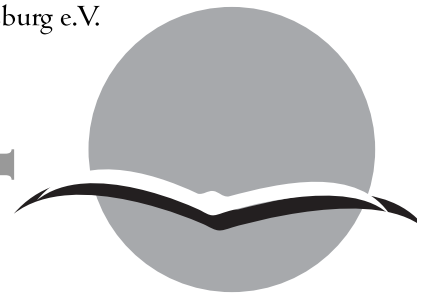


# FlugPOST



Ausgabe Dezember 2003

## Ein Jahr geht vorüber

**Der Dezember ist für viele Menschen die Zeit, Rückschau zu halten auf das (fast) vergangene Jahr. So haben auch wir uns Gedanken gemacht über unsere Arbeit und wie wir uns entwickeln. Unser Ziel ist, Beständiges zu pflegen und zu erhalten und Neues zu beginnen oder auch auszuprobieren.**

Im Mittelpunkt unserer Arbeit stehen sterbende und trauernde Menschen. Wir haben auch dieses Jahr bis jetzt über 180 Sterbe- und Trauerbegleitungen. Die Anzahl der Begleitungen ist für uns jedoch nicht das Wesentliche, sondern die Qualität und die Liebe und Zugewandtheit zu den Betroffenen. Bewährt hat sich weiterhin ein gutes Miteinander von Haupt- und Ehrenamt, wie Sie in dem Artikel auf Seite 2 nachlesen können.

Die Arbeit auf den Intensivstationen im Zentralklinikum läuft nun schon seit vielen Jahren gemeinsam mit der Klinikseelsorge. Eine vertrauensvolle Zusammenarbeit ist entstanden.

Der Dienst im Diakonissenhaus, mit regelmäßigen Besuchen im Krankenhaus und Unterstützung für Patienten die entlassen werden, läuft seit Oktober 2002 und ist auch eine gelungene Kombination von Hospizschwestern und Hospizhelfern. Die Hospizhelfer übernehmen eher die Besuche bei den Patienten die wahrscheinlich in der Klinik bleiben, die Hospizschwestern vorrangig die Patienten die nach Hause entlassen werden. Somit ist ein nahtloser Übergang möglich. Eine neue Aufgabe für uns.

Andererseits ist in einem Altenpflegeheim in dem wir sehr rege tätig waren der Kontakt nur noch gering, seit dort die Leitung abgelöst wurde und neue Strukturen entstehen sollen – oder, der Trauergesprächskreis in Aichach unter der Leitung von Ruth Balling, der sich zu einer eigenständigen Selbsthilfegruppe entwickelt hat, die ohne Lei-

tung – „aus sich heraus“ weiter arbeiten wird. Auch das kann ein Weg in der Trauerarbeit sein.

Die Trauergruppe und Trauereinzelnbegleitungen in unseren Räumen in der Völkstraße sind weiterhin sehr gefragt.

Als stabile Einrichtung zeigt sich auch der Augsburger Arbeitskreis für Palliativmedizin und Hospizarbeit. Er ist entstanden vor einem Jahr, nach einer Auftaktveranstaltung im Kurhaus (wir berichteten in der Ausgabe Mai 2003). In diesem Kreis, bestehend aus Pflegediensten, den beiden Augsburger Hospizgruppen und Hausärzten, werden wichtige Themen der Palliativpflege und -medizin angesprochen. Es ist eine gegenseitige Bereicherung und Austausch von Wissen der verschiedenen Professionen.

Nicht unerwähnt lassen möchten wir die große Anzahl von Fortbildungen, Schulungen und Öffentlichkeitsarbeit. Dafür waren wir im Jahr 2003 29mal unterwegs. Trotz dieser großen Anstrengungen sind wir immer wieder überrascht, dass der Hospizgedanke noch nicht allen bekannt ist.

Besonders große Veranstaltungen waren eine Einladung der Bundesärztekammer im Oktober im Augsburger Zeughaus, zur Information über Hospizarbeit für Ärzte und Fachpersonal im Gesundheitswesen und ein Austausch im großen Hörsaal des Zentralklinikums in einer Fortbildungsreihe für Notärzte. Dort wurde darüber diskutiert, wie vermieden werden kann, dass schwerkranke sterbende Patienten noch in den letzten Tagen und Stunden von zuhause oder vom Altenpflegeheim in die Klinik gebracht werden müssen, wenn keine medizinische Begründung vorliegt. Es ist wichtig, dass die Menschen, die Schwerkranke und Sterbende betreuen, miteinander ins Gespräch kommen – in diesem Fall Notärzte, Hausärzte, Klinikärzte und das ambulante Hospiz. Häufig sind solche Ge-

spräche der erste Schritt um etwas zu verändern.

