**Zeitschrift:** Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich
**Band:** - (2011)
**Heft:** 3

**Artikel:** "Das ist der letzte Besuch"
**Autor:** Kuhn, Daniela
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-818752

**Nutzungsbedingungen**
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 08.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

**AUF DER LETZTEN REISE**_Sterben und Tod gehören zum Alltag in einem Altersheim. Manche verbringen ihre letzten Stunden im Kreis ihrer Liebsten, andere sterben eher einsam. Eine Reportage aus dem Altersheim Klus Park.

# «DAS IST DER LETZTE BESUCH»

Texte// **DANIELA KUHN** Fotos// **DANIEL RIHS**

*5. Juli. Auch über dem letzten Tag wurde es Abend. 20.15 Uhr*

Der handschriftliche Eintrag im Sterbebuch des Altersheims Klus Park stammt von Schwester Fabiola. Seit Mai dieses Jahres hat sie Frau D. mindestens dreimal in der Woche besucht. Als Frau D. am 5. Juli starb, war Schwester Fabiola bei ihr.

Frau D. hatte lange Wochen unter schweren Schmerzen gelitten, seit etwa zwei Wochen rang sie mit dem Tod. Schwester Fabiola war gegen sieben Uhr ins Zimmer von Frau D. gekommen. Seit zwei Tagen hatte sie nichts mehr getrunken. Ein Luftbefeuchter spendete Feuchtigkeit, ein Spray mit Zitronenöl verströmte einen angenehmen Duft. Als Schwester Fabiola bei der von der Krankheit schwer geschwächten Frau 50 Atemzüge pro Minute zählte, habe sie gedacht, dieses Tempo werde sie nicht lange durchhalten: «Ich blieb ganz still. Ab und zu hielt ich meine Hand auf ihre, auch auf ihre Brust. Ich sagte zu ihr: Ich bleibe da, Frau D.» Als die Intervalle zwischen den Atemzügen länger wurden, rief sie den verantwortlichen Mitarbeiter des Betreuungs- und Pflegeteams, der sofort kam. 75 Minuten nachdem Schwester Fabiola das Zimmer betreten hatte, starb Frau D. Die letzten Atemzüge schienen fast bewegungslos. «Wir blieben noch einen Moment bei ihr. Nicht lange. Der Tod war für sie eine Erlösung. Als er endlich kam, war er ganz schön», sagt Schwester Fabiola.

Eva Vogelsanger, die Leiterin Betreuung und Pflege, hatte sich drei Stunden bevor Frau D. starb, von ihr verabschiedet.

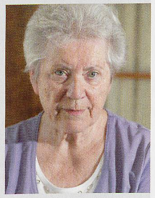
### «Ich wünschte ihr eine gute Reise»

Wenige Tage vor ihrem Tod war Frau D. 90 Jahre alt geworden. Sie stammte aus dem östlichen Norden Deutschlands. 2007 war sie ins Altersheim eingetreten, ihr Mann war damals bereits verstorben. Ruth Müller, die erst seit einem Jahr im Klus Park wohnt, sass im Esssaal hinter Frau D. Die beiden Frauen waren miteinander ins Gespräch gekommen. Frau D. sprach von Rheuma, doch nach einem Spitalaufenthalt stellte sich eine andere Diagnose heraus. Als sie bettlägerig wurde, besuchte sie Ruth Müller hin und wieder. Frau D. hatte keine Verwandten, ausser einer Bekannten kam sie niemand besuchen. Mit der Räumung ihres Zimmers und weiteren Formalitäten, die nach dem Tod zu erledigen sind, hatte sie eine Firma beauftragt. Ruth Müller öffnete Frau D. die Post, die sie unter ihrer Anleitung erledigte, bis ein Beistand die Aufgabe übernahm. Frau D. wurde zunehmend verwirrter und war von den Opiaten geschwächt, die sie gegen die starken Schmerzen erhielt. Eine Zeit lang, als es sehr heiss war, riss sie sich das Nachthemd vom Leib, auch den Katheter. Ruth Müller war die Situation zu intim, sie pausierte mit ihren Besuchen. Als diese Phase vorbei war, ging sie wieder zu ihr: «Am Tag bevor sie starb, wusste ich: Das ist der letzte Besuch. Ich wünschte ihr eine ganz gute Reise.» Frau D. nahm die Worte mit einem Flackern der Augenlider auf.

### Oft mit dem Tod konfrontiert

«Wir sind hier mitten im Leben, da gehört der Tod dazu», sagt Ruth Müller. Seit sie ihren Mann und ihre Schwiegermutter beim Sterben begleitet hat, ist

>>



«Am Tag bevor sie starb, wusste ich: Das ist der letzte Besuch. Ich wünschte ihr eine ganz gute Reise.»

RUTH MÜLLER

>>

ihr Verhältnis dazu entspannt. Aber längst nicht alle Bewohner sind so gelassen. «Viele sagen: Das ist das Unangenehmste in dieser Gemeinschaft, dass man immer wieder mit dem Sterben konfrontiert wird», erzählt Susi Lüssi.

