

Betreuung während der letzten Stunden im Leben eines Menschen : wenn der Tod naht - der Sterbevorgang

Autor(en): **Roth, Hans Peter**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Curaviva : Fachzeitschrift**

Band (Jahr): **75 (2004)**

Heft 5

PDF erstellt am: **26.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-804424>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Betreuung während der letzten Stunden im Leben eines Menschen

Wenn der Tod naht – der Sterbevorgang

■ Hans Peter Roth

Ist Sterben als würdevoller Abschluss des Lebens eine Illusion? Wenn der Tod nicht akut und unerwartet eintritt, kann das von den meisten Menschen gefürchtete Sterben gestaltet werden. Gelingt der Übergang, verliert der Tod an Schrecken – auch für die begleitenden Menschen.

Unheilbare Erkrankungen mit ihrem Prozess des unausweichlich nahenden, und damit voraussehbaren Todes bieten die Möglichkeit, den Sterbeprozess würdevoll zu gestalten. Die Krankheit tritt dann in den Hintergrund. Die Einmaligkeit des zu Ende gehenden Lebens wird bewusst. Als Voraussetzung dazu bezeichnet der «Leitfaden Palliativmedizin» (Urban & Fischer Verlag, München), dass die Betreuer den nahenden Tod rechtzeitig wahrnehmen und die Unterstützung von Sterbenden und Angehörigen darauf einstellen.

Die psychischen Reaktionen auf die Konfrontation mit dem eigenen Sterben sind ganz unterschiedlich. Sie reichen vom Verleugnen («ich bin doch gesund») über Aggressivität (Vorwürfe an Ärzte und Pflegenden), «Verhandeln» («ich gehe jetzt jeden Sonntag in die Kirche») und Depression (Weinen, Gesprächsverweigerung – «das hat doch alles keinen Sinn») bis hin zur Annahme des nahen, unausweichlichen Todes: «Ich habe ein gutes Leben gehabt.» Selbst bei komatösen Patienten ist in solchen Fällen eine buchstab-

Trauerbegleitung ist ein wichtiger Bestandteil der Palliativmedizin.
Foto: Robert Hansen

lich gelöste, friedliche Atmosphäre und Entspannung spürbar.

Die letzten Tage und Stunden

Körperlich sind die letzten Tage vor dem Tod geprägt von zunehmender Schwäche und vermehrtem Schlafbedürfnis. Symptome wie Angst, Schmerzen, Atemnot, Verwirrtheit, Unruhe oder Delirium können (erneut) auftreten. Ein plötzlicher Eintritt des Todes ist bei Tumorkrankheiten laut dem «Leitfaden Palliativmedizin» die Ausnahme. Etwa ein bis zwei Tage vor dem Tod kommt es oft zu einer deutlichen Veränderung. Die letzten Stunden kündigen sich an.

Die meisten Schwerverkranken sind bis wenige Stunden vor ihrem Tod ansprechbar. Es gibt auch Sterbende, die bis zuletzt bewusstseinsklar bleiben. Bei drei Vierteln der Sterbenden besteht erst etwa 48 Stunden vor dem Tod eine Bewusstlosigkeit, bei über 90 Prozent in der letzten Stunde. Den grössten Einfluss auf die letzten Stunden hat aber die Betreuung davor. Die Betreuung Sterbender wird erleichtert, wenn allen Betreuenden klar ist, auf welche medizinischen Komplikationen sie sich einstellen müssen. Häufig fragen auch Angehörige und andere Betroffene nach dem,



was noch alles auf sie zukommt, heisst es im «Leitfaden Palliativmedizin»: «Jede Krankheit weist zwar ihre eigene Dynamik auf. Es lassen sich aber je nach hauptsächlich betroffenem Organ typische Abläufe erkennen.»

Der Vorgang des Sterbens*

- Zu schwach zum Sprechen, Fixieren mit den Augen, Schlucken
- Eventuell unruhig, fahrig (ständiges Zupfen am Bettzeug, Abdecken), verwirrt, benommen
- Bewusstlosigkeit (fluktierend), wechselnd in der Tiefe (Hörmögen bleibt lange erhalten!)

