



Hospizverein Werdenfels e.V.

Rundbrief Nr. 26 - Juli 2009

Hospizbüro: Dompfaffstr. 1, 82467 Garmisch-Partenkirchen

Tel. 08821/ 966 511 (Do. 14.30 - 17.00 Uhr) – Eva Kerschl

www.hospizverein-werdenfels.de - post@hospizverein-werdenfels.de

Konto-Nr. 47654, Kreissparkasse GAP/ BLZ 703 500 00

Einsatzleitung: Christine Saller/ Helga Schraml Tel. 0175/ 5 67 46 46

1. Vorsitzender: Matthias Kratz/ 2. Vorsitzende: Pfr.in Barbara Knauß-Schmitt

Liebe Mitglieder des Hospizvereins,

nach den vielen Regentagen, die uns dieses Jahr schon beschert hat, ist die Sehnsucht nach Sonnentagen besonders groß. Viele zieht es deshalb in den Urlaubstagen ans Meer, um Sonne, Strand und Wellen genießen zu können. Wer dafür nicht an die Sandstrände des Mittelmeers fährt, sondern an die oft viel rauere und wildere Küste des Atlantiks, der erlebt hier viel deutlicher, dass das Meer auch eine andere, eine dunkle, bedrohliche Seite hat. An stürmischen Tagen am Atlantik, wenn die Brandung meterhoch gegen die Felsen donnert, nimmt man das Meer nicht mehr nur als Ort der Erholung wahr, sondern fühlt deutlich die Gefahr, die darin liegt. Wie viele Menschenleben die See schon gefordert hat, steht einem da auch als Tourist vor Augen und man spürt die Nähe des Todes. Eine Erfahrung, die die Freude am Urlaub aber nicht wegnimmt, im Gegenteil: Es macht sie intensiver, gibt ihr mehr Tiefe, Demut und Dankbarkeit wachsen. Vielleicht erleben sie Ähnliches in Ihrem Urlaub, auf jeden Fall wünschen wir Ihnen gute Erholung und wohlbehaltene Rückkehr!

Starkes Hospizteam

Die jährlichen Vereinbarungsgespräche zwischen HospizhelferInnen, Vorstand und den Einsatzleitungen geben immer einen guten Rückblick auf das vergangene (Einsatz-) Jahr. Diesmal fiel uns besonders auf, dass viele angaben, die Hospizarbeit sei ein wichtiger, für sie selbstverständlich dazugehöriger Bestandteil ihres Lebens geworden. Und so stehen derzeit 31 aktive, einsatzbereite HospizhelferInnen zur Verfügung (nach wie vor ein treuer Mann darunter). Zum Erhalt einer engagierten Mitarbeit gehört für uns auch die Entscheidungsfreiheit zu einer bewusst genommenen Auszeit oder auch die Beendigung der Tätigkeit, weil man sich anderen Dingen zuwenden möchte. In diesem Jahr verabschiedeten sich aus der Vereinsmitarbeit: Barbara Buchenberger, Andrea Gast und Birgitt Viessmann. Ihnen allen nochmals ein herzliches Dankeschön und alles Gute! Nach einer Auszeit wieder aktiv dabei ist Elke Wimmer – ihr ein herzliches Willkommen.

HospizhelferIn werden?

Die Erfahrung in der Vergangenheit zeigt, dass stets rechtzeitig eine neue Ausbildung angeboten werden muss. Zum einen, weil wir nie genau wissen, wie stabil die Anzahl der Mitarbeiter bleibt. Zum

Barbara Knauß-Schmitt Matthias Kratz

anderen dauert es halt seine Zeit, bis neue Mitarbeiter einsatzbereit geschult sind. Da wir zudem einige Anfragen hierzu haben, ist jetzt ein Orientierungsseminar geplant. Start ist am 01. Oktober 2009. Anmeldungen hierzu sind jederzeit möglich.

