



Betagtenzentren Emmen AG
Alp | Emmenfeld

PALLIATIVE BEGLEITUNG

INFORMATIONEN FÜR
ANGEHÖRIGE

Liebe Angehörige

Wie das Leben, ist auch das Sterben ein individueller Prozess. Auch wenn der Tod zu jedem Leben gehört, ist das nahende Lebensende eines geliebten Menschen mit Ängsten, Unsicherheiten und Fragen verbunden.

Die vorliegende Broschüre fasst die wichtigsten Veränderungen am Ende des Lebens für Sie zusammen. Als Angehörige sind Sie während dieser Zeit mit schwer annehmbaren Situationen konfrontiert. Die Pflegefachpersonen oder der zuständige Arzt nehmen sich auf Wunsch gerne persönlich Zeit für Ihre Anliegen. Zudem steht Ihnen je nach Bedürfnis unterstützend ein Seelsorgeteam zur Seite.

Die Betagtenzentren Emmen AG (BZE AG) orientiert sich an den aktuellen Grundsätzen der palliativen Pflege. Die Lebensqualität soll bis zum Tod erhalten oder verbessert werden. Denn auch wenn eine Heilung nicht mehr möglich ist, kann noch viel zu einer guten Lebensqualität beigetragen werden.

Fühlen Sie sich «bestens aufgehoben zu jeder Zeit».



Sabine Felber

Stv. CEO/Leiterin Bereich Pflege und Betreuung



Was ist Palliative Care?

Palliative Care ist ein Ansatz zur Verbesserung der Lebensqualität von Patienten und ihren Familien, die mit Problemen einer lebensbedrohlichen Erkrankung einhergehen – durch Vorbeugen und Lindern von Leiden, durch frühzeitiges Erkennen, exakter Beurteilung und Behandlung von Schmerzen sowie anderen belastenden Beschwerden körperlicher, psychosozialer und spiritueller Art.

Palliative Care:

- sorgt für Linderung von Schmerzen und anderen quälenden Symptomen
- bejaht das Leben und betrachtet das Sterben als einen normalen Prozess
- beabsichtigt weder den Tod zu beschleunigen noch ihn hinauszuzögern
- integriert die psychologischen und spirituellen Aspekte der Betreuung
- bietet Unterstützungsmöglichkeiten für Patienten an, damit sie ihr Leben bis zum Tod so aktiv wie möglich gestalten können
- bietet Unterstützungsmöglichkeiten an für Angehörige im Umgang mit der Krankheit und der Bewältigung des schmerzlichen Verlusts des Patienten
- widmet sich den Bedürfnissen der Patienten und deren Familienangehörigen, einschliesslich einer Therapie zur Aufarbeitung des Verlusts, falls notwendig
- versucht die Lebensqualität zu verbessern und den Krankheitsverlauf positiv zu beeinflussen
- kann schon früh im Krankheitsverlauf zum Einsatz kommen, wenn in Verbindung mit anderen Therapien eine Lebensverlängerung angestrebt wird, z.B. bei Chemo- oder Strahlentherapie, und verfügt über die notwendigen diagnostischen Strategien zur effizienteren Einschätzung und Behandlung von belastenden klinischen Komplikationen.

(WHO 2002)

KÖRPERLICHE VERÄNDERUNGEN

Gewandeltes Bedürfnis nach Nahrung und Flüssigkeit

Jeder Mensch durchlebt einen individuellen Sterbeprozess. Dennoch gibt es körperliche, mentale und psychische Veränderungen, die auf das nahende Lebensende hindeuten.

Nachlassendes Interesse an Essen und Trinken sind Teil des natürlichen Sterbeprozesses. Den Wunsch nach Nahrungs- und Flüssigkeitszufuhr erfüllen die Pflegenden, solange eine Person noch schlucken kann. Eine künstliche Flüssigkeitszufuhr wird nur dann erwogen, wenn diese für den Sterbenden/die Sterbende sinnvoll ist und den Körper nicht belastet.

Das Durstgefühl am Lebensende ist unabhängig von der Flüssigkeitsmenge. Es entsteht aufgrund der Trockenheit der Mundschleimhäute. Die Verhinderung und Behandlung der Mundtrockenheit geschieht durch ein regelmässiges Befeuchten der Mundschleimhaut. So wird dem Durstgefühl aktiv entgegengewirkt. Das Lieblingsgetränk, Wasser, Butter oder Olivenöl, welches die Zunge geschmeidig hält, hilft hier.