Seit die Gerontologin die Institution vor vier Jahren übernommen hat, wird der Tod von Bewohnern offener kommuniziert. Wenn jemand gestorben ist – im Schnitt geschieht das zwölf Mal im Jahr – stehen auf dem Tisch beim Eingang in den Esssaal eine Karte, ein Blumenstrauss und eine brennende Kerze. Der Heimrat befürwortete diese neue Praxis, die den Anwesenden Spielraum lässt, wie und ob sie sich mit dem Todesfall auseinandersetzen möchten. Neu nimmt auch an der Beerdigung ein Mitarbeiter oder eine Mitarbeiterin des Altersheims teil. Angehörige erhalten eine Beileidskarte und einen Blumenstrauss.

**Freiwillige Sterbebegleiterinnen**

Ausserdem hat Susi Lüssi die Gruppe von freiwilligen Sterbebegleiterinnen initiiert, zu der auch Schwester Fabiola gehört. Um einen Überblick über die bestehenden Kontakte zu haben, vermerken die Frauen Datum, Name und Art der Begegnung auf einer Liste. Längere Notizen können sie im Sterbebuch festhalten. Bei Bewohnern, die im Sterben liegen, geht die Heimleiterin mit theologischem Hintergrund ein- bis zweimal täglich vorbei. Wenn möglich ist sie auch im Moment des Sterbens anwesend: «Aus dem Krankenzimmer, in dem Medikamente und Sauerstoff dominieren, wird plötzlich ein Sterbezimmer, in dem wir kleine persönliche Gegenstände bei der sterbenden Person platzieren. Etwa ein Kreuz oder eine Kerze. Manchmal wird auch Musik gespielt.» Gut Abschied zu nehmen, ist Susi Lüssi wichtig. Und wichtig sei dabei fast immer die Religion. «Ich behaupte: Was wir einmal mit auf den Weg bekommen, erhält im Alter wieder Bedeutung, ganz unabhängig davon, was wir ein Leben lang praktiziert haben.» Immer im November lädt Susi Lüssi die Angehörigen der in den letzten zwölf Monaten verstorbenen Bewohner zu einem Gedenkgottesdienst und anschliessendem Mittagessen. Eine Geste, die sehr geschätzt wird.

**Das letzte Bier**

Unmittelbar nach dem Tod läuft anderes ab: Nachdem der Leichnam abgeholt ist, wird das Zimmerschloss ausgewechselt, damit keine Besitztümer abhandenkommen können. In den nächsten 30 Tagen muss das Zimmer geleert werden. Auf Wunsch der Angehörigen kann der Leichnam bis zu zwei Tagen im

>>

«Viele sagen: Das ist das Unangenehmste in dieser Gemeinschaft, dass man immer wieder mit dem Sterben konfrontiert wird.»

SUSI LÜSSI, HEIMLEITERIN

Ein würdiges Abschiednehmen ist für alle Beteiligten wichtig, auch für die Personen, die beruflich mit Sterben und Tod zu tun haben.

## TIPPS ZUM THEMA

**Ausgewählt von Bibliothek und Dokumentation von Pro Senectute Schweiz**

### //FACHLITERATUR

- Das letzte Lebensjahr: Zur körperlichen, psychischen und sozialen Situation des alten Menschen am Ende seines Lebens. Andreas Kruse. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer, 2007.
- Transkulturelle Pflege am Lebensende: Umgang mit Sterbenden und Verstorbenen unterschiedlicher Religionen und Kulturen. Elke Urban. Stuttgart: W. Kohlhammer, 2011.
- Der Tod gibt zu denken: Interdisziplinäre Reflexionen zur (einzigen) Gewissheit des Lebens. Verena Begemann (Hrsg.). Münster: Waxmann, 2010.
- Praxisbuch Trauerfeier. Georg Schwikart. Mannheim: Patmos, 2010.
- Oscar: Was uns ein Kater über das Leben und das Sterben lehrt. David Dosa. München: Droemer Verlag, 2010.
- Geheimnis Sterben: Was wir heute über den Sterbeprozess wissen. Bernard Jakoby. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag, 2007.
- Nahe sein in schwerer Zeit: Zur Begleitung von Angehörigen Sterbender. Peter Fässler-Weibel. Kevelaer: Topos plus, 2009.
- Palliativ pflegen: Sterbende verstehen, beraten und begleiten. John Davy, Susan Ellis. Bern: H. Huber, 2010.

### //RATGEBER

- Zum Sterben will ich nach Hause: Ein Leitfaden für Angehörige. Christa Dettwiler. Luzern: Caritas-Verlag, 2005.
- Die Löffel-Liste: Eine kleine Philosophie der letzten Dinge im Leben eines Mannes. Cornelius Tracewell. München: Pendo, 2008.
- Lebe und lerne sterben: Ein Praxishandbuch für Betroffene und Nahestehende. Claudia Cardinal. Düsseldorf: Patmos, 2007.
- Hermann Hesse – Ermutigungen: Gedanken aus seinen Werken und Briefen. Wenn das Leben schwer zu tragen ist, Religion und Kirche, Tod. Zusammengestellt von Volker Michels. Frankfurt a. M.: Suhrkamp, 2008.
- Letzte Dinge: Fürs Lebensende vorsorgen – mit Todesfällen umgehen. Karin von Flüe. Zürich: Beobachter Buchverlag, 2009.