Informationen bei der Einsatzleitung,
Tel. Nr. 0175 567 4646 oder im Büro

*Ich glaube, das größte Geschenk,
das ich von jemandem bekommen kann ist,
dass er mich sieht,
mir zuhört,
mich versteht und
mich berührt.
Das größte Geschenk,
das ich einem anderen
Menschen machen kann ist,
ihn zu sehen,
ihm zuzuhören,
ihn zu verstehen und
ihn zu berühren.
Wenn das gelingt,
habe ich das Gefühl,
dass wir uns wirklich
begegnet sind.
Virginia Satir*

Was hält mich wenn ich hilflos bin?

Kürzlich erlebte ich eine Gesprächsrunde zum Thema: Was tun, wenn wir uns hilflos fühlen. Der Gedankenaustausch dazu hat mich sehr berührt.

Wohl jedem fallen bei dieser Frage Bilder, Erinnerungen, Situationen ein, in denen man sich hilflos gefühlt hat – privat wie beruflich. Was macht mich hilflos? Zum Beispiel, wenn ich das Gefühl habe, nicht verstanden zu werden oder mit meinem Bemühen um Etwas oder für Jemanden nichts erreichen oder verändern zu können. Wie äußert sich diese Hilflosigkeit? Ich habe keine Idee mehr, was helfen könnte, mir fehlt das nötige Handwerkszeug, um die Situation zu

verbessern, ich bin sprachlos. Ich finde keinen Anfang oder keinen Ausweg. Ich fühle mich vielleicht ohnmächtig, habe Angst, das Falsche zu tun. In unserem Dienst treffen wir immer wieder auf Menschen, die sich hilflos, haltlos, erschöpft fühlen. Hier wollen wir Unterstützung anbieten. Bei aller Schulung, Aus- und Weiterbildung können aber auch (professionelle) Helfer, die Schwerstkranken und Sterbenden Hilfe und Begleitung anbieten, ein um das andere Mal selbst in dieses Gefühl der Hilflosigkeit geraten. Was dann tun? Rückblickend, aber auch gerade in letzter Zeit wieder, konnte ich entdecken, was mich in einer solchen Situation stützt. Zum einen, mir bewusst zu machen, dass es so sein darf. Ich muss nicht auf alles eine fertige Antwort und Lösung haben. Meine Erfahrungen, gerade auch in der Hospizarbeit, haben mich gelehrt, dass es in Hilflosigkeit und Leid immer wieder um das Aushalten geht. Sich bereit zu finden, die gefühlte Hilflosigkeit auf meiner Seite wie auf der des anderen einfach miteinander auszuhalten und zu teilen. Dies kann aus der passiven Haltung wieder in eine aktive führen. Das wiederum heißt, ich frage nicht mehr, ich suche nicht mehr, ich bin einfach da – von Mensch zu Mensch, miteinander. Wohltuend ist hierfür immer wieder das Gespräch mit Menschen, die mit der gleichen Grundhaltung die zwischenmenschlichen Beziehungen sehen und erleben. Darüberhinaus habe ich das gute Gefühl, in dieser Welt und in meinem Leben gehalten zu sein von etwas Großem, Ganzen. Die Gewissheit, dass nichts in meinem Leben Zufall ist, sondern eine Fügung, deren Sinn ich vielleicht erst viel später erkennen kann, macht mir immer wieder Mut. Und sie lässt mich hoffen, dass aus meiner

Hilflosigkeit stets auch wieder neue Kräfte wachsen können, für mich und für den Anderen.