Falls Sie als Angehörige während Ihrem Besuch die Mundpflege übernehmen möchten, leiten Sie die Pflegenden sehr gerne an.

Veränderte Atmung

Am Lebensende benötigt der Mensch aufgrund der eingeschränkten Körperfunktionen nur noch wenig Sauerstoff. Vereinzelt kann es sogar sein, dass Sterbende leichter atmen als zuvor.

Atembeschwerden verursachen oft Angst vor dem Ersticken. Diese Angst kann die Atemnot verstärken. Entsprechende Medikamente können dies verhindern. Die Gewissheit, eine vertraute Person in der Nähe zu spüren, kann für Sterbende nicht nur beruhigend wirken, sondern die Atmung auch positiv beeinflussen. In den letzten Lebenstagen oder -stunden können rasselnde Atemgeräusche entstehen. Diese werden von der betroffenen Person nicht wahrgenommen. Dem Geräusch kann durch entsprechende Medikamente oder durch einen Lagewechsel entgegengewirkt werden.

Mangelnde Bewegung

Es ist meist eine Wohltat, wenn Pflegende die sterbende Person regelmässig und vorsichtig bewegen. Dem/der Sterbenden fehlt oft die Kraft für selbständige Bewegungen und/oder Lageveränderung. Mit der regelmässigen Veränderung der Lage wird schmerzhaftes Wundliegen vermieden. Falls Sie möchten, dürfen Sie die Pflegenden dabei sehr gerne unterstützen.

Weitere mögliche Veränderungen

Zum Lebensende verändert sich die Körpertemperatur. Aufgrund der geringen Durchblutung können Arme und Beine kälter, blass oder bläulich werden. Übermässiges Schwitzen oder/und ein unregelmässiger und schwacher Puls können weitere Anzeichen für das nahende Ende sein.

VERÄNDERUNGEN DES BEWUSSTSEINS

Veränderte Orientierung

Ein sterbender Mensch kann sehr müde und kaum aufweckbar sein. Das Zeitgefühl schwindet. Für Sie als Angehörige kann es sehr schmerzlich sein, wenn Sterbende Sie als vertraute Person nicht mehr erkennen. Dies ist nicht als Zeichen von Ablehnung zu deuten. Der sterbende Mensch lebt in seiner eigenen Welt, der Bezug zur Realität nimmt kontinuierlich ab. Ein Gespräch von Sterbenden über/mit Unbekannte/n, nicht Anwesende/n oder bereits Verstorbene/n (Mutter, Vater, Ehepartner) ist möglich. Nehmen Sie Anteil an der aktuellen Realität des Sterbenden. Hören Sie zu und fragen Sie allenfalls nach der Bedeutung und den Gefühlen, die mit diesen Personen verbunden sind. Reden Sie der sterbenden Person seine Realität nicht aus bzw. benennen Sie diese nicht als Halluzination.

Unruhe

Der Sterbeprozess wird individuell erlebt. Die Ungewissheit vor der Zukunft, das Los- und Zurücklassen der Liebsten kann grosse Unruhe auslösen. Planloses Zupfen an der Bettwäsche, ziellose Bewegungen mit Armen und Beinen oder Aufbruchstimmung können aufkommen. Ihre Anwesenheit in solchen Situationen und Ihre Nähe vermitteln das Gefühl von Geborgenheit und Sicherheit. Zudem kann die Unruhe durch entsprechende Medikamente reduziert werden. Wenn Sie Fragen hierzu haben, unterstützt Sie das Pflegepersonal gerne.

Verändertes Bewusstsein

Manche Sterbende sind in den letzten Tagen ihres Lebens nur punktuell ansprechbar. Obwohl sie abwesend wirken, ist aus Befragungen mit klinisch toten und wiederbelebten Menschen nachgewiesen, dass bewusstlose Menschen Vieles wahrnehmen und verstehen. Kommunizieren Sie mit dem sterbenden Menschen, als ob er/sie bei Bewusstsein wäre. Sprechen Sie auch Ihre Gefühle oder für Sie Wichtiges an. Bedanken oder entschuldigen Sie sich oder sprechen Sie Ihre Zu- oder Abneigung aus.

ZWISCHEN- MENSCHLICHE VERÄNDERUNGEN

Das Leben loslassen

Der sterbende Mensch zieht sich in der letzten Lebensphase sukzessive von der Aussenwelt zurück. Ruhen und Schlafen werden wichtiger. Das Bedürfnis zu sprechen nimmt ab. Das Beisammensein ist für die sterbende Person, aber auch für Sie als Angehörige tröstlich. Der Blick auf das gelebte Leben kann sich noch einmal verändern, neue oder klarere Zusammenhänge können sich erschliessen.

