

DAS THEMA: Abendsprechstunde "Angstfrei sterben"

GESUND IM VEST

2. Vestischer Gesundheitstag

8. März 2014 Festspielhaus RE Infos für Aussteller: 02054 / 87 35 75 Zeitungswerbung: 02365 / 1017203

STICHWORT

Palliative Care

Palliative Care (lat. palliare „mit einem Mantel bedecken“; engl. care „Versorgung, Betreuung, Aufmerksamkeit“) ist der Oberbegriff für alle Bereiche der Versorgung unheilbar Schwerkranker und Sterbender, wie beispielsweise die Palliativmedizin und -pflege sowie die Hospizarbeit. (Wikipedia) Seit 2002 definiert die Weltgesundheitsorganisation (WHO) Palliative Care wie folgt: „...ein Ansatz zur Verbesserung der Lebensqualität von Patienten und deren Familien, die mit Problemen konfrontiert sind, die mit einer lebensbedrohlichen Erkrankung einhergehen: durch Vorbeugen und Lindern von Leiden, durch frühzeitiges Erkennen, untadelige Einschätzung und Behandlung von Schmerzen sowie anderen belastenden Beschwerden körperlicher, psychosozialer und spiritueller Art.“

Die Grundlagen von Palliative Care gehen auf Cicely Saunders zurück, einer Krankenschwester aus England und Vordenkerin der Hospizbewegung, die als wesentliche Aufgaben der professionellen Begleiter die Leidensminderung und den Beistand identifiziert hat und nicht die Therapie um jeden Preis.

Gedicht

Magenkarzinom – terminales Stadium

Ein Punkt nur ist es, kaum ein Schmerz, / nur das Gefühl, empfinden eben; / und dennoch spricht es stets herein, / und dennoch stört es dich zu leben.

Wenn du es anderen klagen willst, / so kannst du's nicht in Worte fassen, / du sagst dir selber: „Es ist nichts!“ / Und dennoch will es dich nicht lassen.

So seltsam fremd wird dir die Welt / und leis' verlässt dich alles Hoffen, / bis du es endlich, endlich weißt, / dass dich des Todes Pfeil getroffen.

— (Theodor Storm, 1886)

BEI UNS IM NETZ

Sprechstunde verpasst?

Haben Sie eine Abendsprechstunde verpasst? Oder interessiert Sie ein medizinisches Thema erst jetzt, das in der Vergangenheit Thema einer Abendsprechstunde des MEDIENHAUSES BAUER war? Oder sind Sie auf der Suche nach den richtigen Kontakten und medizinischen Abteilungen zu Ihrem speziellen Gesundheitsthema? – Kein Problem: Auf unseren Internetseiten finden Sie die Berichterstattung über alle Abendsprechstunden zu den verschiedensten medizinischen Bereichen.

www.gesund-im-vest.de



Angstfrei und in Würde sterben, wenn eben möglich zu Hause – ein gut funktionierendes Palliativnetz macht es möglich. Das erfuhren die Besucher der Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer im Westerholter Pfarrzentrum St. Martinus aus erster Hand. —FOTOS: JÜRGEN WOLTER (4)

„Ein großer Schatz“

Selbstbestimmtes Leben in Würde – auch am Ende

VON HEIDI MEIER

„Die letzte Phase des Lebens ist ein großer Schatz, um das Leben abschließen zu können.“ – Sätze wie dieser waren es, mit denen Dr. Klaus Reckinger bei unserer Abendsprechstunde am vergangenen Montag eindringlich klar machte, warum es so wichtig ist, Schwerkranken ein Sterben in Würde zu ermöglichen.

„Angstfrei sterben“ war das Thema, bei dem die Arbeit des Palliativnetzes Hertens beispielhaft im Mittelpunkt stand, das wie alle Palliativnetzwerke aus einer Fülle von fachkundigen Helfern zusammengesetzt ist, die alle gemeinsam eines bewirken wollen: ein angstfreies Sterben in Würde, möglichst zu Hause. Dazu stehen sie Angehörigen und Sterbenden mit allen nötigen Hilfen zur Seite.

„Sterben und Tod, das ist ein Unterschied. – Im Sterben lebt man noch.“ – Noch so ein Satz, der nachhallt. Mit ihm verdeutlichte Reckinger, warum es allen im Netzwerk

geht: auch Schwerstkranken am Lebensende als ganze Menschen wahrzunehmen und sie nicht auf ihre Krankheiten und Symptome zu reduzieren.

Reckinger ist Facharzt für Innere Medizin und Palliativmedizin, außerdem Direktor der Gildas Akademie, die Aus- und Weiterbildung sowie Beratung für verschiedene Berufsgruppen anbietet, die an der Palliativversorgung und Hospizarbeit beteiligt sind.