- Schwächerwerden des Kreislaufs, kalte Extremitäten, blasse und marmorierete Haut
- Inkontinenz oder Harnverhalt; Versiegen der Nierenfunktion
- Versagen des Hustenreflexes, Rasselatmung
- Veränderung des Atemmusters; schnellere, tiefe Atmung oder unregelmässige, langsamere Atmung, Schnappatmung

- Atem- und Kreislaufstillstand (klinischer Tod)
- Starre Pupillen, Ausfall des zentralen Nervensystems (biologischer Tod)
- Absterben der einzelnen Zellen
- Muskelzuckungen, «Schnappatmung», Absetzen von Stuhl (Darmrelaxation) bis ca. 30 Minuten nach dem biologischen Tod
- Totenflecken, Totenstarre (so genannt sichere Todeszeichen) ab ca. zwei Stunden nach Eintritt des Todes.

Jeder stirbt einen individuellen Tod, der geprägt ist von der jeweiligen

Persönlichkeit. Das bedeutet auch bei bester Betreuung, dass Menschen in Unfrieden sterben können, wenn sie ihr Leben in Unfrieden gelebt haben, betont der «Leitfaden Palliativmedizin». Gerade bei ungelösten psychischen Problemen stehe man als Betreuer berechtigterweise oft hilflos daneben: «Dies zu erkennen, sich gegenseitig zu unterstützen und gemeinsam die Situation auszuhalten, zeichnet ein gutes Betreuungsteam aus.»

Nach dem Tod

Auch wenn der Tod eines nahen Angehörigen sich lange vorher schon abzeichnet hat, sind die meisten Menschen unmittelbar danach in einer Art Schockzustand. Viele erleben zum ersten Mal den Tod einer nahe stehenden Person. Sie wissen nicht, was sie jetzt tun sollen. Palliativmedizin bedeutet auch, die Angehörigen über den Tod hinaus zu begleiten. Neben hilfreichen Ritualen unmittelbar nach dem Tod benötigen viele Hilfe bei der Bewältigung der nächsten Tage. Eine einfache Geste der Fürsorge nach dem Tod ist beispielsweise, eine Tasse Kaffee anzubieten. Wenn erwünscht, kann ein ausführliches, ruhiges Gespräch folgen. Ein Handzettel mit den wichtigsten Inhalten und Informationen als Merkhilfe kann sinnvoll sein, da in einer solchen Ausnahme-situation oft nicht alles gehört oder verstanden wird. Hilfreich kann auch sein, der Familie anzubieten, einen Tag später oder gegebenenfalls auch nach längerer Zeit nochmals zu kommen, um offene Fragen zu klären. Allenfalls ist auch zu besprechen, ob eine Aufbahrung zu Hause gewünscht wird.

Trauer und Trauerbegleitung

Trauerbegleitung ist ein wichtiger Bestandteil der Palliativmedizin. Trauernde werden von Familie und Freunden oft bis zur Beerdigung und vielleicht noch einige Wochen darüber

Palliativmedizin

Palliativmedizin ist die Kombination aus spezialisiertem, medizinischem Wissen, das sich die neuesten Erkenntnisse der Schmerztherapie und Symptomkontrolle zu Nutzen macht, und der inneren Haltung, dass Sterben ein Teil des Lebens ist und dass jeder Mensch besonders in dieser letzten Lebensphase als Individuum geachtet und begleitet werden muss. (Gemäss Definition «Leitfaden Palliativmedizin».) (hpr)

hinaus begleitet. In vielen Fällen lässt die Unterstützung aber dann nach, weil Angehörige und Freunde meinen, dass die Trauer endlich vorüber sein müsse. Das ist in der Regel nicht der Fall und Trauernde nehmen oft dankbar Hilfe und Unterstützung von aussen an. Die Trauer ist gemäss Definition des «Leitfadens Palliativmedizin» der «Ausdruck eines Verlustes (z.B. eines Menschen oder eines geliebten Objektes), mit der Folge unterschiedlichster Gefühle und Verhaltensweisen. Trauer kann ein Entwicklungs- und Lernprozess sein, eine Krise, durch die der Trauernde langsam und schmerzhaft hindurch muss, ein Weg, den er selbst gehen muss und den niemand für ihn gehen kann (Trauerarbeit)». Trauer an sich sei sicher keine Krankheit, heisst es im Leitfaden weiter. Im Einzelfall könne sie aber einen komplizierten Verlauf nehmen, so dass therapeutische Hilfe notwendig sein könne, um einen nötigen Trauerweg zu ermöglichen und zu stabilisieren. Zusammenfassend betont der «Leitfaden Palliativmedizin» die Wichtigkeit der Begleitung Angehöriger in der Krankheits- und Sterbephase eines Menschen: «Frühzeitige Begleitung kann einen vermeintlich schwierigen Trauerprozess auf einem normalen Weg halten.» ■

*Quelle: «Leitfaden Palliativmedizin», Urban & Fischer Verlag, München, 2000.