

Zeitschrift: Visit : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zürich
Band: - (2011)
Heft: 4

Rubrik: Forum

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: 22.01.2026

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

//FORUM



Die letzte Nummer des VISIT zum Thema Abschiednehmen fand grosses Echo. Viele Hefte wurden nachbestellt. Die beiden folgenden persönlichen Beiträge wurden uns zugeschickt.

ABSCHIED

NR. 3/2011

Als ich die Untersuchungsergebnisse des Spitals zwei mir bekannten Ärzten zeigte und sie um ihr ehrliches Urteil bat, bestätigten mir beide, dass meine um elf Jahre jüngere Frau nach menschlichem Ermessen nur noch wenige Monate zu leben hätte. Ich müsste mich auf den Abschied vorbereiten. Dieses Wissen behielt ich vorerst für mich und teilte es erst später meinen beiden Kindern mit.

Nach einer erfolgreich verlaufenen Darmkrebsoperation zeigten sich in der rechten Hüfte ständig zunehmende Schmerzen, die meine Frau immer mehr in der Beweglichkeit behinderten, sodass sie schliesslich bettlägerig wurde und sich kaum mehr bewegen konnte. Anfänglich pflegte ich sie zu Hause, bis ich damit überfordert wurde, zumal gleichzeitig noch ein Umbau in der Wohnung erfolgte und ich mich auch noch um unseren Hund kümmern musste. Meine Frau nahm mir den schweren Entscheid ab, indem sie selber entschied, sie wolle ins Spital, wo sie

ständig Pflege habe. Dort wurde sie wirklich gut gepflegt und betreut. Ich und meine Kinder sowie wenige Freunde, die sie noch sehen wollten, besuchten sie dort regelmässig. Für mich besonders schlimm war, miterleben zu müssen, wie ein vorher aktiver, immer hilfsbereiter und tüchtiger Mensch von der Krankheit nach und nach zerstört wurde, ohne dass man etwas dagegen tun konnte. Sie schrieb sehr gute und spontane Briefe in einer sehr schönen Schrift. Das letzte von ihr Geschriebene war in kaum leserlicher, zittriger Schrift, womit sie auf einem Notizblock eine Anweisung über ihre letzte Ruhestätte gab. Es gab lichte Momente und Zeiten, wo sie nicht ansprechbar war und – auch unter Einfluss von Morphin – fantasierte und wirr redete. Manchmal rief sie auch nach ihrem Vater und ihrer Mutter. Sie kämpfte tapfer bis zuletzt, ohne sich je zu beklagen und ohne jegliche Verbitterung.

Anfänglich waren wir im Lebensstrom im gleichen Boot. Dann aber war ich plötzlich allein im Boot und sie befand sich in einem zweiten, das wohl an meiner Seite in der Strömung trieb. Ich wurde mir be-

wusst, dass ich den Lauf unserer Boote nicht beeinflussen konnte und dass der Fluss sich irgendwann teilen und sie von mir wegtreiben würde.

Wir sprachen eigentlich nie direkt über den Tod. Meine Frau war sich aber bewusst, dass sie sterben werde. Schon eine Bemerkung anlässlich eines Telefongespräches machte es mir klar: «Ich werde nicht mehr nach Hause kommen.» Kurz vor ihrem Tod schrieb ich ihr noch einen Brief, worin ich ihr für alles, was sie in den 43 Ehejahren für uns getan hatte, dankte, auch dafür, dass ich so viele Jahre mit ihr zusammen verbringen durfte. Ich konnte mich besser schriftlich als mündlich ausdrücken und hoffe, dass ich die richtigen Worte gefunden habe. Manchmal befallen mich Zweifel, ob ich alles richtig gemacht habe und sie in der schweren Zeit gut begleitet habe.

Das Spital teilte mir nach einer gewissen Zeit mit, dass sie nicht länger im Spital bleiben könne und in ein Pflegeheim eingewiesen werden müsse. Sie wäre dann vollständig bettlägerig und hilflos gewesen. Der Tod kam dann noch rechtzeitig, nicht als mein Feind, sondern als mein Freund, und bewahrte sie vor diesem Schicksal.

Der Tod ist für mich kein Tabuthema (ich bin 80). Aber mit der Art und Weise, wie manche Menschen diese Erde verlassen müssen, kann ich mich nicht so einfach abfinden. Ich bin bei Exit, damit mir notfalls der Weg des selbstbestimmten Todes offen steht. Heute kann ich nicht sagen, wie ich denken oder handeln werde, wenn ein Entscheid getroffen werden muss.

