



Sterbebegleitung: Angehörige sind auf der Palliativ-Station willkommen

## Im Klappbett neben der sterbenden Mutter

*Wenn Patienten im Sterben liegen, können die Angehörigen jederzeit auf die Palliativ-Station, auch über Nacht. Die grösste Herausforderung ist jedoch zu verstehen, dass sich die Menschen und ihre Bedürfnisse in der Sterbephase sehr verändern können. Eine junge Angehörige schildert ihre Erfahrungen.*

„Ich dachte, Sterben sei eine Sache von Minuten. Man macht die letzten Atemzüge und dann ist es vorbei.“ So in etwa hatte die Tochter sich das vorgestellt. Wie Sterben genau geht, wusste sie nicht, vor allem nicht, dass sich Bewusstseins- und Verhaltensveränderungen schon Wochen vorher einstellen können. Woher auch, mit 33 Jahren? Die Sterbephase der Mutter dauerte zwei Wochen. „Sie hat es wohl gewusst, aber ich habe es nicht wissen *wollen*“, sagt die Tochter heute.

Damals fand sie Vieles im Verhalten ihrer Mutter irritierend und schmerzlich. Zum Beispiel, dass diese sie einen ganzen Tag lang nicht mehr erkannt hat, ständig aber nach ihrer Tochter fragte, obwohl sie direkt vor ihr stand. Erst im Nachhinein hat eine Ärztin erklärt, dass Sterbende sich in eine andere Bewusstseinssebene zurückziehen können, und dass dies ein Zustand ist, der kommt und wieder geht. Auch dass Appetit und Durst bei Sterbenden massiv reduziert sind, hat sie lange nicht gewusst. Immer wieder mahnte sie die Mutter, dass sie mehr essen und trinken müsse, um bei Kräften zu bleiben. „Ich war auf Heilung oder zumindest Besserung eingestellt, nicht auf Sterbebegleitung“, sagt die Tochter rückblickend.

Die Mutter war damals erst 53. Dass sie Krebs hatte, wusste sie erst seit wenigen Monaten. Zuvor hatte der Hausarzt die Schmerzen in der Hüfte als „Altersbeschwerden“ abgetan und die Atemprobleme als seelisch bedingte „Panikattacken“. Nach mehreren Röntgenaufnahmen zeigte sich schliesslich eher zufällig ein Schatten auf der Lunge. Die darauf folgende Diagnose war brutal: Fortgeschrittenes, sich rasch metastasierendes Lungenkarzinom. Der Tumor drückte auf die Bronchien und erschwerte dadurch die Atmung, Metastasen waren die Ursache für die Hüftschmerzen. Dennoch gaben sich die Ärzte anfangs noch optimistisch: „Sie können mit Hilfe von Bestrahlung und Chemotherapie noch Jahre leben.“

### **Nur noch wenige Wochen zu leben**

Eine Operation kam nicht – mehr – in Betracht. Bestrahlungen sollten die Metastasen zerstören und so die Schmerzen verringern, danach sollte eine Chemotherapie folgen. Doch die Metastasen verbreiteten sich zu rasant. Mit dem Voranschreiten der Erkrankung änderte sich die Prognose von Tag zu Tag: Aus Jahren wurden Monate, dann Wochen, die die 53-Jährige noch zu leben hatte. „Erst noch hatte sie Altersbeschwerden, dann nicht mehr lange zu leben“, beschreibt die Tochter diese rasante Entwicklung.

Die Mutter wurde von der Onkologie- auf die Palliativ-Station verlegt – hier konnte man die Morphium-Dosis am besten auf die Schmerzen einstellen und die Kranke rundum gut versorgen. Die Tochter konnte zu Besuch kommen, wann immer sie wollte. Sie kam täglich, die letzten zwei Wochen verbrachte sie rund um die Uhr auf der Station. Nachts lag sie in einem Klappbett neben der sterbenden Mutter, hielt aber mehr Wache als zu schlafen, weil ihr die Zeit zu wertvoll erschien, und weil ihre Mutter unruhig war und immer wieder aufstehen wollte. „Komm mit! Gehen wir!“ sagte sie oft, obwohl sie nicht mehr gehen konnte. Schweren Herzens erklärte die Tochter, dass sie nicht



gemeinsam weggehen können. „Warum denn nicht? Was sollen wir hier?“ fragte die Mutter. Eins der typischen Anzeichen der Sterbephase. Tagsüber half die Tochter den Pflegenden bei der Versorgung ihrer Mutter, meistens sass sie aber einfach an ihrem Bett, sprach mit ihr und berührte sie oft, damit sie immer spürte, dass sie nicht allein war.

