

Informationen zu Palliative Care



Liebe Angehörige

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen die Begriffe der Palliative Care erklären und Ihnen aufzeigen, dass Palliative Care eine der Situation Ihrer Angehörigen angepasste optimale Lebensqualität bis zum Tod gewährleistet. Dies ist zudem für Sie wie für die Pflegenden ein grosser Gewinn.

In einem Gespräch wurden Sie bereits über mögliche auftretende Symptome und den Umgang mit Ihren Angehörigen auf ihrem letzten Lebensweg aufgeklärt. Mit dieser Broschüre erhalten Sie noch einmal eine kurze Zusammenfassung zu möglichen Fragen und entsprechenden Antworten.

Falls Sie Fragen bezüglich weiterer Massnahmen oder deren Handhabung haben, zögern Sie nicht, uns anzusprechen. Wir werden Ihnen gerne Auskunft geben.

Ihr Gässliacker-Team

1. Bedeutung von Palliative Care

Palliative Care beinhaltet das Wort «pallium» aus dem lateinischen und entspricht einem mantelähnlichen Umhang. «Care» wird aus dem Englischen übersetzt und heisst «Pflege». «I care for you» bedeutet, ich Sorge mich um Dich und Du bist mir wichtig.

Ziel der Palliative Care ist es, das Leiden unheilbar Kranker zu lindern und eine der Situation angepasste optimale Lebensqualität zu erhalten, ohne das Leben zu verlängern. In der Palliative Care sollen die Bedürfnisse der kranken Menschen respektiert und angenommen werden. Palliative Care beginnt bereits bei der Diagnosestellung, wird aber erst zum Schwerpunkt, wenn das Kurieren der Krankheit nicht mehr an erster Stelle steht.

Die WHO definiert Palliative Care so: Palliative Care entspricht einer Haltung und Behandlung, welche die Lebensqualität von Patientinnen und Patienten und ihren Angehörigen verbessern soll, wenn eine lebensbedrohliche Krankheit vorliegt. Sie erreicht dies, indem sie Schmerzen und andere physische, psychosoziale und spirituelle Probleme frühzeitig und aktiv sucht, immer wieder erfasst und angemessen behandelt.

2. Bedeutung von Palliative Care

Sie als Angehörige bilden zusammen mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern ein Familiensystem. Dieses System funktioniert ähnlich wie ein Mobile. Gerät ein Teil des Mobiles, hier Ihre sterbenden Angehörigen, aus dem Gleichgewicht, müssen alle anderen Teile, also Sie, gegensteuern und ausbalancieren. Dies kann bedeuten, dass Sie Aufgaben übernehmen, die vorher Ihre Angehörigen selbst erledigen konnten.

Es kann aber auch bedeuten, dass Sie in der letzten Lebensphase mit ihrer Anwesenheit für das Wohlbefinden Ihrer Angehörigen sorgen können, so dass diese ruhiger und gelassener dem Abschied entgegensehen können.

Dabei stellen sich für Sie vielleicht verschiede-

ne Fragen, die wir nachstehend zu beantworten versuchen.

3. Symptome

In der letzten Lebensphase eines Menschen kommt es häufig zu vielen kleinen und grösseren Veränderungen von Körper, Geist und Seele. Nachstehende Symptome treten am ehesten auf:

Schmerzen

Oftmals kommt es zu einer Veränderung der Schmerzen, welche bereits durch eine Grunderkrankung bestehen. Trotz verändertem Bewusstsein werden diese Schmerzen wahrgenommen. Wenn dies Ihre Angehörigen nicht mehr ausdrücken können, wird der Schmerz oft ersichtlich durch die Mimik oder zunehmendes unruhig oder angespannt werden. Wenn Sie solche Veränderungen wahrnehmen, informieren Sie bitte das Pflegepersonal. Dieses bemüht sich, zusammen mit dem Hausarzt, die Medikation so anzupassen und auszuschöpfen, dass unsere Bewohnerinnen und Bewohner nicht leiden müssen.

Morphin

Morphin ist meist das Mittel der Wahl, um Schmerzen optimal zu lindern. Vielfach wird dieses jedoch aus Angst vor Abhängigkeit, vor vermehrter Schläfrigkeit oder vor zu frühem Tod abgelehnt. Wenn die Dosis, die Einnahmeintervalle und die vorbeugenden Massnahmen gegen die Nebenwirkungen eingehalten werden, muss man davor jedoch kaum mehr Angst haben.

Mit verschiedenen Darreichungsformen und Abgabeintervallen wird eine kontinuierliche und optimale Schmerzlinderung erreicht. Dies ist nicht zu vergleichen mit der Absicht von Drogenabhängigen, welche sich einmalig eine hohe Dosis spritzen, um kurzfristig ein Glücksgefühl zu erleben, welches beim Wiederholen jedoch eine noch höhere Dosis bedingt. Eine Abhängigkeit ist also bei sachgemässer Ein-

nahme unwahrscheinlich. Die Erhöhung der Dosis wird nur nötig, wenn sich die Schmerzen verstärken, und nicht, weil sich der Körper an das Morphin gewöhnt hat.