### //PHILOSOPHISCHES

- Über den Tod: Poetisches und Philosophisches von Homer, Shakespeare und Montaigne bis Balzac, Čechov und Dürrenmatt. Daniel Keel, Isabelle Vonlanthen (Hrsg.). Zürich: Diogenes, 2003.
- Das tibetische Buch vom Leben und vom Sterben: Ein Schlüssel zum tieferen Verständnis von Leben und Tod. Sogyal Rinpoche; mit einem Vorwort des Dalai Lama. Frankfurt a. M.: S. Fischer, 2006.

>>

Ein Zeichen, dass im Heim jemand gestorben ist. Ob und wie sich die Anwesenden mit dem Todesfall auseinandersetzen möchten, ist ihnen freigestellt.

>>
Zimmer bleiben, einen Aufbahrungsraum gibt es keinen. Bewohner, die eine gute Beziehung zur verstorbenen Person hatten und sich von ihr verabschieden möchten, werden von Susi Lüssi ins Zimmer begleitet.

Eine Woche bevor Frau D. starb, hatte sie noch ein Bier verlangt. «Das war mehr oder weniger das Letzte, was sie getrunken hat», erzählt Eva Vogelsanger. Die Leiterin Betreuung und Pflege hatte sich drei Stunden bevor Frau D. starb, von ihr verabschiedet. «Ganz am Schluss drehten wir Frau D. nicht mehr, weil ihr jede Bewegung trotz Morphium grosse Schmerzen bereitete», erzählt Eva Vogelsanger. Der Entscheid hatte innerhalb des Teams zu Diskussionen geführt, weil er gängigen Normen zu widersprechen scheint. Der Sterbeprozess habe lange gedauert: «Drei Wochen waren ein Leiden, erst die letzte Woche verlief entspannter.» Das Team habe das Gefühl gehabt, man könne Frau D. nachts alleine im Zimmer lassen: «Zugleich waren wir auch unsicher. Wir mussten immer wieder zwischen ihrem eher einzelgängerischen Charakter und der aktuellen Situation abwägen.»

Solange die gestorbene Person noch im Zimmer liegt, macht Eva Vogelsanger jeweils das Fenster auf: «Das ist eine Gewohnheit von mir. Sie hat etwas Rituelles», und mit einem Lächeln fügt sie hinzu: «Man weiss ja nie.»

«Ganz am Schluss drehten wir Frau D. nicht mehr, weil ihr jede Bewegung trotz Morphium grosse Schmerzen bereitete.»

EVA VOGELSANGER

## //SCHREIBEN SIE UNS IHRE MEINUNG!

Wir laden Sie ein, von Ihren berührenden oder auch schwierigen Erfahrungen beim Abschiednehmen von Freunden und Angehörigen zu berichten. Zuschriften werden auf Wunsch anonymisiert.
Pro Senectute Kanton Zürich, Redaktion VISIT, Forchstrasse 145, 8032 Zürich. E-Mail: visit-magazin@zh.pro-senectute.ch

## TIPPS ZUM THEMA

Ausgewählt von Bibliothek und Dokumentation von Pro Senectute Schweiz

### //DOKUMENTARFILME

> Früher oder später. Ein Film von Jürg Neuenschwander. Bern: CARAC Film AG, 2004.
Der Film, der Menschen beim Sterben begleitet, zeigt ihre Ängste, ihre Verzweiflung, ihren Schmerz, ihre Hilflosigkeit. Und er zeigt Angehörige, welche die Sterbenden auf dem letzten Weg begleiten.

> Gerhard Meier – Das Wolkenschattenboot. Ein Film von Friedrich Kappeler. Zürich: Look Now!, 2007.
Der Film folgt den bewegenden Gedanken des Schriftstellers Gerhard Meier zum Tod seiner Ehefrau Dorli, die in seinem Leben eine wichtige Rolle gespielt hatte.

> Elisabeth Kübler-Ross: Dem Tod ins Gesicht sehen. Ein Film von Stefan Haupt. Salzgeber, 2006.
Elisabeth Kübler-Ross hat sich ihr Leben lang mit dem Sterben beschäftigt und damit Weltruhm erlangt. Im Zentrum des Films stehen die Gespräche mit ihr in Arizona.

### //KINDERBÜCHER

> Tschüss Oma: Ein Kinderbuch zu Abschied und Trauer. Eva Höschl, Nana Kutschera. Wuppertal: Hospiz Verlag, 2008.

> Opa, ich kann Hummeln zähmen. Monika Feth, Isabel Pin. Düsseldorf: Sauerländer, 2007.

> Erik und das Opa-Gespenst. Kim Fupz Aakeson, Eva Eriksson. Hamburg: Friedrich Oetinger, 2005.

> Adieu, Herr Muffin. Ulf Nilsson; mit Illustrationen von Anna-Clara Tidholm. Frankfurt a. M.: Moritz Verlag, 2010.

> Und was kommt dann? Das Kinderbuch vom Tod. Pernilla Stalfelt. Frankfurt a. M.: Moritz Verlag, 2009.

### //AUTOBIOGRAFISCHES

> Alles ist Leben: Letzte Fragmente einer langen Reise. Christiane Singer. München: C. Bertelsmann, 2008.

> Heilige Vergänglichkeit: Spätsätze. Kurt Marti. Stuttgart: Radius, 2011.

> Roppongi: Requiem für einen Vater. Josef Winkler. Frankfurt a. M.: Suhrkamp, 2007.