Über das Sterben und den Tod haben sie nicht gesprochen. „Oft waren wir still“, sagt die Tochter. Der Mutter hat es genügt, Zeit mit ihr zu verbringen, zudem hat sie sie schonen wollen. „Sie hat höchstens mal Andeutungen gemacht, dass es sich nicht lohne, noch Geld für Geschenke auszugeben, die ich ihr brachte. Sie dachte schon an die Beerdigungskosten.“ So gab es keine Patientenverfügung, kein Gespräch mit einem Seelsorger – nur mit einem Psychoonkologen hat die Mutter noch sprechen wollen, aber mehr weil sie ihn mochte. „Sie wollte für sich sein und selbständig mit sich ins Reine kommen.“ Aber sie hatte einen letzten Wunsch: Noch einmal einen Nachmittag in der Wohnung der Tochter zu verbringen. Also organisierte das Behandlungsteam den Transport, gab Morphium mit und die Angehörigen trugen sie selbst nach oben in die Wohnung. „Als wir dort waren, wurde sie sehr unruhig und traurig. Sie schaute sich die Wohnung genau an und wollte ein letztes Mal bei mir auf dem Sofa sitzen und einen Latte Macchiato trinken. Sie schlief aber immer wieder ein, weil sie so erschöpft war. Wenn sie zeitweise aufwachte, war sie entsetzt, dass sie geschlafen hatte. Als das Morphium sich zu Ende neigte, mussten wir wieder fahren. Das fiel uns beiden enorm schwer.“ Danach hat die Mutter nicht mehr gesprochen und kommunizierte nur noch mit Gesten und Berührungen. Zwei unruhige Tage und Nächte später war sie gestorben, nachdem sie ihre Tochter ein letztes Mal umarmt hatte.

Um den Todestag herum, ein Jahr später, schaute die Tochter erneut auf der Palliativ-Station vorbei. „Es war gut für die Verarbeitung, alles nochmal mit Abstand zu sehen. Ich wollte mich aber auch bei dem Palliativ-Team noch einmal für diese unschätzbare Unterstützung bedanken und brachte Blumen und Gebäck mit. Das finde ich sehr wichtig, weil diese Menschen täglich mit tragischen Schicksalen konfrontiert sind, auf die nicht immer leicht zu reagieren ist. Dieser Beruf erfordert auch grosses seelisches Engagement. Das muss man als Angehöriger auch erkennen und anerkennen.“ Die Zwischenzeit hat sie genutzt, um möglichst viel über das Sterben zu erfahren. Sie hat Bücher gelesen und ihre eigenen Erfahrungen aufgeschrieben, um alles zu verstehen. Hätte sie schon damals, als ihre Mutter im Sterben lag, mehr Informationen gehabt, wie ein Sterbeprozess ablaufen kann, hätte sie weniger Angst gehabt und wäre seltener im emotionalen Sinne überfordert gewesen, glaubt sie heute. Sterbende zu begleiten erfordere bei Angehörigen ebenfalls eine gewisse Vorbereitung und ein grosses Mass an Empathie, ist sie überzeugt.

„Der Sterbebegleitung muss in der Gesellschaft mehr Beachtung geschenkt werden. Man muss sich bemühen, einen Menschen so angenehm und liebevoll wie möglich AUS dem Leben zu begleiten. Wenn ein Kind auf die Welt kommt, bemüht man sich ja auch, dass es entsprechend seinen Bedürfnissen INS Leben begleitet wird. Ein sterbender Mensch wird in gewisser Weise auch wieder zum Kind. Als würde alles rückwärts laufen. Neben fachlicher Kompetenz braucht er zwingend auch menschliche Wärme und Nähe. Es ist seine letzte irdische Reise – und auch unsere mit diesem geliebten Menschen.“