Es ist also möglich, dass die Schmerzen in den letzten Lebenstagen zunehmen und die Morphin Dosis erhöht werden muss, um ein symptomarmes Sterben zu ermöglichen. Daher werden irrtümlicherweise Morphin und Tod in einem Satz erwähnt.

Müdigkeit

Oft tritt eine starke Müdigkeit auf, welche nicht durch eine erhöhte Aktivität oder zu wenig Ruhephasen hervorgerufen wird. Diese kann durch verschiedene Ursachen entstehen. Es kann z. B. eine Depression vorhanden sein, welche mit Medikamenten behandelbar ist. Zu Beginn einer Schmerztherapie mit Morphin kommt es ebenfalls oft zu vermehrter Müdigkeit. Dies ist darauf zurückzuführen, dass Ihre Angehörigen vorher unter grossen Schmerzen gelitten haben und deshalb kaum schlafen oder sich entspannen konnten. Morphin hat neben der Schmerzlinderung auch eine entspannende Wirkung. Viele können sich dann, mit dieser aus dem Schlafmangel entstandenen Erschöpfung, der Wirkung des Medikamentes ergeben und entspannen.

Delir

Auch eine starke Verwirrtheit (Delir) ist möglich. Ein Delir kann z. B. durch eine Grunderkrankung, zu wenig Flüssigkeitsaufnahme, Schmerzen oder eine Harnwegsinfektion verursacht sein. Nicht immer kann die Ursache eines Delirs behandelt werden. Wichtig ist es, Symptome wie Unruhe und Angst zu behandeln. Ob eine Behandlung der Ursache möglich und sinnvoll ist, wird mit dem Betroffenen, den vertretungsberechtigten Personen und dem Behandlungsteam besprochen.

Total Pain

In der Palliative Care wurde der Begriff des Total Pain geschaffen. Dieser beschreibt, neben dem körperlichen Schmerz, den seelischen, emotionalen und spirituellen Schmerz. So kann es sein, dass z. B. durch den Abschied von Angehörigen, dem Zurücklassen des Partners oder Kindern, evtl. die Ungewissheit entsteht «Wie geht es weiter? und dadurch eine grosse psychische Belastung auslöst. Auch spirituelle Fragen oder Sinnesfragen können in eine seelische Not führen «Weshalb passiert mir das? Ich habe mir doch nichts zuschulden kommen lassen, weshalb muss ich jetzt so leiden?». Hier ist es wichtig, ein offenes Ohr für diese Not zu haben. Je nachdem, welcher Aspekt betroffen ist, kann mit Medikamenten, einem Gespräch, einer spirituellen Begleitung (z. B. mit der Seelsorge) oder bereits mit der Anwesenheit eines Angehörigen geholfen werden.

Durst

Durst wird in der letzten Lebensphase kaum noch verspürt, was ganz normal ist. Findet eine zu grosse Zufuhr an Flüssigkeit statt, sammelt sich diese durch den geschwächten Kreislauf und die verminderte Nierentätigkeit in Händen und Füssen an. Zudem wird die Lunge übermässig belastet, was möglicherweise zu einer erschwerten Atmung inklusive Atemgeräusche wie «Karcheln» führen kann. Gegen das Durstgefühl und die damit verbundene Mundtrockenheit helfen meist schon kleine Massnahmen: Tropfenweise Flüssigkeit in den Mund träufeln, einen Mundspray (mit dem Lieblingsgetränk) verwenden oder mit einem Tupfer die Schleimhäute befeuchten. Wichtig ist, immer darauf zu achten, was Ihre Angehörigen möchten, da der Mund einer der intimsten Körperteile eines Menschen ist.

Mangelnder Appetit

Wenig bis gar kein Appetit ist ebenfalls ein sehr häufiges Symptom, da der geschwächte

Körper die Nahrung nicht mehr verarbeiten und die Zufuhr von Nahrung eine grosse Belastung darstellen kann. Ihre Angehörigen werden nicht sterben, weil sie verhungern, sondern weil sie nicht mehr essen mögen. Für uns Menschen ist Essen und Trinken ein hochemotionales Thema, da es die allererste Bindung überhaupt ist. So ist es für Sie als Angehörige vielleicht schwer zu akzeptieren, wenn dieser Teil der Fürsorge auf Ablehnung stösst.

Aggressionen und Angst

In der letzten Lebensphase können auch Aggressionen oder Angst auftreten, weil man sich unweigerlich mit der Frage des Weiterlebens, respektive Sterbens befassen muss. Dies ist einerseits mit Medikamenten zu behandeln, oft nützt aber bereits die Anwesenheit eines Angehörigen schon sehr viel und die Sterbenden werden ruhiger.

