

Zeitschrift: Infokara : Fachzeitschrift der Schweizerischen Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung

Herausgeber: Schweizerische Gesellschaft für palliative Medizin, Pflege und Begleitung

Band: 7 (2002)

Heft: 4

Artikel: Begegnungen einer anderen Art : Sterbebegleitung durch Freiwillige am Triemlispital

Autor: Troxler, Irene

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1091694>

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: 25.04.2026

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

Niemand soll alleine sterben müssen, wenn er dies nicht ausdrücklich wünscht. Dank dem Einsatz von Freiwilligen kann dieser Grundsatz im Triemlispital auch während der Nacht eingehalten werden. Die freiwilligen Sterbebegleiterinnen und -begleiter erleben ihre Arbeit nicht als belastend, sondern als ausgesprochen spannend und die Begegnung mit den Sterbenden als eine Bereicherung.

Irene Troxler

Begegnungen einer anderen Art

Sterbebegleitung durch Freiwillige am Triemlispital

Die Idee der Sterbebegleitung kam Claude Fuchs, dem Spitalpfarrer des Triemlispirals, in einer Weiterbildung zum Thema Palliativmedizin. An der Abschlussprüfung galt es, ein Projekt zu initiieren und umzusetzen. Fuchs berief am Spital eine interdisziplinäre Arbeitsgruppe ein, in der man überlegte, wie Patientinnen und Patienten mit einem weit fortgeschrittenen, unheilbaren Leiden besser begleitet werden könnten. Die Gruppe einigte sich auf den Grundsatz, dass im Triemlispital niemand alleine sterben müsse, sofern er dies nicht ausdrücklich wünsche. Seit 1995 betreuen Freiwillige die sterbenden und verwirrten Patienten im Spital während der Nacht, wenn keine Angehörigen diese Aufgabe übernehmen.

Vor ihrem ersten Einsatz lernen die Sterbebegleiter in einer Ausbildung, wie man in einer derartigen Situation ein Gespräch führen kann. Besonders wichtig sei es, auf nonverbale Informationen zu achten, sagt Fuchs. «Manchmal ist es entscheidender, mit seiner vollen Aufmerksamkeit da zu sein, als zu sprechen.» In der Ausbildung setzen sich die Freiwilligen auch mit den verschiedenen Phasen des Sterbens auseinander, die von der Verdrängung des Todes über Verweigerung, Wut, Verzweiflung und Angst reichen, bis der Sterbende den Tod schliesslich akzeptiert. Nach Abschluss der Ausbildung verpflichten sich die Freiwilligen für zwei Einsätze pro Monat. Einem Sterbenden begegnen sie auf diese Weise in der Regel nur in einer einzigen Nacht. Zurzeit sind rund 40 Freiwillige im Einsatz, über 80 Pro-

zent davon sind Frauen. Im Rahmen einer Supervision kommt die Gruppe regelmässig zum Erfahrungsaustausch zusammen.

Aussergewöhnliche Begegnungen

Regina Högger macht seit eineinhalb Jahren bei den freiwilligen Nachteinsätzen mit. «Meistens gehe ich am Morgen mit dem Gefühl nach Hause, dass die Begegnung eine grosse Bereicherung war», erzählt sie. Sie hat in den durchwachten Nächten viel über das Sterben erfahren. «Ich spüre, dass diese Menschen an der Schwelle zwischen Erde und Himmel stehen, dass da noch etwas anderes im Raum ist.» Sie erzählt von einem Mann, der kaum mehr etwas gesagt hat, der aber offensichtlich in einem verklärten, erfüllten Zustand war, bevor er starb. «Das war ein sehr tiefes Erlebnis.» Das Thema Sterben begleitet Högger, seitdem sie einer Reihe von Todesfällen in der Verwandtschaft etwas hilflos gegenübergestanden war. Sie erledigte das Notwendige und hatte dabei das Gefühl, etwas nicht richtig gemacht zu haben. Nach dieser Erfahrung wollte sie mehr über das Sterben erfahren. Heute weiss sie, was der Grund für dieses ungutes Gefühl war: eine tiefe Begegnung mit den Sterbenden hatte nicht stattgefunden. «Bei meiner ersten Nachtwache im Triemli kam mir das Bild einer Hebamme in den Sinn», erzählt sie. «Ich mache etwas Vergleichbares, indem ich die Menschen aus dem Leben hinausbegleite.» Der sterbende Mensch sollte in unserer Gesellschaft genauso viel Zeit und Zuwendung erhalten wie das neugeborene Leben, findet sie. «Unsere Sterbebegleitung gibt den Menschen eine Plattform, um ihre Ängste und Aggressionen auszudrücken, damit sie Ruhe finden und in Würde sterben können.»