Die Hospizarbeit steht natürlich im Vordergrund, aber auch das „Vereinsleben“ braucht Platz. Begonnen hat das Jahr mit einem Segensgottesdienst in der St. Anna Kirche. Die Ausstellung „Kunst – Kreativität – Alter –



Hospiz“ mit dem anschließenden Vortrag war rege besucht, genau so wie im Oktober der Vortrag des Sterbeforschers Bernard Jakoby „Was geschieht beim Sterben?“. Das Samstagsfrühstück, das 2-3 mal im Jahr stattfindet,

Fortsetzung auf Seite 2

### Inhalt:

<b>Eine Angehörige berichtet</b>	<b>Seite 2</b>
<b>Das letzte Hemd hat keine Taschen</b>	<b>Seite 3</b>
Bericht eines Bestatters	
<b>Patientenverfügung</b>	<b>Seite 3</b>
Ein wichtiges Thema	
<b>Wie ich zur „Bettlerin“ wurde</b>	<b>Seite 4</b>
Tombola 2003	
<b>Kommunikation durch Berührung</b>	<b>Seite 4</b>
Einführungskurs in Kinästhetik	

ist meist gut besucht – auch eine Möglichkeit sich kennen zu lernen. Was wahrscheinlich nicht mehr stattfinden wird ist der Flohmarkt. Der Arbeitsaufwand ist zu groß und wir suchen andere Möglichkeiten.

Für alle Mitglieder wollen wir im nächsten Jahr eine informelle Sprechstunde über Patientenverfügung, Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht anbieten. Die Termine können Sie dem Veranstaltungsblatt entnehmen.

Noch vieles wäre zu berichten, aber der Platz ist begrenzt und wir glauben, viel Wichtiges über unsere Arbeit im Jahr 2003 ist geschrieben. Ansonsten ist am 30. März 2004 die Mitgliederversammlung, wo wir uns auch persönlich austauschen können.

*Renate Flach*

Renate Flach

Ein Text von Ulrich Schaffer für uns alle, die wir „unterwegs“ sind.

**Tausendmal habe ich vor Entscheidungen gestanden  
und mich gefragt, wo es lang geht.  
Oft habe ich das Risiko gewählt,  
bin mutig gewesen und habe etwas gewagt.  
Manchmal konnte ich mich nicht entscheiden,  
und habe das Leben  
für mich wählen lassen.  
Die Zeit hat Wege geöffnet  
oder verschlossen.**

**Auf jedem eingeschlagenen Weg  
gab es bald wieder neue Entscheidungen zu treffen:  
Wieder war da eine Abzweigung,  
ein neues Risiko,  
eine größere Unsicherheit,  
und die Frage nach dem Sinn  
sprang mich wieder an.**

**So habe ich gelernt,  
dass ich immer unterwegs bin.**



## Häusliche Sterbebegleitung

### Ein Erfahrungsbericht

## Eine Angehörige berichtet

**Ich möchte von meiner Mutter Irma Haupt erzählen, geb. 16.7.1920, gestorben 16.5.2003. Auf ihrem Weg durch die schwere Krankheit wurden wir von der Hospiz-Gruppe „Albatros“ begleitet. Mit viel Wärme, Herzlichkeit und Geduld standen uns die Menschen dort jederzeit mit Rat und Tat zur Seite.**

Meine Mutter wünschte sich nach ihrer Krebsdiagnose, auf jeden Fall zu Hause zu sterben. Sie ließ niemanden außer mich an sich heran. Als Frau Beate Ergenz, Hospizschwester von „Albatros“, zum ersten Mal bei uns war, änderte sich dies. Sie schloss sie sofort in ihr Herz. Gemeinsam entschieden wir, Hospizhelfer in die Begleitung mit einzubinden.

Wir hatten sehr liebevolle Hospizhelferinnen. Frau Gscheidle, mit der sie sich über Zeitschriften und die Königshäuser unterhielt, Frau Hess, mit der sie betete und von der sie sich auch eincremen ließ und Frau Riegger, die immer so schöne Geschichten und Märchen zu erzählen wußte. Nur Frau Beate Ergenz, die den Einsatz koordinierte, durfte meiner Mutter den Mund säubern.