> Abschied von den Eltern: Erzählung. Peter Weiss. Frankfurt a. M.: Suhrkamp, 1980.

> Wenn ein Mann trauert: Der Weg der Liebe durch Abschied und Tod. Karl Guido Rey. Freiburg i. Br.: Herder, 2006.

### //MUSIK

> Johann Sebastian Bach: Matthäus-Passion. Holzgerlingen: Hänssler, 1994. Helmuth Rilling (Dir.), Gächinger Kantorei, Bach-Collegium Stuttgart.
Bachs Matthäus-Passion zählt zu den grössten Werken der europäischen Musikgeschichte. Das zentrale Thema, das Leiden und Sterben Jesu Christi, ist dem Evangelium nach Matthäus entnommen. Eine Besonderheit von Bachs Kompositionstechnik ist das mit vielfältigen musikalischen Mitteln umgesetzte Abbilden von Textinhalten, in diesem Fall die Todesthematik und das Leiden. Als Passion ist das Werk einem ganz bestimmten Tag im Kirchenjahr zugeordnet: dem Karfreitag. Bei den eingebauten Kirchenliedern sang die Kirchgemeinde früher denn auch mit.

> Musica et memoria: Trauermusik durch die Jahrhunderte. Düsseldorf: Kuratorium Deutsche Bestattungskultur, 2005.
Trauermusik spielt durch die Jahrhunderte in allen Kulturkreisen eine zentrale Rolle. Sie wurde nicht nur für den Tod berühmter Persönlichkeiten komponiert und aufgeführt. Häufig ist sie auch Ausdruck einer persönlichen Verarbeitung der Trauer. Die ausgewählten Musikstücke zeigen, dass Trauermusik nicht zwangsläufig leise, zurückhaltend oder traurig klingen muss. So reicht das Spektrum der CDs vom sanften und schönen Tod über den beklagten und marschierenden Tod bis zum unbeugsamen und verklärten Tod. Die Edition bildet ein grosses Repertoire für die Gestaltung von Trauerfeiern oder zur Trauerbewältigung.

> Tod, Trauer, Trapani: Sizilianische Trauermärsche; gesammelt von Ben Jeger und Clemens Klopfenstein. Bern: Edition Grumbach, 2005.
Dass der Umgang mit Tod und Trauer in den Kulturen der Welt vielfältig ist, führen die Aufnahmen dieser sizilianischen Trauermärsche «vor Ohren». Sie geben die Musik der jeweils am Karfreitag stattfindenden «Processione dei Misteri» in Trapani (Sizilien) wieder. 24 Stunden dauert die Prozession, bei der 20 Bands den Nachmittag lang und die Nacht hindurch Trauermärsche spielen. Herzzerreissend, abgründig und schwer blasen Trompeten und Tubas, dazwischen donnern Becken und grosse Pauken.

> Johnny Cash: American IV – The Man Comes Around. Los Angeles: American Recordings, 2002.
Als Johnny Cash sein letztes noch zu seinen Lebzeiten veröffentlichtes Album aufnahm, war er bereits von einer schweren Krankheit gezeichnet. Die Gebrochenheit seiner Stimme passt zum Grundton des Albums, das vorwiegend von Liebe, Tod und dem Leben danach handelt. Doch brachte diese physische Beeinträchtigung auch eine ästhetische Qualität zum Vorschein, die einzigartig war und ihm nach seinem Tod Auszeichnungen wie seit 30 Jahren nicht mehr bescherte. Auffällig ist die Wahl der Songs: Diese sind nicht nur Cashs angestammtem Country-Stil entlehnt, es finden sich auch Werke von jüngeren Musikern.

PRO SENECTUTE
BIBLIOTHEK UND DOKUMENTATION

Alle vorgestellten Publikationen können in der Bibliothek von Pro Senectute ausgeliehen werden: Tel. 044 283 89 81, bibliothek@pro-senectute.ch, www.pro-senectute.ch/bibliothek

SCHWESTER FABIOLA JUNG (89) BESUCHT IM ALTERSHEIM KLUS PARK KRANKE, LEIDENDE UND STERBENDE MENSCHEN

# «Ihre Seele, das glaube ich fest, lebt weiter»

Schwester Fabiola wohnt im Altersheim der Ingenbohler Nonnen. Das fast versteckt wirkende Haus mit grossem Garten befindet sich in unmittelbarer Nähe des Stadtzürcher Altersheims Klus Park. Bis 1969 gehörten Haus und Park den Ingenbohler Nonnen, die hier seit 1898 das Spital Theodosianum führten. Fabiola leitete während 33 Jahren die Schwesternschule, später war sie für das Altersheim der Schwestern verantwortlich. Seit 1984 ist sie im Ruhestand, zumindest offiziell.

Denn seit gut neun Jahren geht sie ihrer «Altersbeschäftigung» nach, wie sie ihre morgendlichen Besuche im Altersheim Klus Park nennt. Nachdem eine Frau sie gebeten hatte, ihre im Sterben liegende Schwester zu begleiten, und weitere Anfragen folgten, nahm Schwester Fabiola mit dem damaligen Heimleiter Kontakt auf. Seither haben sich ihre Besuche fest etabliert. Äusserst willkommen sind sie auch bei Susi Lüssi, der aktuellen Heimleiterin.