Als einen weiteren, wichtigen Faktor eines Sterbens in Würde hob er Bewusstseinsklarheit hervor. Viele Patienten würden jedoch am Lebensende mit Schlaf- und Beruhigungsmitteln in einen bewusstseinsgetriebenen Zustand bis hin zur Agonie versetzt. Häufig völlig unnötig. Sterbende schliefen meist zwar sehr viel, könnten aber durchaus klar und ansprechbar bleiben bis fast zum letzten Atemzug.

Natürlich müsse Palliative Versorgung (Palliativ Care) auch die Symptome und Beschwerden der Patienten gut kontrollieren und Schmerzen so weit als möglich zurückdrängen, was in der Regel auch möglich sei. Allerdings:



Dr. Klaus Reckinger.

Schmerzen behandle man nicht nur mit Medikamenten – erst recht nicht bei Sterbenden. Denn, so Reckinger, am Schmerzempfinden sind ebenso psychische, emotionale und spirituelle Aspekte beteiligt, die es vor allem zu berücksichtigen gälte. Zur Erläuterung verwies er auf die zig-fach gemachte Beobach-

tung, dass z.B. bei einem Bandscheibenvorfall der Schmerz manchen auf den OP-Tisch treibt, während andere mit dem gleichen Befund völlig schmerzfrei durchs Leben gehen.

Die Erfolge der palliativen Arbeit bei der Schmerzbewältigung können sich übrigens sehen lassen. Reckinger führte

Statistiken vor, nach denen die allermeisten Patienten nach elf Tagen in palliativer oder Hospizbetreuung von Schmerzen befreit waren. Und auch Angst und Atemnot ließen sich so deutlich reduzieren.

Von Angst zu Trauer und Akzeptanz

Wobei die große Angst, die die Nachricht von einer unheilbaren Erkrankung zunächst bei Patienten und ihren Angehörigen auslöst, nur allzu oft mit Medikamenten behandelt würde – ebenfalls meist unnötiger Weise. Reckinger: „Die machen nur müde, und die Ursache der Angst bleibt. Den Umgang mit ihr kann man lernen, und wir können dabei helfen.“ Es setze ein ganz normaler Prozess ein von der Angst über die Trauer, bis hin zum Akzeptieren des Unausweichlichen.

Reckinger: „Der Mensch lebt in einem Zyklus von der Geburt bis zum Tod. Und wer am Ende auf ein erfülltes Leben zurückblicken kann, der sagt auch meist, dass es jetzt in Ordnung ist, zu sterben.“

Mit Einfühlungsvermögen und Kompetenz

Palliativnetz fängt Sterbende und Angehörige auf

(-hm-) Palliative Begleitung am Lebensende, das bedeutet nicht nur Unterstützung und Behandlung für Sterbende, sondern auch für ihre Angehörigen. Das betonten Dr. Anette Borchert, Chefärztin der Geriatrie am Gertrudis-Hospital Westerholt, und Christiane Hahne, niedergelassene Palliativärztin aus Hertens, besonders bei unsere Abendsprechstunde „Angstfrei sterben“.

Sie stellten die Arbeit des Palliativnetzes Hertens vor, das nach den auch andernorts bewährten Prinzipien arbeitet. Ziel der Arbeit ist es, dass Sterbende so lange wie möglich bei größt möglicher Lebensqualität zu Hause bleiben können.

Bei der palliativen Begleitung gilt es, Symptome wie Schmerzen, Atemnot, neurologische Beschwerden oder auch Demenzprobleme zu



Dr. Anette Borchert.



Christiane Hahne.

kontrollieren. Auch psychischer, spiritueller und zwischenmenschlicher Probleme nimmt sich das Netzwerk an. Und zwar rund um die Uhr an jedem Tag des Jahres.

Dazu arbeiten viele Fachbereiche zusammen: niedergelassene Ärzte und Palliativme-

diziner, die Palliativstationen der Krankenhäuser, ambulante Pflegedienste mit der Zusatzqualifikation „Palliativ Care“, ambulante und stationäre Hospizdienste, Kirchen, Altenheime, Apotheken, bei denen rund um die Uhr im Notfall wichtige Medikamen-

te zu bekommen sind, Sanitätshäuser, Kurz- und Tagespflegeeinrichtungen, ambulante Therapeuten... Auch der Sozialdienst der Krankenhäuser gehört dazu, der den Übergang von der Palliativstation nach Hause managt. Und schließlich auch die Gildas Akademie, die in der Palliativ-Begleitung Tätige aus- und weiterbildet und berät. Dr. Anette Borchert: „Aber unser Netz wächst noch weiter. Demnächst kommt eine Psychologin hinzu, und wir wollen den Kontakt zu den Selbsthilfegruppen weiter ausbauen.“

Welche dieser Dienste des Netzwerkes im Einzelfall zum Einsatz kommen, hängt von dem individuell Nötigen ab. „Sie müssen nicht befürchten, dass da plötzlich zig Fremde Menschen in ihre Wohnung eindringen“, begegnete Christiane Hahne, niederge-

lassene Palliativärztin in Hertens, etwaigen Befürchtungen. Alles werde individuell abgestimmt auf die Bedürfnisse und Wünsche des Einzelfalls.