In dieser Phase wird auch Unverarbeitetes aus der Vergangenheit noch einmal in Erinnerung gerufen. Die Bewältigung dieser Themen ist für viele schwierig und kann beim Sterbenden verschiedene, zum Teil heftige, Emotionen auslösen. Wichtig ist, diese nicht zu unterbinden, sondern Ihren Angehörigen beizustehen, auch wenn die Situation Aussenstehenden nicht realitätsnah erscheint.

4. Gespräche

Im Verlauf der letzten Tage ist es möglich, dass Ihre Angehörigen nicht mehr auf verbales Ansprechen reagieren. Dies soll Sie jedoch nicht daran hindern, mit Ihren Angehörigen zu kommunizieren. Sprechen Sie mit ihnen, wie wenn sie noch bei Bewusstsein wären. Wahrscheinlich wird dies trotzdem noch realisiert, wenn auch nicht mehr im gewohnten Rahmen. Möchten Sie noch etwas Wichtiges sagen, tun Sie es! Es ist nie zu spät, sich zu entschuldigen oder zu sagen «Ich liebe dich». Die Kommunikation kann sehr gut auch über Berührungen stattfinden. Dies kann z. B. in Form eines Hand eincremens sein.

5. Umgang mit belastenden Situationen

Wichtig ist, dass Sie als Angehörige in dieser intensiven Zeit der Begleitung auch für sich selbst Sorge tragen. Es kann guttun, sich eine Auszeit zu nehmen. Sei das für alltägliche Dinge, die erledigt werden müssen. Oder sei dies, sich Zeit für sich zu nehmen, vielleicht bei einem Spaziergang oder bei einem Gespräch. All das schenkt Ihnen wieder Kraft für diese intensive Zeit. Auch seelsorgerische oder spirituelle Begleitung kann für Sie oder für Ihre Angehörigen zu mehr Wohlbefinden führen. Vergessen Sie auch nicht zu essen und zu trinken.

6. Abschied und Trauer

Der Abschied von unseren Bewohnerinnen und Bewohnern soll individuell und nach deren Wünschen und denjenigen der Angehörigen geschehen. Nehmen Sie sich die Zeit, um Abschied zu nehmen, die Sie für sich brauchen. Dies kann die nachfolgende Trauerphase verkürzen.

Trauer ist eine normale und wichtige Reaktion auf einen Verlust. Ein Trauerprozess und seine emotionalen Reaktionen kann in verschiedenen Phasen ablaufen. Reaktionen, die wir nicht immer wahr haben wollen, wie: Zorn und Ärger, Verhandeln, Depressionen, Akzeptanz. Diese Gefühlsreaktionen verlaufen sehr individuell, so dass es wichtig ist, diese wahrzunehmen, ihnen Raum zu geben und danach zu handeln.

7. Begleitung durch Freiwillige

Wenn Ihre Angehörigen nicht allein sein möchten in ihren letzten Stunden, ist es möglich, mit dem Freiwilligendienst zusammen zu arbeiten. Für Sie als Angehörige können so notwendige Freiräume geschaffen werden. Unser Pflorgeteam hat schon öfters die Erfahrung gemacht, dass sich Bewohnerinnen und Bewohner die Momente der Einsamkeit aussuchen, um zu sterben. Bitte machen Sie sich kein schlechtes Gewissen, falls es so kommen

sollte, denn Ihre Angehörigen haben dies für sich selbst so entschieden und Sie trifft keine Schuld.

8. Sterbehilfe

Palliative Care lehnt im Grundsatz den assistierten Suizid ab – mit dem Vorbehalt, dass es Situationen gibt, in denen die Autonomie des Menschen stärker gewichtet werden muss. Das Gässliacker bietet eine hochprofessionelle und empathische Palliative Care an. Wir sind überzeugt, damit für Ihre Angehörigen eine der Situation angepasste, optimale Lebensqualität bis zum Tod zu gewährleisten und damit dem Wunsch nach Sterbehilfe entgegenzutreten zu können.

Besteht der mündlich oder schriftlich geäußerte Wille einer Bewohnerin eines Bewohners nach Sterbehilfe, können die Dienstleistungen einer Sterbehilfe Organisation wie z.B. Exit oder Dignitas in Anspruch genommen werden. Dies jedoch nur, wenn diese für sich selbst organisiert werden können und wenn eine Bewohnerin oder ein Bewohner bereit seit einiger Zeit im Gässliacker gewohnt hat. Jeglicher Sterbetourismus wird im Gässliacker abgelehnt.

Impressum

Texte: Anita Calabretto in Zusammenarbeit mit dem Projektteam, überarbeitet durch Angelika Flum, April 2024

Redaktion: Esther Egger

Stiftung Gässliacker

Zentrum für Alter und Gesundheit
Gässliackerstrasse 18
5415 Nussbaumen
056 296 17 00
info@gaessliacker.ch
www.gaessliacker.ch