Von halb zehn bis halb zwölf Uhr morgens ist Schwester Fabiola im Haus anzutreffen. Ihre warmen dunklen Augen, ihr bescheidenes und zugleich in einer inneren Sicherheit verankertes Auftreten strahlen eine positive Kraft aus. Die Ingenbohler Nonne ist bei den Bewohnerinnen und Bewohnern des Altersheims entsprechend beliebt. Auch nicht religiöse Menschen schätzen ihre Anwesenheit. Und so versucht sie, «diejenigen zu bevorzugen, die es am nötigsten haben». Aufdrängen tut sie sich niemandem. Doch sobald jemand den Wunsch äussert, sie zu sprechen, steht sie für «Erinnerungs- und Gegenwartsgespräche» bereit: «Die Menschen dürfen mir erzählen, was sie wollen. Ich frage wenig, ich bin aussen stehend.»

Montags macht sie einen Wochenplan, unterscheidet zwischen «dringend» und «halb dringend». Täglich besucht sie mindestens vier Menschen, nicht selten sind sie jünger als sie. In der Regel dauert ein Besuch eine halbe Stunde, wenn erforderlich aber auch doppelt so lange. Begegnungen und kurze Gespräche ergeben sich auch spontan, in letzter Zeit vermehrt: «Ich habe mit den Jahren gelernt, nie an jemandem vorbeizugehen, ohne zu reden.»

Zu Sterbenden geht Schwester Fabiola jeden Tag. Gezählt hat sie nicht, aber es mögen gegen 60 Menschen sein, die sie im allerletzten Lebensabschnitt begleitet hat. Wichtig, sagt sie, sei die Phase vor dem Sterben: «Ob ich dann im Moment des Todes dabei bin, das ist weniger zentral.»

Oft wird sie gefragt, wie es nach dem Tod weitergehe. Auch eine ganz unreligiöse Frau beschäftigte diese Frage. «Ich sagte ihr: ‹Sie verlassen ihren Leib. Aber Ihre Seele, das glaube ich fest, lebt weiter.›» Am nächsten Tag habe die Frau gefragt, ob sie also beispielsweise in einem Baum sein werde. «Nein», antwortete Schwester Fabiola, «viel schöner: Sie werden umgeben sein von Farben, Musik, Stille und Schönheit – Gott. Mit unseren jetzigen Sinnen lässt er sich nicht fassen.» Worauf die Frau mit der Hand auf die Bettdecke schlug und erklärte: «Da freue ich mich aber!» Eine andere, ebenfalls nicht religiöse Frau, fragte sie, ob es Schutzengel gebe, was Schwester Fabiola bejahte: «Mit dieser Frage gab sie mir einen Tipp, wie ich ihren tiefen Glauben erreichte.»

In nächster Zeit möchte sich Schwester Fabiola langsam zurückziehen und künftig mehr mit demenzkranken Menschen zu tun haben.

BEATRICE ORMOS (58), FREIBERUFLICHE PFLEGEFACHFRAU MIT ZUSATZAUSBILDUNG IN PALLIATIVE CARE UND BEGLEITUNG SCHWERKRANKER UND STERBENDER MENSCHEN

# «Die Reife des zu Ende gehenden Lebens»

Sie wurde schon gerufen, und als sie da war, dauerte ihr Einsatz nur drei, vier Stunden. Andere Male besuchte Beatrice Ormos eine im Sterben liegende Person während mehrerer Wochen. Sterben lässt sich nicht planen. «An manchen Tagen ist wenig los, an anderen sehr viel», sagt die diplomierte Pflegefachfrau mit höherer Fachausbildung. Sie arbeitet seit zwei Jahren in einem vierköpfigen mobilen Palliative-Care-Team. Die freiberuflichen Pflegefachleute, die ihre Leistungen über die Krankenkasse abrechnen können, besuchen auf ärztliche Verordnung hin Patientinnen und Patienten der Spitalregion Winterthur-Andelfingen.