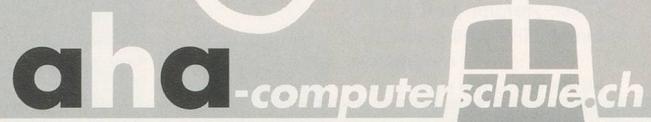
An ihrem Todestag wollte ich mich auf den Weg zu einem Spitalbesuch machen, als mir kurz vorher am Telefon mitgeteilt wurde: «Ihre Frau ist über die Schwelle gegangen.» So kam ich zu spät und wäre in diesem Moment gerne bei ihr gewesen, weiß aber nicht, ob sie meine Anwesenheit vielleicht gespürt hätte.

Ich musste ein Jahr nach dem Tod meiner Frau meinen alten Hund einschläfern lassen. Wir können ja ein Tier nicht um

>>

aha-computerschule
 Holtec GmbH
 Steinberggasse 54
 8400 Winterthur
 Tel. 052 203 41 92
 Fax 052 203 41 93
 info@aha-computerschule.ch
 www.aha-computerschule.ch

Holtec GmbH



aha-computerschule.ch

Computer lernen leicht gemacht!

Möchten Sie schon lange einen Computer bedienen können? Oder verschiedene Informationen aus dem Internet abfragen können?

Wir helfen Ihnen dabei. Bei der aha-computerschule sind Sie genau richtig, denn wir richten uns nach Ihren Bedürfnissen. Grundkenntnisse brauchen Sie keine.

Sie bestimmen, was, wann und wie oft Sie lernen wollen.

Wo: Steinberggasse 54, 2. Stock, 8400 Winterthur

Wann: Montag – Donnerstag 9⁰⁰ - 13⁰⁰ Uhr
 14⁰⁰ - 18⁰⁰ Uhr

Wer: Marc Haefliger,  052 203 41 92, **mobile** 079 463 49 58

Interessiert? Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie einen Termin um unser Angebot unverbindlich auszuprobieren. Wir stehen Ihnen gerne mit Rat und Tat zur Seite. Wir freuen uns auf Sie!



HÔTEL
EUROPE
 ★★★

Woche Hotel Europe

Sonntag bis Donnerstag oder Montag bis Freitag

vom 18. bis 23. Dezember 2011,
 vom 8. bis 27. Januar 2012,
 vom 11. bis 30. März 2012

Pro Person im Doppelzimmer HP, 4 Nächte,
 4 Tages Skiabonnement von
 Val d'Anniviers, Sauna, Jacuzzi, Fitness
Fr. 610.– pro Person

CH-3961 Zinal – Wallis
 Tel. +41 27 475 44 04
 Fax +41 27 475 44 14
 info@europezinal.ch

Sicher ein- und aussteigen!

Wir bauen in Ihre **bestehende(!)**
 Badewanne eine Tür ein.
 Absolut wasserdicht!
 Nur 1 Arbeitstag, kein Schmutz!



Magic Bad



www.magicbad-zuerich.ch
 Auskunft und Beratung **076 424 40 60**

//FORUM

>>

seine Meinung fragen, sondern müssen selber entscheiden. Aber es ging ihm so schlecht, dass ich entschied, ihn zu erlösen, was auf eine sanfte, schnelle und friedliche Art erfolgte. Warum dürfen wir nicht auf diese Art sterben? Ich weiss, es gibt dazu viele Ansichten, Fragen und Probleme, auf die ich aber hier nicht eingehen kann.

HEINRICH TANNER, OBERRIEDE

MUTTERLIEBE – TOCHTERLIEBE

NR. 3/2011

Auf dem Nachttisch der Mutter stand ein Wecker mit digitaler Anzeige. Geräuschlos lief er, ans Stromnetz angeschlossen. Schon an Weihnachten hatte die Mutter beiläufig erwähnt, er läute aus unerklärlichen Gründen jeweils um Mitternacht. Darum zog sie den Stecker jeden Abend vor dem Einschlafen heraus und stellte den Wecker jeden Morgen neu ein. Die Tochter, die digitale Uhren hasst, verschwendete keinen Gedanken an das Phänomen.