Sie war mit ihren Kenntnissen in Schmerztherapie, Symptomkontrolle und Ernährungsfragen immer eine kompetente Ansprechpartnerin. Dies alles entlastete mich sehr. So konnte ich wenigstens stundenweise nach Hause und mich um meine eigene Familie kümmern. Ich hätte vieles ohne die Hospizhelferinnen nicht geschafft. Sowohl meine Mutter als auch ich konnten mit unseren Sorgen und Ängsten immer zu ihnen kommen. Es war Tag und Nacht jemand für uns da. Diese Menschen gaben meiner Mutter und mir viel Sicherheit im Umgang mit dieser Situation.

Je näher es ans Ende ging, desto mehr wurden wir von allen betreut und aufgefangen. Einige Male wurde es mir ermöglicht zu Hause bei meiner Familie zu schlafen, da Frau Hess und die anderen Helferinnen es übernahmen, bei meiner Mutter zu bleiben – sofern diese es auch zuließ. Auch telefonisch konnte ich mir Tag und Nacht Rat holen. Ich rechne es diesen lieben Menschen hoch an, dass ich trotz der schweren Zeit am Muttertag zu Hause bei meiner Familie sein konnte und auch die Konfirmation meiner Tochter mitfeiern konnte.

Als es am Donnerstag, den 15. Mai meiner Mutter wieder schlecht ging und ich in Angst und Panik verfiel, kam auf meinen Anruf Frau Ergenz

sofort vorbei. Sie blieb die ganze Nacht und bereitete mich dann darauf vor, dass meine Mutter sich im Sterbeprozess befand. Ich hatte solche Angst allein zu sein. Daraufhin sprach sie mit den Hospizhelferinnen, die dann auch wirklich alle kamen und sich gegenseitig ablösten, so dass ich keinen Augenblick allein war. Am Abend des 16. Mai starb meine Mutter. Frau Ergenz kam sofort von einer privaten Feier! Sie half mir beim Aussuchen der Kleidung und war mir auch beim Waschen meiner Mutter behilflich, indem sie meine Hand liebevoll lenkte. Das gab mir ein gutes Gefühl, etwas für meine Mutter getan zu haben. Ich weiß, meine Mutter war sehr zufrieden mit der Betreuung. Diese Einrichtung ist es wert unterstützt zu werden. So eine Sterbebegleitung würde ich mir für mich und meine Angehörigen ebenso wünschen.

Auch bei der Trauerfeier und bei der Wohnungsauflösung war Albatros mir eine große Hilfe und Stütze.

In meiner Trauerzeit werde ich von Frau Barbara Thorn hervorragend betreut und begleitet.

Meiner und meiner Mutti's aufrichtiger Dank gilt ihnen allen.

Gerlinde Seiler mit Familie  
und Irma Haupt

*Die Enkelin  
Tina Seiler (14)  
hat dieses Kreuz  
während der Zeit  
der Krankheit der  
Oma gezeichnet.*



## Bericht eines Bestatters

# Das letzte Hemd hat keine Taschen

So spricht der Volksmund und zwar immer dann, wenn es mal wieder ansteht, sich dafür zu entschuldigen, dass man gerade sein Geld mit vollen Händen zum Fenster raus wirft. Bedenkt man, was ein Totenhemd bei uns Bestattern häufig kostet, steckt in dem Halbsatz „vom Geld und dem Fenster“ jede Menge Ironie. Totenhemden sind teuer und dienen eigentlich nur einem Zweck: Posthum wird den Hinterbliebenen die Chance gegeben, ihre Wertschätzung und Liebe, oder insgeheim ihrem schlechten Gewissen dem Toten gegenüber Ausdruck zu verleihen. Sollten Wertschätzung und Liebe, und auch ein schlechtes Gewissen, nicht besser im Leben ihren Platz haben?

Das Totenhemd, und das war nicht immer so, wurde wie alles was mit Sterben und Tod zu tun hat, von unserer Gesellschaft an den äußersten Rand verdrängt. Wohl kaum jemand stellt sich heutzutage zu Lebzeiten die Frage nach dem eigenen, ganz persönlichen letzten Hemd. Ist es dann passiert, sind die Angehörigen in ihrer Trauer und ihrem Schmerz häufig überfordert. Die Kleiderordnung für die letzte Ruhe bestimmt dann das Bestattungsgewerbe. Von schlicht bis extravagant – das

Angebot ist vielfältig. Ob nun goldbestickt oder mit Rüschen verziert, in unserer konsumorientierten Ex- und Hoppogesellschaft gibt es nichts, was es nicht gibt. Nicht selten werden Hunderte von Euro für ein Totenhemd hingeblickert.