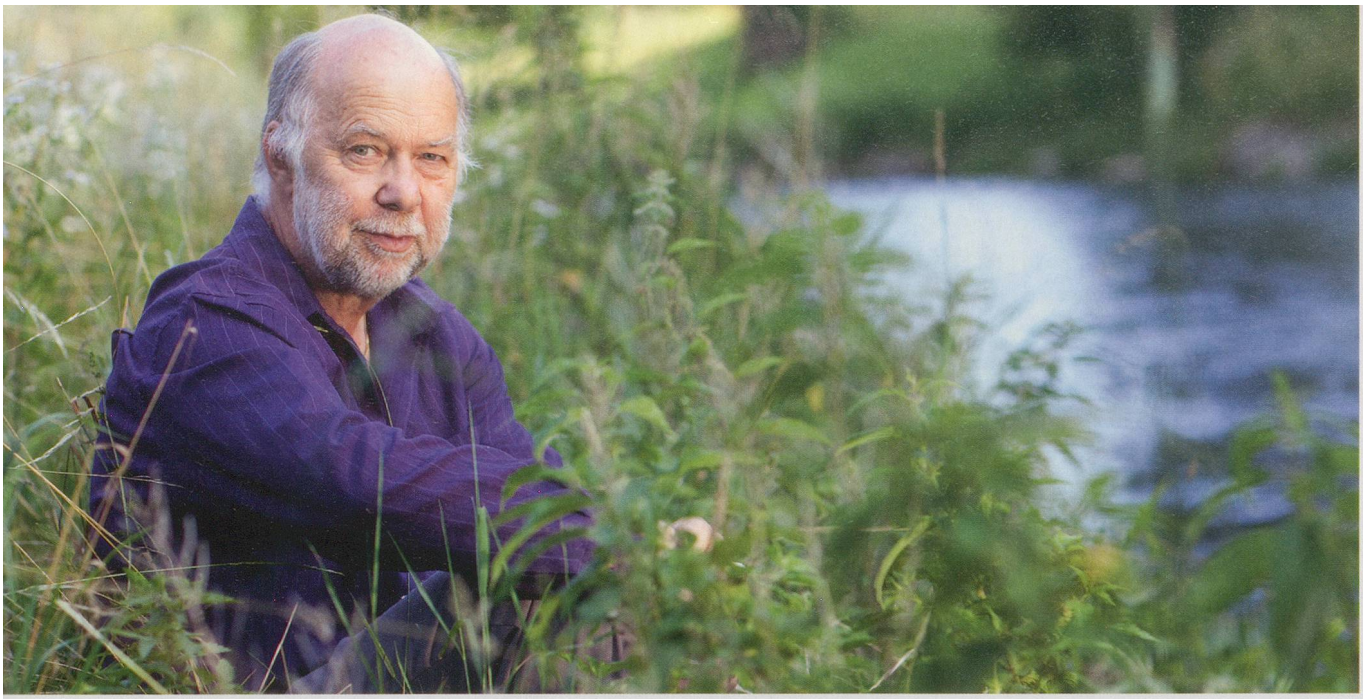
«Gesundes Leben war mir nie selbstverständlich», sagt die Mutter von vier erwachsenen Kindern, die früher in einer ambulanten Tagesklinik gearbeitet hat. 2006 stiess sie zu Pro Senectute Kanton Zürich in Winterthur, wo sie zuerst im Projekt «Senioren im Klassenzimmer» engagiert und später im Haus- und Begleitservice Perle tätig war. Die Besuche bei alten und kranken Menschen regten sie an, Weiterbildungen in Palliative Care und zu Demenzerkrankungen zu besuchen.

Die Einsätze im Palliative-Care-Team dauern jeweils zwei bis drei Tage, einschliesslich Nächte und Wochenenden. Telefonisch ist sie in dieser Zeit rund um die Uhr erreichbar. So herausfordernd wie die Präsenzzeiten ist die Arbeit auch inhaltlich: «Ich versuche das Vertrauen der Angehörigen zu gewinnen, ihnen Stütze zu sein in schwierigen Situationen. Während der sterbende Mensch seinen Weg geht, ist das Geschehen für die Angehörigen fremd, schwierig und schmerzhaft. Viele haben Angst vor dem Sterbeprozess.» Manchmal müsse unnötige Hektik abgewendet werden, etwa wenn Angehörige putzen, aufräumen oder die Beerdigung organisieren wollten. Während ein Mensch am Sterben ist, gehe es um ganz anderes: «Wir versuchen, eine ruhige Atmosphäre zu schaffen, den Moment auszuhalten, präsent zu sein.»

Wenn dies gelinge und die Angehörigen miteinbezogen werden könnten, entstünden wunderschöne Situationen: «Kürzlich erlebte ich vier Töchter, die anfangs grosse Mühe hatten, ihre Mutter im Sterben zu sehen. Doch mit dem Begleiten änderte sich das, und als die Mutter starb, pflegten sie sie selbstständig und liebevoll ein letztes Mal. Ich war nur noch da, schaute zu und unterstützte, wenn ich gefragt wurde.» Dieses letzte Umsorgen der Verstorbenen sei für die Angehörigen sehr hilfreich, um die Trauer zu verarbeiten, meint Beatrice Ormos. Und dann fügt sie einen Satz hinzu, der auf Anhieb erstaunen mag: «Sterben hat viel mit Geburt zu tun.» Leben und Tod sind unabdingbar miteinander verknüpft. Beides seien natürliche Prozesse, die mitunter aber auch schwierig und langwierig sein können. Übergänge, in denen das Sterben letztlich die Reife des beendeten Lebens bedeute. Nur in seltenen Fällen sei die Situation sehr schwierig, komme auch die Palliative Care an Grenzen.

So herausfordernd ihre Arbeit ist, Beatrice Ormos fühlt sich durch sie nicht bedrückt. Oft gehe sie zwar mit Bauchweh in eine neue Situation, aber dann überwiegen Freude und Hoffnung, wenn es gelungen ist, Angehörige und Sterbende gut zu begleiten. Im Palliative-Care-Team erhält sie Supervision, zum Ausgleich geht sie Joggen, hört Musik, liest und trifft sich mit Freunden und Familie. Ihr Mann habe zu Krankheit und Sterben eine natürliche Beziehung: «Meine Arbeit belastet ihn nicht. Ihn stört höchstens, dass ich unregelmässig zu Hause bin.»

