

Mit dem Sterben leben

Wenn ein uns nahestehender Mensch unheilbar krank ist (oder wenn wir selbst diese Person sind), müssen wir einen Weg finden, mit dem Sterben zu leben.

Mit dem Sterben zu leben ist eine komplexe Kombination aus Emotionen, Entscheidungen und Handlungen.

Gefühle

Vor mehr als zwanzig Jahren identifizierte die Psychiaterin Dr. Elisabeth Kübler-Ross von der Universität von Chicago verschiedene Phasen, wenn Menschen sterben. Ihre Familien erleben oft die gleichen Gefühle. Die einzelnen Phasen müssen nicht unbedingt in der aufgeführten Reihenfolge ablaufen. Sterbende und ihre Angehörigen können einige oder alle dieser Stadien durchlaufen. Wenn wir diese Phasen kennen, verstehen wir die Reaktionen der Sterbenden und unsere eigenen besser.

- **Leugnung:** „Ich möchte ein zweites Gutachten.“
- **Wut:** „Warum hat der Arzt es nicht früher bemerkt?“
- **Verhandeln:** „Lass mit bitte genug Zeit, um die Hochzeit meiner Tochter zu erleben.“
- **Depression** Depression, weil wir etwas nicht mehr tun werden oder überhaupt nie tun werden.
- **Akzeptanz:** Akzeptanz ist weder eine glückliche noch eine traurige Zeit. Es ist einfach so.

Manchmal sehen wir einen Verlust kommen, bevor er eintritt. Wenn zum Beispiel ein Freund oder ein Familienmitglied an einer unheilbaren Krankheit leidet. In diesem Fall beginnen wir möglicherweise schon zu Lebzeiten mit der Trauerbewältigung. In gewisser Weise trauern wir in Erwartung des Todes. Das wird als vorweggenommene Trauer bezeichnet.

Entscheidungen

- Für den Erkrankten ist die Gewissheit, dass er eine Sterbebegleitung hat beruhigend und einer der wichtigsten Aspekte des Lebens mit dem Begleitenden. Der Prozess wird als Vorsorgeplanung bezeichnet und er berücksichtigt die Wünsche der Patientinnen und Patienten bezüglich ihrer medizinischen Versorgung, wenn sie nicht mehr in der Lage sind, diese selbst zu äußern.
- Sie müssen entscheiden, welche Art von Sterbebegleitung sie wünschen (oder nicht wünschen) und wem sie sich anvertrauen.



Aktionen

Es ist wichtig, dass Entscheidungen dokumentiert werden. Diese Dokumente werden als Patientenverfügungen oder Vorabverfügungen bezeichnet. Das ist eine Kombination einer Patientenverfügung (die sich von einem letzten Willen und Testament unterscheidet) und einer Vorsorgevollmacht. Sie benennen eine Person Ihres Vertrauens als Ihren Bevollmächtigten oder Agenten, der in Ihrem Namen Wünsche äußert oder medizinische Entscheidungen für Sie treffen kann.

Eine weitere wichtige Maßnahme wäre die Inanspruchnahme der Dienste eines Hospizes in den letzten sechs Lebensmonaten. Ein Hospiz ist:

- Medizinische Versorgung, um Menschen mit einer unheilbaren Krankheit zu helfen, so lange wie möglich so gut wie möglich zu leben und die Lebensqualität zu verbessern
- Ein interdisziplinäres Team von Fachkräften, die sich um körperliche, psychosoziale und seelische Belastungen des Sterbenden und der gesamten Familie kümmern
- Ziele eines Hospizes sind Symptommanagement, Pflegekoordination, Kommunikation und Entscheidungsfindung, Zielklärung und Lebensqualität

In vielen Fällen wird Hospizpflege am Wohnort der Person geleistet und umfasst, wie oben erwähnt, die Patientin oder den Patienten und die gesamte Familie. Behandlungen werden durch Palliativpflege ersetzt, die auf die Linderung von Schmerzen und anderen Symptomen der Erkrankung oder des Leidens ausgerichtet ist. Patienten können so viele oder so wenige Hospizdienste in Anspruch nehmen, wie sie es für richtig halten.

Eine medizinische Fachkraft kann Ihnen ein Programm in Ihrer Nähe empfehlen.

Für den Erkrankten ist die Gewissheit, dass er eine Sterbebegleitung hat beruhigend und einer der wichtigsten Aspekte des Lebens mit dem Begleitenden.



Wichtige Unterstützung im richtigen Moment

Wichtige Ressourcen und Informationen finden Sie auch unter optumwellbeing.com/criticalsupportcenter.



Dieses Programm ist nicht für Notfälle oder dringenden Behandlungsbedarf bestimmt. Rufen Sie im Notfall die örtliche Notrufnummer an oder suchen Sie die nächstgelegene Unfall- und Notaufnahme auf. Das Programm ist kein Ersatz für die Beratung durch einen Arzt oder medizinische Fachkräfte. Dieses Programm sowie Teile davon sind möglicherweise nicht an allen Standorten verfügbar, und es können Ausnahmen und Einschränkungen gelten.