(Christine Saller)

*Wer einen anderen begleitet und ihm
zuhört
wird bisweilen,
von seinem Gegenüber unbemerkt,
selbst zum Wesentlichen geführt.*

Frere Roger Schutz

Buchtipp:

„Das Zimmer“ von Helen Garner

Berliner Verlag

ISBN 978-3-9270-0883-6

Für drei Wochen will Nicola bei ihrer Freundin Helen in Melbourne wohnen, um sich einer alternativen Krebstherapie zu unterziehen. Helen bereitet alles vor und ist sich dabei nicht bewusst, was es bedeutet, einen sterbenden Menschen zu begleiten. Es wird hier wunderbar beschrieben, wie sich eine totkranke Frau freiwillig barbarischen Bedingungen einer obskuren Therapie unterzieht, wie wundergläubig sie ist und wie hilflos ihre Freundin auf all dies reagiert. Mit klarer Sprache wird hier eine schwere Situation eines Lebens erzählt, das nicht menschlicher sein kann.

Ein sehr bewegender, tröstlicher, auf wunderbare Weise heiterer und verständlicher Roman.

(Traudi Sontheim)

Demenz – ein Thema für den Hospizverein?

In Deutschland leiden etwa 1,2 Millionen Menschen an einer Demenz. Die demographische Entwicklung unserer Gesellschaft lässt in den nächsten Jahren und Jahrzehnten ein deutliches Anwachsen der Zahl

demenzkranker Patienten erwarten. Das Risiko, eine Demenz zu entwickeln steigt mit dem Alter. Zwischen dem 65igsten und 70igsten Lebensjahr ist etwa jeder 20igste Mensch demenzkrank. Jeder Dritte der Altersgruppe zwischen 80 und 90 Jahren ist von einer Demenz betroffen. Im Jahr 2030 werden voraussichtlich 2,5 Millionen Demenz-Patienten zu versorgen sein.

Der Begriff Demenz beschreibt einen Komplex von Symptomen, die durch ganz unterschiedliche Erkrankungen des zentralen Nervensystems verursacht werden können. Bei allen Formen der Demenz sind wichtige Hirnfunktionen gestört. Die Patienten haben Probleme mit dem Gedächtnis, mit dem Denken, mit der Urteilsfähigkeit, mit dem Verständnis, mit der Orientierung und mit der Sprache. Meist gehen diese Gehirnleistungsstörungen auch mit einer Verschlechterung der Regulation der Gefühle, mit einer Veränderung des sozialen Verhaltens und mit einer Änderung des Antriebs einher.

Die häufigsten Formen der Demenz sind die Alzheimer-Erkrankung (50%), die reine vaskuläre Demenz (15%), deren Ursache Durchblutungsstörungen sind, sowie gemischte Formen aus Alzheimer- und vaskulärer Demenz (15%). Tritt die Symptomatik im Alter von über 65 Jahren auf, spricht man von einer Altersdemenz.

Viele andere Erkrankungen des Nervensystems, wie beispielsweise der Morbus Parkinson, chronischer Alkoholmissbrauch, Infektionen des zentralen Nervensystems oder Hirntumore können durch die krankheitsbedingten Veränderungen des Gehirns zu einer Demenz führen.

Der Begriff Demenz beschreibt ganz Unterschiedliches. Ausmaß der Gehirnfunktionsstörungen und Verlauf der dementiellen Entwicklung hängen von der zugrunde liegenden Erkrankung ab. Eine Alzheimerdemenz führt nach Diagnosestellung innerhalb von sechs bis neun Jahren zum Tod.

Es kommt nur selten vor, dass eine Demenz alleine besteht. Meist leiden diese Patienten an einer Vielzahl von letztlich unheilbaren gesundheitlichen Störungen. Ferner sind sie oft hoch betagt. Eine Heilung der chronisch verlaufenden Erkrankungen dieser Patienten ist oft nicht mehr möglich, ihre Lebenserwartung ist begrenzt. Im Vordergrund steht die Erhaltung

der Lebensqualität. Monique Weissenberger-Leduc schreibt in ihrem 2009 erschienenen Buch über Palliativpflege bei Demenz: "Ja, Personen mit Demenz sind palliativbedürftig."