Texte: Daniela Kuhn, Fotos: Daniel Rihs



MARKUS REUTLINGER (65), FREITODBEGLEITER FÜR EXIT

# Helfer für den geplanten Tod

Als er 50 war, begann Markus Reutlinger neben seiner Tätigkeit als Lehrer und Psychologe als Lastwagen-, Car- und Postautofahrer zu arbeiten. Statt in ein Burn-Out zu laufen, erzählt er, habe er damals «etwas Handfestes» gesucht. Heute ist Markus Reutlinger nur noch für die Sterbehilfeorganisation Exit im Einsatz, deren Mitglied er schon lange ist.

Als er für Exit vor zwei Jahren eine Weiterbildung durchführte, wurde er angefragt, ob ihn die einjährige Ausbildung zum Freitodbegleiter interessieren würde. «Mit grossem Respekt bin ich eingestiegen», sagt Markus Reutlinger, denn als Psychologe habe er bisher immer versucht, «Lösungen zu finden, die ins Leben führen». Mittlerweile hat er die Ausbildung und ein Jahr als Freitodbegleiter hinter sich. Die anfängliche Skepsis hat sich gelegt: «Die sterbewilligen Personen, die ich bis heute kennenlernte, zeigten eine grosse Gelassenheit. Die Auseinandersetzung mit dem eigenen Tod hatten sie bereits geleistet. Das finde ich immer sehr beeindruckend.» Mühe macht ihm höchstens, wenn es den Sterbewilligen zu sehr pressiert: «Die Abläufe müssen sehr genau eingehalten werden. Gestern musste ich einer Frau, die sofort sterben wollte, sagen, dass ihr Rezept nicht korrekt ausgefüllt ist. Solche Momente sind schwierig.»

Mehr als 13 Fälle pro Jahr sollte ein Freitodbegleiter nicht übernehmen. Akteneröffnungen gibt es allerdings fast jede Woche, denn längst nicht alle, die sich bei Exit anmelden, nehmen die Dienstleistung in Anspruch. Von Januar bis Mitte Juli dieses Jahres hat Markus Reutlinger sieben Freitodbegleitungen durchgeführt. Im Schnitt beschäftigt ihn sein ehrenamtlicher Einsatz einen Tag in der Woche, «emotional allerdings mehr», fügt er hinzu. Gerade jetzt hat er mit einem bald 60-jährigen Mann zu tun, der mit einer fortgeschrittenen Krebserkrankung aus dem Spital entlassen wurde und eine Betreuung mit Palliative Care ablehnt, «weil er fürchtet, in eine Abhängigkeit zu geraten, in der andere über sein Leben bestimmen». Sterbemittel und Dokumentationsmappe liegen bei Reutlinger bereit, der Mann kann jeden Moment anrufen. «Da er weiss, dass ich am nächsten Sonntag mit meinem Enkel in die Berge fahre, fragte er, ob er den Samstag davor für die Begleitung wählen solle», erzählt Reutlinger. «Ich sagte ihm: Übereilen Sie nichts. Warten Sie noch.» Der Mann war einverstanden. Er erlebe, sagt Reutlinger, «ausschliesslich menschlich wertvolle Kontakte».

Zeitlich sind sie beschränkt: Pro «Fall» zählt er jeweils bis zu fünf persönliche Treffen. Hinzu kommen Telefongespräche und Mails. Um eine Freitodbegleitung durchzuführen, muss die Person urteilsfähig sein und ihr Sterbewunsch «wohlerwogen» und konstant. Zu Reutlingers Aufgabe gehört auch, abzuklären, ob jemand Druck ausübt.

Zwei Drittel der Freitodbegleitenden von Exit sind Frauen. Und die Klientel? Neigen mehr Männer zu dieser Form, aus dem Leben zu scheiden? Reutlinger verneint, zwischen den Geschlechtern sei kein Unterschied auszumachen.

Unmittelbar bevor er das tödliche Mittel überreicht, fragt Reutlinger ein letztes Mal nach, ob der Sterbewunsch noch immer gelte. Hat er je ein Zögern erlebt, eine plötzliche Unsicherheit oder ein Zurückschrecken? «Nein», lautet seine Antwort, «das ist noch nie vorgekommen. Aber ich rechne damit. Und wenn es vorkommen sollte, würde ich meine Sachen zusammenpacken und niemandem etwas übel nehmen.»

