Beziehungen einmalig. Keiner trauert wie ein anderer. Jeder muss seine Fußstapfen auf Wege setzen, die noch keiner ging. Daher tut es so weh, wenn jemand sagt: Du musst nur das oder das machen, dann geht's dir besser!

Meine Jahrtausende alten Beobachtungen sagen mir: Mit mir umzugehen fällt deshalb so schwer, weil ihr mich möglichst bald loshaben wollt. Lasst euch und lasst mir Zeit! Sich gut verabschieden vom dem, was war, und wieder die Kraft finden, sich dem zu öffnen, was kommen wird, das geht nicht schnell. Das lässt sich nicht „managen“. Das kann, wie ich schon sagte, nur *werden*. Nichts *machen* können fällt schwer, ist oft anstrengend. Aber so sind die wirklich großen Dinge des Lebens: Sie können nur wachsen, sie können nur als Geschenk angenommen werden. Mit der Zeit zum Beispiel können wir vieles machen, wir können sie gut nutzen, aber auch totschiessen. Doch dass *Zeit kommt*, können wir nicht *machen*. Dass *Zeit kommt*, nennen wir Zu-kunft. Ich, die Trauer, begleite euch auf dem Weg in die noch unbekanntere Zukunft.

Wolfgang Bader
(Der Autor moderiert das monatliche „Trauercafé“ auf der Palliativstation St. Johannes von Gott.) ■

Herbstlicher Blick auf den Monopteros am Badener See im Nymphenburger Schlosspark

Impressum

Johannes-Hospiz
Informationsblatt
des Vereins zur Förderung
des Johannes-Hospizes
in München e.V. (Herausgeber)
- erscheint vierteljährlich, Bezug
im Mitgliedsbeitrag enthalten -

Anschrift des Vereins:
Südliches Schloßbrondell 5
80638 München
Telefon 089/17 93-100
E-Mail:
hospizverein@barmherzige.de
HVB München (BLZ 700 202 70)
Kontonummer 3960091670

Redaktion: Johann Singhartinger

Fotos: Margarete Binsack (4 unten)
Peter Hetzmannseder (4 oben),
Johann Singhartinger (1), Beate
Urich (3), Wikimedia Commons,
Rufus46 (2).

Druck: Marquardt, Prinzenweg 11a
93047 Regensburg

Ehrenamt auf der Palliativstation

Wachsen in der Begleitung anderer

Vor zehn Jahren habe ich am Kurs zur ehrenamtlichen Hospizhelferin teilgenommen. Wir wurden in dieser für mich sehr intensiven Zeit sehr gut vorbereitet für die Begleitung von Patienten. Ich habe dabei Toleranz, Einfühlungsvermögen, Selbst- und Fremdwahrnehmung erneut üben gelernt.

Seit diesem Zeitpunkt lasse ich mich gerne vom hauptamtlichen Team auf der Palliativstation St. Johannes von Gott einsetzen. Ganz unterschiedlich kann so ein Einsatz aussehen: mal tagsüber oder mal nachts am Bett eines Patienten präsent zu sein, weil dieser unruhig ist.

Ein besonderes Anliegen ist es mir jedoch, Patienten und deren Angehörige in ihrer gewohnten Umgebung zu begleiten. Jeder einzelne Einsatz, jede neue Begegnung mit Patienten und deren Familie ist für mich spannend. Sind es doch für mich zunächst fremde Menschen, die mich teilhaben lassen an ihrem Leben, in einer besonders schwierigen Phase. Ich begegne ihnen mit großer Offenheit und meiner ganzen Anwesenheit.

Anhand einiger **Beispiele** möchte ich zeigen, wie mich diese Begleitungen einerseits fordern und sensibilisieren. Und andererseits eine gute Übung sind, den Betroffenen wertfrei und wach gegenüberzutreten.

Besuch einer Dame im Krankenhaus: „Gut, dass Sie kommen, es geht mir heute ordentlich und ich möchte jetzt meine Gesichtshaare mit Wachs entfernen“, sagt die Patientin. Ich bin etwas erstaunt, nehme die Herausforderung an, frage im Schwesternzimmer nach, welche Steckdose ich benutzen darf, hole Wachs aus dem Schrank und bin der Patientin behilflich. Danach: eine strahlende, sehr müde, aber zufriedene Patientin.

Eine weitere Begleitung begann auf der Palliativstation und wurde später im Johannes-Hospiz fortgesetzt. Bei meinem letzten Besuch bat die Patientin um eine Zigarette. Nach Rücksprache mit der Krankenschwester und den entsprechenden Sicherheitsmaßnahmen (Brandschutzdecke) konnte sie entzündet werden. Fast war die Patientin zu schwach, um die Zigarette überhaupt

Patientin da zu sein, sie beim Aufstehen und beim Gang zur Toilette zu unterstützen oder einfach nur gemeinsam am Fenster zu stehen und hinauszuschauen, den Frühling wahrzunehmen und den Garten zu bewundern. Nach Rückkehr des Ehemanns genossen wir drei den mitgebrachten Kuchen und eine Tasse Kaffee. Ich verließ das Haus jedes Mal mit einem Gefühl innerer Zufriedenheit. Nach dem Tod und der Beerdigung der Patientin fanden nochmals ein Treffen mit dem Ehemann bei einem gemeinsamen Essen und noch einige Telefonate statt.