Den Trauernden, die zu mir kommen, rate ich, den Verstorbenen in seinen vertrauten Kleidern zu beerdigen. Wenn man sich als Angehöriger die Zeit nimmt, sich vor den Kleiderschrank des verlorenen Menschen zu stellen und in Ruhe überlegt: „In welchen Kleidern hat sie oder er sich wohl gefühlt – in welchen Kleidern hatten wir vielleicht sogar gemeinsam schöne Momente?“, dann ist dies eine ganz persönliche Sache und auch ein Stück Trauerarbeit.

Die Angst sich mit dem Tod zu beschäftigen ist ein Phänomen, das in den letzten Jahrzehnten dazu geführt hat, dass Sterben und Tod aus dem Leben verbannt wurden. Wie wäre es, wenn wir jenen alten Ritus wieder aufleben lassen könnten, der einem bei manch altem Menschen, etwa in Osteuropa, noch immer begegnet? Ist es nicht ein faszinierender Gedanke, sich

## Denkanstoß



sein Totenhemd selbst zu nähen und es im Schrank mit der normalen Wäsche aufzubewahren, sozusagen als lebenslanges Memento Mori?

Wem dieser Brauch in der heutigen Zeit widerstrebt, findet im jüdischen Glauben einen interessanten Denkanstoß: Nach alter jüdischer Tradition wird der Leichnam des Verstorbenen in ein schlichtes, leinenes Totenhemd ohne Taschen gekleidet. Im Tod sind alle sozialen Unterschiede aufgehoben.

Fritz Roth, Bergisch Gladbach

## Ein wichtiges Thema

# Die Patientenverfügung

Auf die Frage „wie würde ich mir wünschen, dass mein Lebensende verläuft“ gibt es viele Antworten. Eine der häufigsten: „Ich würde am liebsten zu Hause – umgeben von liebevollen Menschen – mein Leben beenden und nur nicht mit Hilfe der so genannten Apparatemedizin am Leben gehalten werden.“

## Apparatemedizin: Lebensverlängerung – Sterbensverlängerung?

Nicht die Angst vor dem Tod, sondern vor dem Sterben bewegt die bangen Herzen vieler, die nach einer Form suchen, auch in so weit die letzten Dinge zu regeln.

Auf Wunsch des Patienten darf der Arzt eine lebensverlängernde Maß-

nahme abbrechen oder von Anfang an unterlassen. Behandelt er ihn dennoch gegen seinen Willen (weiter) übergeht der Arzt das Recht des Patienten auf Selbstbestimmung. Der Arzt bekommt seinen Behandlungsauftrag nicht von der Krankheit, sondern vom Patienten. Begriffe wie „unterlassene Hilfeleistung“ oder „passive Sterbehilfe“, mögen den Arzt in Gewissensnöte stürzen und sein Tun bestimmen. Der hippokratische Eid – die moralisch-ethische Grundlage der Ärzteschaft – verpflichtet den Arzt aber immer zum Wohle des Kranken zu handeln, d. h. nicht um jeden Preis lebenserhaltende Maßnahmen anzuwenden. Hier bahne sich ein neues, vernetztes Denken im Zusammenspiel von Patienten, Ärzten, Seelsorgern, Therapeuten und Angehörigen allmählich den Weg, meint

der Bochumer Facharzt für Anästhesiologie, Intensiv- und Schmerztherapie, Prof. Dr. Michael Zenz.

Mit einer Patientenverfügung, die hinreichend bestimmt, in welchem Falle der Betroffene keine lebenserhaltenden Eingriffe mehr wünscht, macht er von seinem Selbstbestimmungsrecht Gebrauch. Der Arzt kann daraus den Willen des Patienten eindeutig entnehmen. Es ist die beste Form der Vorsorge. Zugleich setzt sich der Mensch mit seiner eigenen Endlichkeit auseinander. Mehr darüber – insbesondere zu rechtlichen Verbindlichkeit einer Patientenverfügung – erfahren Sie im Beiblatt zu dieser Flugpost.

Roland Friebe

## Info - Info - Info







## Öffentlichkeitsarbeit

**Ehrenamtlich tätig zu sein, um Menschen zu helfen, ist eine schöne Aufgabe. Aber ohne Geld geht es halt doch nicht. So veranstaltet das Hospiz jährlich u.a. eine Tombola. Um die vielen Preise zu bekommen muß man fleißig sammeln.**

So ist auch mir diese Aufgabe zugefallen. Mit meinem Fahrrad bin ich in der Stadt herum gefahren – wo ich ein gutes Gefühl hatte, stieg ich ab.