CHRISTOPHER HERNANDEZ (39), STEINBILDHAUER UND BRUNNENMAURER

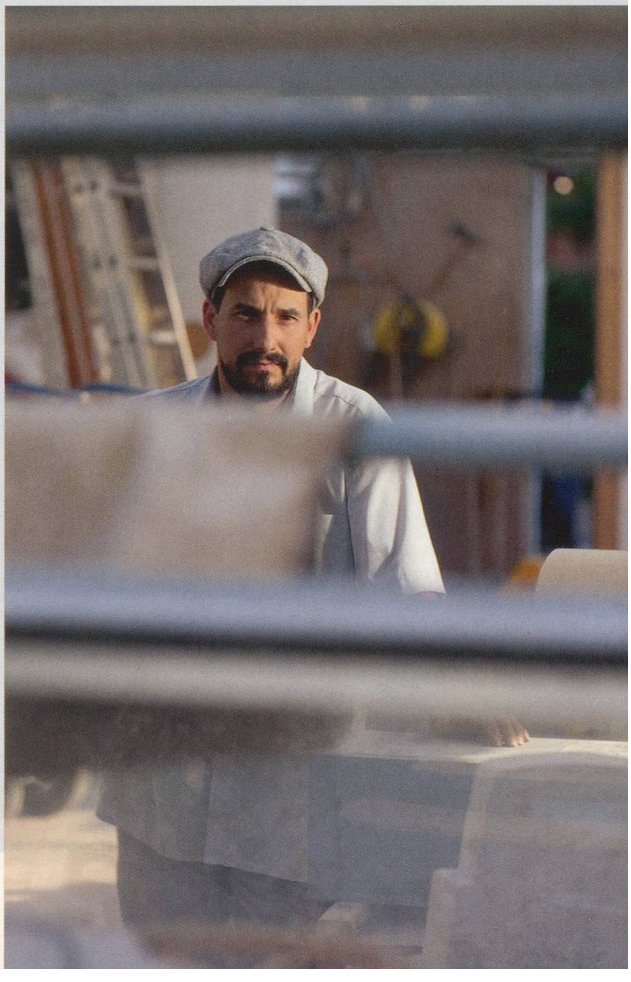
# «Der Zahn der Zeit darf sichtbar sein»

«Bei meiner Arbeit ist der Tod allgegenwärtig», sagt Christopher Hernandez. Bereits in der Steinbildhauer-Lehre wurde er mit ihm konfrontiert, unbekannt war er ihm schon damals nicht: Beim Tod seines Vaters war er 14 Jahre alt gewesen, später starben die Grosseltern, bei denen er teilweise aufgewachsen ist. «Vielleicht habe ich mich dadurch an die Beschäftigung mit dem Tod in gewisser Weise gewöhnt», sagt Christopher Hernandez.

Anderen Menschen geht es anders. «Aha, ja…», lautete manchmal die spürbar distanzierte Antwort, wenn Christopher Hernandez erzählte, der grösste Teil seiner Arbeit als Steinbildhauer bestehe aus der Fertigung von Grabsteinen. Vor zwölf Jahren hat er mit dieser Tätigkeit begonnen, seit 2008 führt er sein eigenes Geschäft in Dietikon.

Geöffnet ist es noch immer, auch wenn sich Christopher Hernandez im letzten Herbst von der Stadt Zürich als Brunnenmeister hat anstellen lassen. Die Aufträge aus der Umgebung, von denen viele über persönliche Kontakte zustande kamen, liefen nicht schlecht, und doch reizte es den Bildhauer, wieder einmal neue berufliche Wege zu beschreiten. Am wenigsten vermisst er das Akquirieren von neuen Aufträgen anhand von Todesanzeigen aus der Region. Denn Menschen anzusprechen, die einen Angehörigen oder nahen Freund verloren haben, kommt einer Gratwanderung gleich. «Die Leute sind sehr verschieden: Manche wollen alles ganz schnell erledigen, andere nehmen sich lange Zeit, um den Grabstein auszusuchen», erzählt Hernandez. In der Regel schickte er nach drei Monaten einen Brief und eine Broschüre mit Beispielen seiner Arbeiten. Unterschiedlich seien auch die Vorstellungen, wie der Grabstein aussehen soll. Im persönlichen Gespräch in seinem Atelier versucht Hernandez, die entsprechenden Fragen zu klären. Während die einen den Stein nach Vorlage der Broschüre wünschen, schätzen andere eine individuelle Beratung. «Ältere Menschen möchten oft einen geschliffenen Stein, auf dem sich möglichst kein Moos ansetzt.» Er selber ist der Ansicht, einem Grabstein dürfe man den Zahn der Zeit durchaus ansehen. Wenn er aber gebeten wird, einen Stein zu putzen, tut er das.

Endlos ist die Zeit ohnehin nicht: Nach 25 Jahren werden die Gräber aufgehoben. Hartgesteine wie Granit oder Gneis holt er zuweilen ab, weichere Steine werden von der Gemeinde geräumt und später teilweise zu Zement weiterverarbeitet. Am meisten zu schaffen macht Christopher Hernandez, wenn junge Menschen sterben oder Menschen, die er persönlich gekannt hat. Im Laufe seiner Tätigkeit fertigte er zwei Grabsteine für Kinder an. Aktuell arbeitet er an einem Grabstein für einen jungen Mann. Die Eltern hatten einen Grabstein von ihm gesehen und aufgrund des Steinmetzzeichens bei der Gemeinde den Kontakt recherchiert. «Das hat mich geehrt», sagt Christopher Hernandez. Doch er gibt auch zu bedenken, dass viele Bildhauer mit ihrem Beruf wieder aufhören oder zumindest ein anderes Standbein benötigen: «Während der Markt für Grabsteine in den 80er- und 90er-Jahren florierte, ist er in den letzten Jahren deutlich am Schrumpfen.» Immer öfter werde statt eines Reihengrabes ein Gemeinschaftsgrab gewählt. Der Grund für diesen Entscheid laute oft: «Ich will niemandem zur Last fallen.» Doch die Verstorbenen würden den Hinterbliebenen damit auch einen Ort der Trauer vorenthalten, meint Hernandez: «Gerade für den Partner ist ein Grab oft ein sehr wichtiger Ort.»



Texte: Daniela Kuhn, Fotos: Daniel Rihs