So hat jede Begleitung ihre eigene Geschichte, die mich bereichert und fasziniert. Ich glaube auch, die verschlüsselte Sprache Sterbender inzwischen eher zu verstehen und auf ihre Bedürfnisse



Ruth Bronner in einem Gespräch auf der Palliativstation St. Johannes von Gott

halten zu können. Es war die letzte in der Packung, die letzte überhaupt. Am nächsten Tag verstarb die Patientin.

Bei einer Begleitung über einen Zeitraum von sechs Monaten, verliefen meine wöchentlichen **Besuche bei der Patientin zuhause** folgendermaßen: Nach einer kurzen, aber sehr herzlichen Begrüßung durch das Ehepaar verabschiedete sich der Ehemann der Patientin, um in Ruhe Besorgungen zu machen. Eine längere Abwesenheit ohne anderweitige Betreuung seiner Frau war ihm nicht möglich, da sie teilweise verwirrt war und immer wieder das Bett verlassen wollte. So war meine Aufgabe, für die

rascher eingehen zu können. Auch Gespräche mit den Angehörigen liegen mir sehr am Herzen.

Wenn ich auf die vergangenen Jahre zurückblicke, so stelle ich fest, dass ich bewusster lebe und meinem Gegenüber mit noch mehr Achtsamkeit begegne. Auch werde ich in Gesprächen immer klarer im Abwägen zwischen Nähe und Distanz, sowohl im Privaten als auch in der Begegnung mit Patienten und deren Angehörigen.

*Ruth Bronner
Hospizhelferin beim Caritas
Ambulanten Hospizdienst* ■

ARD-Themenwoche „Leben mit dem Tod“

Vom 17. bis zum 23. November beschäftigt sich die siebte ARD-Themenwoche mit „Leben mit dem Tod“. Fernseh-, Radio- und Onlineangebote ermöglichen den individuellen Einstieg in die gesellschaftliche Debatte über das Sterben, über Sterbebegleitung und Trauer.

„Das Sterben und der Tod gehen jeden Einzelnen und damit uns alle an. Wir wollen in dieser Themenwoche Ängste beleuchten und dem Verdrängen entgegenwirken“, sagt rbb-Intendantin Dagmar Reim. MDR-Intendantin Karola Wille ergänzt: „Indem wir ... ein sensibles Thema behandeln, wollen wir Lebenshilfe vermitteln und die Diskussion über den Umgang mit dem Tod in der Gesellschaft befördern.“

Drei Themenkomplexe finden sich im Ersten, in den Dritten Programmen, im Radio und im Internet: „Wie wir umgehen mit dem Tod“, „Wie wir sterben wollen“ und „Was am Ende bleibt.“

Neue Terrassen für die Palliativstation

Mit der Fertigstellung von zwei neuen Terrassen (Foto unten) bieten nun drei weitere Zimmer auf der Palliativstation St. Johannes von Gott den Patienten die Möglichkeit für ein ruhiges lauschiges Plätzchen an der frischen Luft. „Erst gestern bin ich hierher gekommen und jetzt bin ich glücklich“, so ein Patient, der auf einer der neuen Terrassen das milde Wetter genießt. Der Bau der Terrassen wurde durch Spenden an die Palliativstation ermöglicht.

Margarete Binsack



Die Kirche des Zisterzienserstiftes Wilhering in der Nähe von Linz (Oberösterreich) gilt manchen als die schönste Rokokokirche Österreichs.

Ausstellung im Johannes-Hospiz

Kircheninnenräume in Bayern und Österreich

Die opulente Raumwirkung von barocken Kircheninnenräumen veranlasste den Fotografen Peter Hetzmanseder, dieses Thema fotografisch umzusetzen. Durch eine spezielle Aufnahmetechnik und Einhaltung einer standardisierten Zentralperspektive entstanden so hochaufgelöste großformatige Exponate, die dem Betrachter die Illusion vermitteln, sich im jeweiligen Raum wiederzufinden.

Im Laufe der letzten Jahre entstanden zahlreiche Motive. Eine Auswahl ist vom 26. Oktober 2012 bis 31. Januar 2013 im Johannes-Hospiz der Barmherzigen Brüder (Notburgastrasse 4c) zu sehen.

Newsletter der Bayerischen Stiftung Hospiz

Die Bayerische Stiftung Hospiz informiert ab sofort zweimal jährlich in einem Newsletter über ihre Arbeit. Er kann auf der Website www.bayerische-stiftung-hospiz.de (Navigationspunkt „Newsletter“) bestellt werden. Die Stiftung ist übrigens auch auf facebook und bei Twitter vertreten. – Die Barmherzigen Brüder haben 1999 die Bayerische Stiftung Hospiz mitgegründet.