Dann rief die Mutter die Tochter ans Sterbebett. So schnell stirbt es sich mit neunzig aber nicht, auch wenn man plötzlich ans Bett gefesselt ist. Also erhielt die Tochter abends die Anweisung, die Stromzufuhr des Weckers zu unterbrechen. Nach dem zweiten Mal fand diese das doch unpraktisch und sah sich das vertrackte Ding an: Der Schalter für den Weckmechanismus stand auf «on», die Weckzeit auf 24 Uhr. Aha!

Gegen zehn Uhr nachts ruft es aus dem Schlafzimmer: «Zieh doch mal bitte den Stecker des Weckers raus.» «Aber Mami, ich habe ihn doch abgestellt.» «Aber du hast die Betriebsanleitung ja gar nicht.» «Das ist nicht nötig. Der Schalter stand auf «on». Ich habe ihn auf «off» geschoben.» «Bist du ganz sicher, dass du das richtig hingekriegt hast?» «Ja, Mami, ganz sicher.» «Ach, Kind, zieh doch lieber den

Stecker raus. Mir macht es ja nichts, wenn der Wecker um Mitternacht klingelt. Aber der Gedanke ist mir schrecklich, dass er dich wecken könnte.»

Nebenan liegt die Mutter im Sterben. Sie isst nicht mehr, und das Wasser muss ihr die Tochter löffelweise einflössen. Die Tochter aber hat ihren gesunden Appetit nicht verloren. Sie kocht sich wenigstens einmal im Tag etwas Leckeres.

Bis vor Kurzem hatte sie die Mutter hin und wieder bekocht. Das war kein Problem, denn sie brachte auch das Olivenöl und die Gewürze von zu Hause mit und wirkte, als sei es in den eigenen vier Wänden. Die Mutter war immer entsetzt, wie die Küche danach aussah: der Herd verspritzt und die vielen schmutzigen Schüsseln und Töpfe und Pfannen! Und das alles für zwei Personen. Die Mutter genoss das Essen, und die Tochter räumte alles wieder auf. Doch nach dem Aufwasch kam die Krise. Glänzte der Chromstahl wirklich so wie am Tag des Einzugs in die Wohnung vor 34 Jahren? Stand alles am richtigen Platz? Das Spülmittel nicht auf dem Spültisch, sondern zwei Schritte entfernt? Das Salzfass versteckt hinter Mehl und Zucker? Das Brotbrett beinahe unerreichbar hoch oben im Schrank?

Jetzt war alles anders. Welche Lust, die mütterliche Küche zum eigenen Territorium zu machen. Niemals mehr würde die Mutter das Schlachtfeld inspizieren.

Nach acht Tagen war die Mutter tot. Der Wecker zeigte ein Uhr dreissig an, als sie ihren letzten Atemzug tat. Im Spülbecken bildeten sich die ersten Kalkflecken.

Y. LENZLINGER, ZÜRICH, 1996

//NETZWERK

Senioren-Forum
Zürcher Oberland

Unser Angebot:

Weiterbildungskurse, Veranstaltungen und Vorträge zu Themen rund ums Älterwerden

- Sprachkurse: Englisch und Italienisch
- Kommunikation: Computerkurse
- Kultur und Kunst: Kunstkurse, Autoren-Lesungen, Museumsbesuche und Exkursionen
- Freizeitgestaltung und Gesundheitserhaltung: Gedächtnistraining, Mal- und Spielkurse

Wichtig sind neben der Wissensvermittlung der Gedankenaustausch und die Begegnungen.

Veranstaltungsort: Wetzikon

KONTAKTADRESSE

Senioren-Forum Zürcher Oberland,
Ruth Manser, Lindenstrasse 7,
8623 Wetzikon, Tel. 044 930 54 78
ruge.manser@bluewin.ch
www.senioren-forum-zo.ch

Seniorennetz Uster

Wir orientieren uns an den Bedürfnissen der über 60-Jährigen, nutzen und fördern das Wissen und die Erfahrungen älterer Menschen.

Wir organisieren Bildungs-, Sport- und Kulturangebote, vermitteln Informationen und Dienstleistungen.

Wir unterstützen die Kontakt- und Teilnahme am gesellschaftlichen Leben.

Wir sind ein gemeinnütziger Verein und laden Sie herzlich zum Mitmachen ein.

KONTAKTADRESSE

Seniorennetz Uster
Amtsstrasse 3, 8610 Uster
Tel. 044 940 24 77
seniorennetz-uster@bluewin.ch
www.seniorennetz-uster.ch