„Es bleibt ein Bild, das tröstet“

Einen solchen stellte sie an diesem Abend ausführlich vor. Ein eindrucksvolles Beispiel einer einfühlsamen Begleitung bis zum Lebensende – streckenweise sogar mehr der Angehörigen, als des Sterbenden. „Bei allem steht der Wunsch des Patienten an oberster Stelle“, betonte sie und plädierte sehr für einen würdevollen Weg mit Hilfe palliativer Begleitung bis zum Tod. Christiane Hahne: „Wenn ein Mensch gut gehen konnte, bleibt das als Bild zurück. Und es tröstet – nicht sofort, aber später sehr.“

INFO

Beratung und Kontakt

Das Palliativnetz Hertens ist ebenfalls zuständig für Menschen in Marl und Dorsten. Kontakt: Renate Melcher, Caritas Sozialstation, Hospitalstr. 11-13, 45699 Hertens ☎ 0 23 66 / 304 - 0 oder 304 - 422, E-Mail: r.melcher@caritas-herten.de

Das Palliativnetz Ostvest „Dies Vitae – Tage des Lebens“ ist zuständig für Datteln, Waltrop und Oer-Erkenschwick. Sie erreichen es an der Kirchstraße 2 in Datteln, ☎ 0 23 63 / 56 56-22, E-Mail: info@palliativnetz-ostvest.de

www.palliativnetz-ostvest.de

Für Rat- und Hilfesuchende in Recklinghausen, Datteln, Waltrop und Oer-Erkenschwick:

Hilfe und weiterführende Informationen gibt es bei „Pamir“ (Palliativmedizin Vest Recklinghausen). Der palliativmedizinische Konsiliardienst Recklinghausen (PKD) ist ein Zusammenschluss von palliativmedizinisch tätigen Ärzten zu einem Palliativ-Team (PKD) zur gemeinsamen, eigenständigen Versorgung von Palliativpatienten im ambulanten und/oder ggf. stationären Bereich, bzw. unter Hospizbedingungen. Pamir-Büro: Herbert Nehls, Kreymühlenweg 28 in Recklinghausen ☎ 0 23 61 ^ / 8 49 51 33 (i.d.R. werktags 13 bis 17 Uhr), E-Mail: nehls@raining.de

Für Pflegende und Angehörige eingeschriebener Patienten im Palliativnetzwerk hat Pamir einen Info-Flyer herausgegeben. Zu beziehen ist er über diese Patientenhotline ☎ 0 23 61 / 90 36 33 oder über das Netzbüro ☎ 0 23 61 - 8 49 51 33. Außerdem gibt es ihn im Internet.

www.palliativ-re.de

Die Gildas-Akademie bietet Bildungs- und Beratungsangebote für verschiedene Berufsgruppen, die an der Palliativversorgung und Hospizarbeit beteiligt sind, an. Geleitet wird sie von Dr. Klaus Reckinger. Geschäftsstelle: Distelkamp 12, 45699 Hertens, ☎ 0 23 66 / 88 62 82, Bürozeiten: Mo. – bis Fr. 9 – 12 Uhr

www.gildas-akademie.de

Die Abteilung für Geriatrie am Gertrudis-Hospital wird geleitet von Dr. Anette Borchert. Sekretariat: Ulrike Chudziak-Bonin, ☎ 02 09 / 61 91-81 78, E-Mail: u.chudziak-bonin@kkrn.de Christa Zysk, ☎ 02 09 / 61 91-81 68, E-Mail: c.zysk@kkrn.de

Die Abteilung verfügt auch über eine Palliativstation mit fünf Betten. Ansprechpartnerin: Dr. Anette Borchert, Palliativstation G 3, ☎ 02 09 / 61 91 - 392, E-Mail: dr.a.borchert@kkrn.de

Damit Palliativpatienten sowohl ambulant als auch stationär lückenlos gut versorgt werden, ist auch das Gertrudishospital Teil des Palliativnetzes Hertens.

www.palliativmedizin-herten.de

Gertrudis-Hospital, Kuhstraße 23, 45701 Hertens, ☎ 02 09 / 61 91 10

www.kkrn.de