

*Lebens*wert

Die oberösterreichische Hospiz- und Palliativzeitung

...trotzdem!

Liebe Leserinnen und Leser,



Jede und jeder von uns ist wohl im Rahmen seiner Tätigkeit mit schwerkranken und sterbenden Menschen schon einmal Zeuge eines „Trotzdem“ geworden. Wenn wir sehen, wie trotz körperlicher Einschränkungen und psychischer Belastungen das Leben gelebt wird und Beziehung möglich ist, dann beobachten wir solchen Trotz gegen das Leid. Die Aufgabe aller in der Hospiz- und Palliativarbeit tätigen Berufsgruppen ist es, die Rahmenbedingungen zu schaffen, damit trotz Krankheit Leben möglich ist. Man könnte uns somit auch als „Förderer des Trotzdems“ bezeichnen.

Ob dieses Leben lebenswert und sinnvoll ist, kann der / die Kranke jeden Tag neu entscheiden. Das können wir BetreuerInnen ihm/ihr nicht abnehmen.

„Es gibt etwas, das ihr mir nicht nehmen könnt: meine Freiheit - zu wählen, wie ich auf das, was ihr mir antut, reagiere!“ (Elisabeth Lukas, Rendezvous mit dem Leben, 2006).

Und als BeobachterInnen des Trotzdems sind wir aufgefordert, diese Erfahrungen weiterzugeben. Hinauszutragen, dass der Mensch, wenn seine Beschwerden einigermaßen unter Kontrolle sind, im Kranksein die Fähigkeit hat, über sich hinaus zu wachsen und dass es möglich ist, mit schwierigen Situationen fertig zu werden.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Energie für Ihre Tätigkeit!

Mit den besten Wünschen Ihre
Dr.ⁱⁿ Christina Grebe

Vorsitzende des Landesverbandes Hospiz OÖ

P. S.:

Noch ein wichtiges Terminavis

Freitag 24. 10.: In Kooperation zwischen dem Landesverband Hospiz und OÖ Roten Kreuz findet heuer erstmalig der Hospiz- und Palliativtag gemeinsam statt. Die Planungen zu dieser gemeinsamen Veranstaltung laufen bereits auf Hochtouren. Nähere Informationen werden spätestens im September auf der WebSite des Landesverbandes Hospiz www.hospiz-ooe.at zu finden sein. Ich lade Sie herzlich dazu ein, sich diesen wichtigen Termin zu reservieren. Geboten werden wieder vielfältige Bildungsimpulse, und wir werden auch darauf achten, dass es ausreichend Raum zum so wichtigen Erfahrungsaustausch gibt.

Inhalt

Thema

- 6 Über die Kraft der Wandlung trotz Leid und Tod

Pflege

- 9 Und trotz-dem
11 Bildung hilft

Medizin

- 12 Andreas Weg
14 Trotzdem gerne leben

PatientInnen

- 16 Trotzdem selbstbestimmt leben
17 Trotz alldem...
18 Hausumbau trotz ALS

Ehrenamtliche

- 19 Mutige Wege
21 Trotzdem auf Reisen

Angehörige

- 22 Lebensgeschichten mit "trotzdem"
24 Liebe ist stärker als der Tod

Weitere Sichtweisen

- 25 Ich bin Leben
26 Den letzten Weg bewusst gestalten
28 Vielfältige Trauerimpulse

Aktuelles & Nützliches

- 30 Literaturtipps
32 Neues aus den Regionen
47 Kontakte Hospiz & Palliative Care OÖ

Kontakt

Landesverband Hospiz OÖ, Steingasse 25, 4020 Linz
Sekretariat: Ursula Leithinger & Wolfgang Wöger, Brucknerstr.
27, 4840 Vöcklabruck Telefon: 0699 173 470 24, Fax: 07672
25038; E-Mail: lvhospizooe@gmx.at
Bürozeiten Montag und Mittwoch: 8.30 - 15.30

Bitte um Ihre Unterstützung

In den letzten 10 Jahren hat sich die Finanzierung der Hospiz- und Palliative Care - Versorgung auch in Oberösterreich deutlich verbessert.

Nach wie vor ist diese aber auf Spenden angewiesen, ebenso die Mitglieder des Landesverbandes Hospiz Oberösterreich.