Braucht deshalb auch jeder Demenzpatient Hospizbegleitung? Das wäre sicher nicht sinnvoll und auch gar nicht leistbar, aber schon die Häufigkeit, mit der dementielle Erkrankungen auftreten, hat zur Folge, dass Hospiz-helferinnen und -helfer immer wieder auch Demenzpatienten begleiten. Dabei begegnen sie Menschen, die sich sprachlich nicht mehr ausdrücken können, die Gesprochenes oder Geschriebenes nicht mehr verstehen und die in ihrem sozialen Verhalten sowie in ihrem Antrieb verändert sein können. Dies stellt eine besondere Herausforderung dar und verlangt eine gute Ausbildung und Schulungen.

Wenn Demenzkranke schon über lange Zeit von Familienangehörigen zu Hause versorgt und gepflegt werden, besteht eine ganz besondere Beziehung, die durch das Sterben zu Ende geht. Der Prozess des Abschiednehmens vollzieht sich dabei oft einseitig. Die eigentlich so hilfreiche, offene und vertrauensvolle Auseinandersetzung mit dem Sterben ist im Austausch mit dem Patienten nicht möglich. Partner von verstorbenen Demenzkranken trauern oft länger. Hospizhelferinnen und -helfer können für die Familienangehörigen von Demenzpatienten eine wertvolle und entlastende Unterstützung auch über den Tod hinaus anbieten.

Die Etikettierung mit dem Begriff Demenz führt in vielen Bereichen dazu, dass Betroffene nicht mehr in gleichem Maße an Versorgungsangeboten oder Einrichtungen der Gesellschaft teilhaben können wie nicht demente Menschen.

Familienangehörige treffen im öffentlichen Leben oder im Gesundheitssystem immer wieder auf eine Haltung, die dadurch gekennzeichnet ist, dass man sich beim Dementen eigentlich gar nicht mehr so viel Gedanken machen muss.

Das Gegenteil ist der Fall. Die Versorgung von hilfebedürftigen älteren Menschen ist eine der großen Herausforderungen unserer Gesellschaft.

Die Menschlichkeit unseres Sozialstaates wird sich künftig vor allem auch am Umgang mit Demenzkranken messen lassen müssen. Hier ist auch der Hospizverein gefordert. Der Hospizgedanke beinhaltet ja gerade die Absicht, Menschen zu helfen, ihr Leben bis zum letzten Moment lebenswert zu gestalten und dabei im

Umgang mit Krankheit, Sterben, Tod und Trauer Unterstützung anzubieten. Genau diese Hilfe brauchen viele Menschen mit Demenz.

So, wie durch die Hospizbewegung der Umgang mit Sterbenden deutlich verändert werden konnte und schließlich die Palliativmedizin entstanden ist, so kann und sollte die Hospizbewegung auch notwendigen Einfluss, auf den Umgang mit Demenzkranken in unserer Gesellschaft nehmen. (Dr. Matthias Glück)

Veranstaltungsreihe zum Thema „Menschen mit Demenz“

Bereits jetzt weisen wir auf eine Veranstaltungsreihe im Herbst hin. Ab 06. Oktober sind sechs Abende dem Thema „Menschen mit Demenz“ gewidmet. Hier sollen sowohl Betroffene als auch die interessierte Öffentlichkeit angesprochen werden. Referenten informieren und regen zum Gedankenaustausch an. Dazu sollen auch konkrete Hilfsangebote dargestellt werden. In Kürze wird ein Flyer über die Themen und Inhalte informieren.

Gedanken der Hospizhelferin Gabi Daisenberger beim Heimweg von einer Nachtwache:

*Hospiz
gemeinsam leben
beten schweigen aushalten
eine Brücke sein
zum
Licht.*

verantwortlich für diesen Rundbrief:
Barbara Knauß-Schmitt, Matthias Kratz,
Heidi Lichtenwald, Christine Saller,
Gertraud Sontheim