Mit der eigenen Endlichkeit umgehen

Auch für Norbert Gubser sind die Nächte an den Betten von Sterbenden bereichernd. «Man lernt, mit der eigenen Endlichkeit besser umzugehen», ist seine Erfahrung. Nachdenklich hat ihn das Sterben eines Topmanagers gestimmt, den er im Triemlispital begleitet hat. Dieser erzählte ihm, er habe zahlreiche Bekannte und Freunde, aber kei-

ner von ihnen sei ihn besuchen gekommen. Stattdessen sitze jetzt ein wildfremder Mann an seinem Bett. Er erzählte Gubser von seinen Ängsten und vom schlechten Gewissen, das er seinen Mitarbeitern gegenüber habe. Mit anderen Sterbenden konnte Gubser kaum noch ein Gespräch führen. Trotzdem habe ein intensiver Austausch stattgefunden. Er habe ihnen die Hand gehalten, mit ihnen gesungen oder auch gebetet, wenn sie

dies wünschten. «Mir persönlich bringen diese Einsätze so viel, dass ich wünschte, es würden mehr Menschen mitmachen, vor allem Männer, für die der Tod meist ein noch grösseres Tabu ist als für Frauen», sagt Gubser.

Dieser Artikel ist in der neuen Zürcher Zeitung erschienen 1. November 2002

Hospizpraxis

Ein Leitfaden für Menschen, die Sterbenden helfen wollen

Der Hospizbewegung geht es um etwas, was immer mehr Menschen als dringliche Aufgabe sehen: Tod und Sterben aus der sozialen Isolierung zu befreien. Wann immer es geht, sollen Menschen den wichtigen und oft schweren Lebensabschnitt so verbringen können, wie sie es wünschen: selbstverständliche, liebevolle Unterstützung in vertrauter Umgebung, optimale Linderung von Beschwerden, phantasievolles Nutzen der vorhandenen Fähigkeiten, auch im Sterben nicht im Stich gelassen. Immer mehr Menschen engagieren sich ehrenamtlich und auch beruflich für diese elementare menschliche Aufgabe. Dieses Buch ist aus langjähriger Praxis der Autorinnen in der Weiterbildung von Hospizhelfern erwachsen und orientiert an den immer wieder gestellten Fragen. Es zeigt das Besondere der Hospizidee, zeichnet die Prinzipien der Hospizarbeit und schildert die Möglichkeiten und Aufgabenstellungen der Arbeit. Dazu gehören nicht nur praktische Tips für die Pflege und für soziale Hilfen (Grundpflege, Planung und Organi-

sation der Familienpflege etc.), sondern auch medizinische Informationen (z.B. Schmerztherapie). Einen grossen Raum nimmt die psychische Situation des Umgangs mit Sterbenden und Trauernden ein. Die Autorinnen helfen einfühlsam, die Sprache Sterbender zu verstehen. Auch die Frage nach den noch möglichen Freuden des Lebens gehört in diesem Zusammenhang. Hinweise zu Tod, Bestattung und Testament gehen ebenfalls von den immer wieder auftauchenden Problemen aus. Texte zur Selbstreflexion helfen, die eigene Wahrnehmung zu schärfen und wichtige Verhaltensweisen zu vertiefen. Sie runden diese grundlegende Einführung ab – geschrieben von einem erfahrenen Weiterbildungsteam der deutschen Hospizbewegung.

Die Autorinnen:

Dr. med. Elisabeth Albrecht, Internistin in Regensburg mit Praxis-schwerpunkt Palliativmedizin, langjährige Referententätigkeit für Hospizarbeit/Palliative Care;

Christel Orth, Diplompädagogin für Erwachsenenbildung, Weiterbildungs- und Öffentlichkeitsarbeit im Christopherus-Hospiz-Verein e.V. München;

Heida Schmidt, Hospizbildungsreferentin, bis 1998 beim Christopherus-Hospiz-Verein und anderen Organisationen im Hospizbereich tätig.

HERDER spektrum, Band 5243, ISBN 3-451-05243-1