Im ersten Jahr war ich noch sehr schüchtern und habe meistens, bevor ich mein Sprüchlein auf sagte und mein Schreiben abgab, etwas gekauft. Aber das konnte ich auf die Dauer nicht machen, denn ich kam oft ohne Geld nach Hause und hatte Sachen gekauft



*Sigrid Geiß, Sr. Xenia und Monika Perret „in Aktion“ bei der Tombola (v.l.n.r.).*

### Tombola 2003

## Wie ich zur „Bettlerin“ wurde

die nicht notwendig waren. Sehr viele Leute hatten Verständnis für unsere Arbeit und fanden es gut, dass es solche Einrichtungen gibt und geben muß. Man muß viel Geduld und Zeit aufbringen, reden und erklären und oft vier bis fünfmal vorbei schauen – einmal wurde es vergessen oder es war keine Zeit die Artikel herzurichten. Hierbei brauchte ich viel Verständnis, denn ich wollte ja etwas geschenkt.

Manchmal hatte ich mein Fahrrad so voll gepackt, dass ich fast nicht mehr fahren konnte. Verschiedene Firmen, die mich inzwischen kannten, meinten, ich sollte doch mit dem Auto kommen. Dieses Jahr bekam ich sehr viel Schmuck, Uhren, Wecker, Sonnenbrillen usw. Über jedes Geschenk freut man sich, und manchmal wurde ich wirklich überrascht, was ich an Preisen bekam. Da vergißt man schnell, wenn man mal nicht so nett behandelt wird. Oder man erfährt von Schicksalen, wie man sie ähnlich selbst erlebt hat. Das mußte man dann erst wieder verdauen. So bekam ich auch einen traurigen Teddybären.

Aber jetzt ist es wieder vorbei. Die Tombola war ein schöner Erfolg. Vergessen ist die viele Arbeit, der Stress und die müden Füße, denn es mußte ja auch noch alles vorher verpackt und hergerichtet werden.

Manchmal komme ich noch in Versuchung von meinem Fahrrad abzustiegen um weiter „betteln“ zu gehen, denn es hat mir auch Spaß gemacht. Den Strafzettel den mir ein nicht gut gesonnener „Blauer“ verpasste, konnte ich nicht als Tombolapreis verwenden.

Zum Schluß möchte ich mich noch bei meinem Mann bedanken, dass er nie murrte wenn er oft ein verspätetes oder gar kein Mittagessen bekam. Ich vergaß einfach die Zeit.

Bis zur nächsten Tombola.

Dorothea Mahn



*Dorothea Mahn*



## Fortbildung

**Im Oktober fand im Rahmen unserer Fortbildung für HospizhelferInnen ein Einführungskurs in Kinästhetik (Lehre von den Bewegungsempfindungen) statt.**

Frau Maike von Schilling, Kinästhetiktrainerin und -therapeutin in der Georg-Frank-Stiftung, führte uns sehr lebendig und praxisnah an das Thema: „Kommunikation durch Berührung“ heran. Wir lernten unterschiedliche Wege kennen, Schwerstkranke und Sterbende in ihren noch möglichen, oft sehr eingeschränkten Bewegungsressourcen zu unterstützen.

### Einführungskurs in Kinästhetik

## Kommunikation durch Berührung

Durch die vielen Übungen, die jeder einzelne anders wahr nahm und empfand, wurde uns noch einmal bewusst, wie wichtig es ist, den zu begleitenden Menschen nach seinem Empfinden zu befragen. Unsere eigenen Bedürfnisse und Empfindungen müssen in den Hintergrund gestellt werden und dürfen nicht auf ihn übertragen werden.

Am eigenen Leib erfahren wir zum Beispiel, wie schwierig es sein kann, im Liegen zu trinken. Eine stützende Hand am Hinterkopf erleichtert es erheblich. Auch beim gegenseitigen Lagern lernten wir, wie mit wenig Kraftaufwand für Helfer und Patient, Lage-

positionen verändert werden können, zum Beispiel nur durch Ziehen an einer Unterlage.

Die 2,5 Stunden bei Frau von Schilling waren für alle Kursteilnehmer sehr informativ und ich hoffe auf eine Fortsetzung im nächsten Jahr.

Dagmar Schenk, Hospizschwester

Impressum:  
Herausgeber:  
Hospiz-Gruppe „Albatros“ Augsburg e.V.,  
Völkstraße 24, 86150 Augsburg  
Telefon 08 21/3 85 44, Telefax 08 21/15 88 78  
Verantwortlich i. S. d. P.:  
Renate Flach, Doris Schneller