

Elisabeth Albrecht  
Christel Orth  
Heida Schmidt

*M*

# Hospizpraxis

Ein Leitfaden für Menschen,  
die Sterbenden helfen wollen

Herder

Freiburg • Basel • Wien

# Inhalt

Dank . . . . .	.11
Einleitung . . . . .	.13
Was ist Hospiz? . . . . .	.15
Die Entwicklung zum modernen Hospizkonzept . . . . .	15
Kompetente Sterbebegleitung . . . . .	.17
Grundlage: Die Einstellung zu Sterbenden, zu Tod und Sterben. . . . .	20
Realisierungsformen und Betreuungsangebot . . . . .	.23
Teil I: Sterben, Abschiednehmen und Trauer als natürliche Vorgänge. . . . .	29
1. Die letzten Wochen. . . . .	31
Der Sterbeprozess . . . . .	31
Körperlicher Verlauf. . . . .	32
Psychischer Verlauf. . . . .	34
Die Betroffenen. . . . .	38
Die Familie. . . . .	40
2. Die letzten Stunden . . . . .	42
Einige häufige Todesursachen durch Krebs. . . . .	42
Leberkoma . . . . .	43
Nierenversagen. . . . .	43
Lungenversagen. . . . .	44
Ausfall des zentralen Nervensystems. . . . .	45

Potentiell tödliche Zusatzerkrankungen - ein ethisches Dilemma . . . . .	45
Der Tod tritt ein . . . . .	47
Bewußtseinsveränderungen . . . . .	48
Veränderungen im Atemmuster . . . . .	49
Zentralisation und ihre Folgen . . . . .	49
Todesereignis . . . . .	50
Nach dem Tod . . . . .	50
3. Verlust und Trauer . . . . .	54
Zum Begriff Trauer . . . . .	54
Mögliche Folgen von Verlust . . . . .	59
Loslassen - ein Prozeß mit vielen Aspekten . . . . .	60
Schock - Nicht-Wahrhaben-Wollen - Leugnen . . . . .	61
Zeiten der aufbrechenden Emotionen . . . . .	61
Zeiten des Suchens, Findens und sich Trennens . . . . .	61
Zeiten des neuen Selbst- und Weltbezugs . . . . .	61
Trauerwege . . . . .	63
Teil II: Solange wir leben . . . . .	65
1. Die kleinen Freuden des täglichen Lebens . . . . .	66
Vertrautes tägliches Leben . . . . .	66
Hobbies . . . . .	68
Zärtlichkeiten . . . . .	69
Feste feiern . . . . .	69
Die fünf Sinne . . . . .	70
2. Essen und Trinken . . . . .	71
Krebs und Diät . . . . .	71
Künstliche Ernährung . . . . .	73
Essen und Trinken als Lebensfreude . . . . .	74
3. Zusätzliche Hilfen von professioneller Seite . . . . .	76
Ausnutzen, was noch gesund ist . . . . .	77
Atemtherapie . . . . .	77

Kunsttherapie. . . . .	79
Musik als Therapie bei Sterbenden. . . . .	82
Kann Musik Sterbenden helfen?. . . . .	83
Was kann der Musiktherapeut tun?. . . . .	84
Wenn kein Musiktherapeut zur Verfügung steht . . .	85
4. Die Todesspritze, eine tatsächlich gewünschte Lösung?. . . . .	86
Teil III: Hilfen für Familie und Helfende. . . . .	89
1. Kommunikation. . . . .	89
Sprechen mit sterbenden Menschen. . . . .	89
Kommunikation im Überblick. . . . .	90
Nonverbale Kommunikation und innere Haltung der Helfenden. . . . .	92
Ebenen der Kommunikation. . . . .	93
Rollenspezifische Kommunikation. . . . .	94
Mitteilungsmöglichkeiten sterbender Menschen . . . .	95
Verbale Auseinandersetzung. . . . .	95
Verbale Symbolsprache. . . . .	96
Nonverbale Symbolsprache. . . . .	97
Der Sterbeprozess - emotionale Gestimmtheiten und Verhaltensweisen. . . . .	97
Hoffnung und Hoffnungslosigkeit. . . . .	99
Sinnfragen und Seelsorge. . . . .	100
Wahrheit am Krankenbett. . . . .	103
Wenn sterbende Menschen nicht mehr sprechen . . . .	104
2. Ein Daheim zum Leben und Sterben. . . . .	106
Daheim bleiben?. . . . .	106
Betreuungsnetz. . . . .	108
Pflege. . . . .	109
Der Arzt. . . . .	111
Stationäre Einrichtungen. . . . .	112

Vor und nach dem Tod daheim . . . . .	.113
Die letzten Stunden . . . . .	.113
Todeseintritt . . . . .	.114
Danach . . . . .	.115
3. Familie und Helfende . . . . .	.117
Zeit der Sterbebegleitung . . . . .	.117
Anregungen für die Trauerzeit . . . . .	.118
4. Praktische Hilfen und Informationen. . . . .	.120
Medizinisch-pflegerischer Bereich. . . . .	.120
Schmerzen . . . . .	.120
Atemnot . . . . .	.124
Mundpflege. . . . .	.125
Verstopfung . . . . .	.126
Hygiene. . . . .	.127
Rechtlich-organisatorischer Bereich - . . . . .	.129
Patientenverfügung, Betreuungsverfügung . . . . .	.129
Testament . . . . .	.131
Bestattungsformen . . . . .	.132
Formalitäten nach dem Tod . . . . .	.133
5. Hilfe zur Selbsthilfe . . . . .	.135
Einstellungen zu Sterben, Tod, Abschied . . . . .	.137
Grenzen setzen . . . . .	.139
Balance der Kräfte . . . . .	.141
Was kostet Kraft?. . . . .	.141
Was bringt Kraft?. . . . .	.141
Streß . . . . .	.142
Die Tätigkeit als Helfer:	
Voraussetzungen, Möglichkeiten. . . . .	.144
Motivation. . . . .	.144
Belastbarkeit . . . . .	.145
Tätigkeitsbereiche . . . . .	.146