Den Wunsch nach den vertrautesten Menschen oder aber nach Alleinsein gilt es zu respektieren. Die Stille kann den Sterbenden unterstützen, die innere Ruhe zu finden.

Kommunikation

Sterbende bedienen sich manchmal einer symbolischen und verschlüsselten Sprache, die schwierig zu fassen ist.

Ein Bedürfnis, den Koffer zu packen und zum Bahnhof aufzubrechen oder Sätze wie «der Weg führt ins Licht» erscheinen unlogisch, folgen aber einer individuellen inneren Erlebniswelt. Diese Symbolbilder geben Einblick in die Verarbeitungsprozesse des Sterbenden.

UMGANG MIT VERÄNDERUNGEN

Eigene Bedürfnisse

Sie als Angehörige haben den nachvollziehbaren Wunsch am Sterbebett zu bleiben. Respektieren Sie aber auch Ihr persönliches Bedürfnis nach Ruhe und einer Pause. Quälen Sie sich nicht mit Schuldgefühlen, wenn der Tod in die Zeit Ihrer Abwesenheit fällt.

Die Sterbebegleitung ist für Sie als Angehörige eine grosse Herausforderung. Oft fühlen Sie sich mit ungeahnten Kräften ausgestattet, dennoch übersteigen die Anforderungen die Grenzen der Belastbarkeit. Haben Sie in solchen Situationen Mut, nach Unterstützung und Entlastung zu bitten. Denken Sie an Ihre eigenen Grundbedürfnisse. Auch eine spirituelle oder seelsorgliche Begleitung kann Sie und Ihre Angehörigen entlasten.

Kinder am Sterbebett

Eine wiederkehrende Frage ist, ob es hilfreich oder sinnvoll ist, dass Kinder und Jugendliche das Sterbebett besuchen. Aus psychologischer Perspektive wird dies gutgeheissen, zumal Kinder mit dem Tod oft einen natürlicheren Umgang haben als Erwachsene. Sprechen Sie mit den jungen Menschen und den Sterbenden direkt über deren Wünsche und Gefühle. Möglicherweise kann Ihnen das Gespräch mit dem betreuenden Arzt oder der zuständigen Pflegefachperson helfen.

Alleinsein

Die Erfahrung zeigt, dass sich Sterbende oft auch das Alleinsein wünschen. Viele Menschen versterben genau in einem der vielleicht seltenen Augenblicke des Alleinseins. Das Sterben ist etwas vollkommen Persönliches.

BEGLEITUNG

Phasen des Abschieds

Abschied und Trauer kennen verschiedene Phasen. Gefühle wie Wut, Ohnmacht und Verzweiflung gehören dazu. Holen Sie sich die Unterstützung, die Sie benötigen.

Begleitdienst der Gemeinde

In der Gemeinde Emmen bietet der «Begleitdienst für Schwerkranke und Sterbende» wertvolle Unterstützung bei Krisen und in der Sterbephase an. Falls Sie eine Entlastung, z.B. während der Nacht wünschen, wenden Sie sich möglichst frühzeitig an die Pflegefachperson der Abteilung oder an die Vermittlungsstelle der Spitex Emmen.

Begleitung vor Ort

Falls Sie an der Seite Ihres Angehörigen ein wenig zur Ruhe kommen möchten, stellen wir Ihnen auf Anfrage gerne ein Klappbett zur Verfügung. Zudem bieten wir Ihnen Getränke wie Tee, Kaffee oder Wasser sowie kleinere Zwischenverpflegungen kostenlos an.

Unterstützung und Kontakt

Wir hoffen, Ihnen mit der vorliegenden Broschüre unterstützende Informationen zur Verfügung zu stellen, die Ihnen in dieser schwierigen Situation einige Erklärungen geben und Hilfestellungen anbieten.

Falls Sie weitere Fragen beschäftigen, wenden Sie sich bitte an die Ressortleitungen Pflege und Betreuung des Emmenfeld Betagtenzentrums oder des Alp Betagtenzentrums. Die zuständigen Personen geben Ihnen jederzeit gerne Auskunft und helfen Ihnen weiter.

041 268 56 56
info@bzeag.ch

Betagtenzentren Emmen AG

Kirchfeldstrasse 23

6032 Emmen

041 268 56 56

info@bzeag.ch

www.bzeag.ch