

miteinander leben



Das Magazin der Lebenshilfe Traunstein

Ausgabe 2 • 2023



Unter anderem in dieser Ausgabe

.....
CLW-Fachwerkstatt
eröffnet

.....
Gesellschaftliches
Engagement

.....
Palliative Care

Ein Leben bis zuletzt, dort wo das Zuhause ist – die Lebenshilfe Traunstein macht sich auf den Weg

»Wie kann es gehen? Wir sind doch kein Hospiz?« Mitarbeitende haben Fragen und Sorgen. Sie möchten dem Wunsch der Bewohnerinnen und Bewohner nach einem Verbleib in der vertrauten Umgebung nachkommen. Gleichzeitig fühlen sie sich unsicher, haben Angst vor unbekanntem Situationen und rechtlichen Konsequenzen.

Das ist zu verstehen. Wir werden zwar täglich mit dem Sterben konfrontiert, in Zeitungen, Büchern und im Fernsehen, doch wenn es uns selbst betrifft, dann ist es uns häufig fremd. Es sei denn, wir haben es in der Familie, im Freundeskreis erlebt. Aber auch hier findet das Sterben zunehmend in Institutionen, z. B. im Krankenhaus oder in Pflegeheimen statt.

In der Lebenshilfe Traunstein soll sich das nun ändern: Die Mitarbeitenden machen sich auf den Weg. Sie gehören damit zu den Pionieren in Deutschland. Sie setzen die Nationale Strategie mit ihren Handlungsleitlinien zur Begleitung von Sterbenden von 2017 um. Denn auch auf politischer Ebene hat man erkannt, dass Umzüge für Menschen mit einer geistigen Behinderung belastend sind. Sie sollen in Zukunft eine Wahlmöglichkeit haben.

So einfach ist es jedoch nicht: Die Begleitung von Menschen am Lebensende benötigt Wissen und Fertigkeiten. Oft wird die Palliativversorgung auf pflegerische und medizinische Begleitung begrenzt. Tatsächlich bedeutet Palliative Care mehr: Mitarbeitende der Behindertenhilfe begleiten zwar in den körperlichen, aber auch in den psychosozialen und spirituellen Bedürfnissen. Sie begleiten die Angehörigen, Mitbewohnerinnen und Mitbewohner, rechtliche Betreuer – und gleichzeitig sind sie selbst Betroffene. Auch sie benötigen einen Mantel (Pallium) der sie beschützt und ihnen Sicherheit gibt. Es ist eine Zeit, die als stürmisch und bedrohlich erlebt werden kann: Es ist normal, diese Zeit als »emotional stürmisch« zu empfinden. Aber ob sie als bedrohlich erlebt wird, hängt in der Regel davon ab, ob Bewältigungsstrategien vorhanden sind – oder nicht.

Die Lebenshilfe Traunstein hat das für seine Mitarbeitenden erkannt. Mit Unterstützung des Stiftungsfonds Heilig fand eine Schulung im Palliative Care Ansatz. Es ist mit 5 Tagen und 40 Unterrichtseinheiten (UE) das erste Modul einer Gesamtweiterbildung in Palliative Care mit 160 UE, speziell für Mitarbeitende in der Assistenz und Pflege von Menschen mit intellektueller und komplexer Beeinträchtigung, zertifiziert von der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin und dem Deutschen Hospiz- und Palliativverband e.V. Dieses erste Modul ist als Angebot für eine Inhouse-Schulung entwickelt worden, damit möglichst viele Mitarbeitende im Anschluss die »gleiche Sprache sprechen« bzw. durch eine einheitliche Haltung für eine sichere und qualitative Begleitung sorgen können.

Neben den Themen, warum jemand nicht mehr isst und trinkt, wie man Schmerzen erkennen kann, ob starke Schmerzmittel hilfreich sind und bei welchen körperlichen Veränderungen etwas getan oder auch gelassen werden soll, ging es auch um das Erkennen von Wünschen, um den Umgang mit der Wahrheit, der Versorgung von Verstorbenen und der Begleitung von An- und Zugehörigen während der Zeit des Abschieds. Diese Inhalte wurden nicht nur als Wissen vermittelt, sondern gleich praktisch ausprobiert. So erkannten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, dass eine Mundpflege mit Angeboten, die schmecken, wohltuender erlebt wird als pauschal eingekaufte Mundpflegestäbchen. Ebenso wurden Positionierungen im Bett geübt. Einmal, um dem zunehmenden Ruhebedürfnis nachkommen zu können, aber auch um bei Atemnot oder Unruhe eine Linderung zu ermöglichen. Praktische Instrumente zur Willenserfassung sowie zur Befragung und Beobachtung auf Schmerz füllten, neben Tipps zur Berührung von Sterbenden, den »Handwerkskoffer«. Die eigene Auseinandersetzung mit der Endlichkeit machte nachdenklich. Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurde deutlich, was oder wer ihnen im Leben wichtig ist – und wie weh es tun kann, sich verabschieden zu müssen. Diese Erkenntnis hilft, Reaktionen von Menschen am Lebensende und deren Angehörigen, aber auch der Mitbewohner und Mitbewohnerinnen, besser verstehen zu können. Gleichzeitig macht es deutlich, dass Begleitende gut auf sich selbst aufpassen sollten.

Ebenso ist es hilfreich zu wissen, dass man nichts alleine bewältigen muss: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernten ihre Unterstützungspartner, den Ambulanten Hospizdienst und das Team zur spezialisierten ambulanten Palliativen Versorgung (SAPV), persönlich kennen.



Die Teilnehmerinnen mit Kursleiterin Barbara Hartmann (erste von links kniend).

Palliative Care bedeutet das eigene Handeln immer wieder zu reflektieren und sich zu fragen: Was sind deine/ihre Bedürfnisse und Wünsche? Bzw. was wären deine/ihre Bedürfnisse oder Wünsche, sofern diese geäußert und die Konsequenzen verstanden werden könnten. Jahrelange Alltagsstrukturen in der Assistenz und Pflege einer Bewohnerin, eines Bewohners müssen mit der Zeit, häufig Schritt für Schritt und nach und nach, aufgebrochen und neu gedacht werden:

Vom täglichen Aufstehen und Duschen hin zum Schlafen-lassen und der Reduzierung der Pflege auf das Notwendigste; von der Eingabe der Nahrung und Flüssigkeit hin zur Akzeptanz der Ablehnung und einem Angebot der individuellen Mundpflege; von aktivierenden Maßnahmen hin zum Da-sein; von tröstenden Worten hin zum stillen Mit-aushalten in einer »beklagenswerten« Situation.

Zu Beginn der Schulung war die Frage zu hören, wie mit dem Thema »Sterbebegleitung« fünf Tage gefüllt werden können. Es folgte am Ende die Erkenntnis: »Wow, gut zu wissen – und bitte mehr«.

Dieser Wunsch nach »mehr« könnte in einem Modul 2 mit weiteren drei Wochen (120 UE) an Bildungsakademien erfüllt werden. Hier erwerben Personen aus einem Modul 1 zusätzliche beratende Kompetenzen.

Die Lebenshilfe Traunstein besitzt diese Kompetenzen bereits in Form eines »internen beratenden Palliativteams« (siehe dazu Bericht in der Ausgabe 1/2023 der »Miteinander Leben«).

Barbara Hartmann

Institut für Hospizkultur und Palliative Care
www.hospizkultur-und-palliative-care.de