



Christina Grossenbacher, Möriken,
freiwillige Begleitperson Palliative Care



1. In Ihrer Freizeit engagieren Sie sich für Palliative Care. Was ist Ihre Motivation?

Motivieren tut mich das eigene Erlebte! Vor genau drei Jahren erhielt mein Mann eine Krebsdiagnose die bedeutete, dass wir innerhalb eines Jahres voneinander Abschied nehmen mussten. Diese Ausgangslage zwang uns, uns mit dem Thema Sterben ganz bewusst auseinander zu setzen. Mein Mann hatte den Wunsch, nicht in unserem Haus zu sterben. Er wusste, dass es für mich danach zu einer grossen emotionalen Belastung käme und ich mich nicht mehr wohl fühlen würde in unserem Daheim. Er wünschte sich, die letzte Lebensphase im Hospiz in Brugg verbringen zu dürfen. In den fast vier Wochen seines Aufenthaltes im Hospiz erlebten wir zum ersten Mal die wertvolle und einfühlsame Unterstützung der freiwilligen Begleitpersonen. Auch wenn diese Tage zu den schwersten in unserem Leben zählten, waren es doch die schönsten und innigsten. Wir beide durften in eine ganz besondere „Gemeinschaft“ eingebettet sein. Während dieser Zeit wuchs in mir der Wunsch, dass ich mich auch für eine solche Tätigkeit einsetzen will. Ein halbes Jahr nach dem Tod meines Ehemannes entschloss ich mich für einen Lehrgang in Palliative und Spiritual Care bei den Aargauer Landeskirchen.

Ich sehe auch, dass die Freiwilligenarbeit im Bereich der „letzten Lebensphase“ zu einem immer grösser werdenden Bedürfnis wird. Sterben ist in unserer Gesellschaft nach wie vor ein Tabu-Thema. Mann/Frau verdrängt es! Kein Mensch befasst sich gerne mit seiner Endlichkeit. Die meisten von uns Menschen haben aber den Wunsch, wenn es dann soweit ist, dass sie in einem liebevollen Umfeld und umsorgt sterben dürfen. Nicht irgendwo in einem Heim, einsam und verlassen! Genau da will ich mich einbringen und meine Zeit sinnvoll und nachhaltig einsetzen. Ich empfinde es als Privileg, dass ich Menschen diesen, wohl intimsten, Liebesdienst erweisen darf.

Das Schönste an dieser Tätigkeit war und ist für mich, einem Menschen in der wohl schwersten Stunde seines Lebens, Liebe und Zeit zu schenken.

2. Was sind für Sie die grössten fachlichen Herausforderungen?

Während des Palliative Care-Lehrgangs erhielt ich sehr fundiertes und praxisbezogenes Fachwissen vermittelt. Ich sehe da immer einen Werkzeugkoffer vor mir. Die Schwierigkeit liegt nun wohl darin, das Richtige einzusetzen und anzuwenden. Sach-, Selbst- und Sozialkompetenz gehören für mich zu den wichtigsten Instrumenten. Vor allem die Sozialkompetenz. Diese ist für mich bei jedem Einsatz eine Herausforderung. Fragen wie z.B. „Kann ich herausfinden wo sich dieser Mensch jetzt befindet?“. Nur wenn dies möglich ist, kann ich ihm eine Hilfe sein. In sich gehen und empfindsam sein für all das was sich in dieser Lebensphase bewegt!

3. Was sind für Sie die grössten persönlichen Herausforderungen?

Wenn ein Einsatz bevorsteht, ziehe ich mich jeweils für ein paar Stunden zurück. Gedanklich versuche ich mich vom Weltgeschehen etwas zu distanzieren, sodass es ruhig wird in mir. Dadurch kann ich mich dann voll und ganz den Bedürfnissen der Patienten hingeben. Das Aushalten einer sehr schwierigen Situation fordert von mir höchste Konzentration und ist eine physische und psychische Herausforderung. Eine weitere Herausforderung ist der Umgang mit den körperlichen Ausscheidungen. Da muss ich achtsam sein, damit ich mich rechtzeitig abgrenzen kann. Wenn ich Nachteinsätze mache, wird der nächste Tag auch zu einer Herausforderung! Je älter ich werde, umso schlechter ertrage ich es, wenn die Nacht zum Tag wird.



4. Welcher Fall liegt Ihnen im Moment besonders am Herzen?

Zurzeit bin ich in einer Begleitung einer Frau die drei Jahre jünger ist als ich und wohl in den nächsten Tagen sterben wird. Wenn ich so „junge Menschen“ begleite, ist die Intensität der Begleitung um einiges grösser als bei älteren Menschen. Ich übertrage das Ganze dann jeweils auf meine Person und dann kommen tausend Fragen auf, auf die es keine Antworten gibt. Es dauert bei solchen Fällen jeweils länger bis ich wieder etwas Abstand bekomme.

5. Das Sterben Betroffener - wie gehen Sie damit um?

Ich stehe noch im Berufsleben und übe die Tätigkeit als Freiwillige Begleitperson nur aus, wenn es mit dem Berufs- und Privatleben gut machbar ist.

Der Umgang mit dem Sterben ist für mich nach wie vor schwierig, vor allem wenn es Menschen aus dem Familien- oder Freundeskreis sind. Einerseits die Endgültigkeit und andererseits die Frage, was kommt danach und wie geht es ihnen wohl. Sicher finde ich im Glauben einen gewissen Halt, aber das Zentrale ist doch, ich muss es glauben! Persönlich wünsche ich mir, dass ich einmal einen Traum oder ein Erlebnis haben dürfte, dass mir aufzeigt, dass es ihnen in der jenseitigen Welt gut geht. Ob ich dann damit umgehen könnte? Ich weiss es nicht!

6. Wie stellen Sie sich Ihr eigenes Sterben vor?

Vorstellen kann ich mir das nicht, nur wünschen! In meiner Patientenverfügung halte ich fest, dass ich wenn es soweit ist, meine verbleibende Lebenszeit im Hospiz in Brugg verbringen möchte. Der wohl grösste Wunsch dabei ist, dass es keine lange Leidenszeit wird und ich diese Welt in Frieden und Würde verlassen kann.

7. Was sind Ihre Wünsche an Gesellschaft und Politik?

Ein ganz zentraler Wunsch ist, dass genügend finanzielle Mittel zur Förderung und Erhaltung von Einrichtungen wie z.B. das Hospiz in Brugg, gestellt werden. Im Sinne, dass es für Sterbende Orte gibt oder die erforderliche Palliative-Spitem-Begleitung zu Hause finanziert werden kann, damit ein würdiges Sterben in einer vertrauten Umgebung möglich ist.

Eine kleine Anregung will ich hier noch einbringen, die mich sehr beeindruckt hat. Herr Prof. Dr. med. Gian Domenico Borasio sagte letztes Jahr anlässlich der Abschlussfeier eines Palliative-Lehrganges:

„Ein liebevolles Weglassen“ oder „dem Leben seinen Lauf lassen“!

Wie oft werden in der letzten Lebensphase noch kostenintensive, medizinische Therapien und Medikamente verabreicht, die keine Heilung mehr bewirken können?

Abschliessend halte ich fest, dass für mich die ganze Problematik rund um die Kosten und die Finanzierung des Gesundheitswesens noch nie nachvollziehbar war. Das Ganze nimmt aber inzwischen ein beängstigendes Ausmass an, da kommen für mich als Laie Gefühle der Hilflosigkeit und Angst auf. Welcher Zukunft gehen wir da entgegen?