Mit Ihren finanziellen Beiträgen unterstützen Sie unsere Arbeit und setzen so Impulse, die Begleitung in der letzten Lebensphase zu verbessern und Akzente in der Öffentlichkeitsarbeit zu setzen:

Spendenkonto: Hypo OÖ, IBAN AT56 5400 0000 0037 9313, BIC: OBLAAT2L
Auch die Mitarbeit von Freiwilligen ist ein wichtiges Element in der Hospiz- und Palliative Care-Versorgung. Engagieren können Sie sich z. B. bei allen unabhängigen Hospizbewegungen in OÖ, bei der Caritas OÖ, beim Roten Kreuz OÖ und den Palliativstationen der Barmherzigen Schwestern in Linz und Ried. Mitarbeit ist ebenso immer wieder bei der Realisierung von Veranstaltungen, auch des Landesverbandes, gefragt.

Web-Site Landesverband Hospiz OÖ

Auf <http://www.hospiz-ooe.at> finden Sie ausführliche Informationen zu den Themen Hospiz und Palliative Care, dazu Adressen und Weiterbildungsangebote in Oberösterreich und Informationen zu Projekten des Landesverbandes. Wir freuen uns auf Ihren Besuch auch dort!

"Trotzdem" - von neuem wichtig



Der Fotograf, der diesmal die Fotostrecke zur Verfügung stellt, heißt Roland Mayr. Er wohnt (schon ohne seine beiden erwachsenen Söhne) mit seiner Frau in Offenhausen, Bezirk Wels-Land. Der 57jährige übt seit fast 30 Jahren den Beruf des Baumpflegers aus. Er erlebt die Bäume schon lange als Individuen mit Charakteren, Eigenheiten, Bedürfnissen und Schicksalen. Unter dem Titel „Bäume sind wie Menschen“ hat er unzählige Fotos geschossen, die oft verblüffende Parallelen zu unseren menschlichen Verhaltensmustern und Lebensläufen zeigen.

Mayr liefert ebenso die Bildunterschriften zu all seinen Bildern. Abseits der Fotografie ist seine Freizeit ausgefüllt mit ehrenamtlicher Arbeit in der Pfarre und Musik.

Dieses Fotoprojekt (animiert dazu wurde er von der ehrenamtlichen Hospizmitarbeiterin Brigitte Huber) hat ihm verdeutlicht, wie präsent die scheinbaren Widersprüchlichkeiten im Leben sind. Der Begriff „TROTZDEM“ hat dadurch für ihn eine neue Wichtigkeit erlangt.

Roland Mayr

Kurt Lenz verstärkt Vorstand des Landesverbandes

Bei der Sitzung des Vorstands des Landesverbandes Hospiz OÖ am 3. 2. 2014 wurde Dr. Kurt Lenz als kooptiertes Mitglied aufgenommen. Er ist Facharzt für Innere Medizin und Intensivmedizin. Schon seit den 1980er Jahren beschäftigt er sich mit ethischen Themen und war u. a. an der Erstellung eines "Konsensuspapier Therapiebegrenzung" beteiligt. Seit Jänner 2014 ist er in Pension, in den Jahren zuvor hat er als Leiter der Internen Abteilung die Intensivstation am Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Linz aufgebaut. In enger Kooperation mit dem Krankenhaus der Barmherzigen

Schwestern in Linz und Dr. Zoidl hatte Lenz ein klinisches Ethikkomitee gegründet und war an der Initiierung der Projekte zu Palliative Care bei terminalen Lebererkrankungen und bei Intensivpatienten beteiligt. Er wird sich weiter beim Palliativteam der Barmherzigen Brüder einbringen und die begonnenen Projekte begleiten.

"Wir freuen uns, dass Dr. Lenz seine Kompetenz dem Landesverband zur Verfügung stellt, u. a. wird er sich beim "Kompetenzteam Ethik" einbringen", freut sich Dr.ⁱⁿ Christina Grebe, Vorsitzende des Landesverbandes.



Stellungnahme zur Diskussion zur "Sterbehilfe"

Hospiz Österreich hat im April gemeinsam mit der Österreichischen Palliativgesellschaft die folgende Stellungnahme präsentiert, welche eine sehr hilfreiche Argumentationsunterlage ist:

Leben bis zuletzt

Die internationale Hospiz- und Palliativbewegung ist als Antwort auf die vielfältigen Nöte von schwerkranken und sterbenden Menschen und ihren Angehörigen entstanden. Wir setzen uns dafür ein, dass alles getan wird, um ein würdevolles Leben bis zuletzt zu ermöglichen – durch eine aktive und umfassende Versorgung in der letzten Lebensphase.

Dieses Angebot umfasst gleichermaßen die körperliche, emotionale, soziale und spirituelle Dimension. Aus der praktischen Arbeit mit schwerkranken PatientInnen wissen wir, dass der Wunsch nach aktiver Tötung vielfach schwindet, wenn diese Menschen wirksame Linderung und Entlastung erfahren.

Mit den in Österreich gesetzlich verankerten Möglichkeiten einer Patientenverfügung können alle Menschen in weitreichender Autonomie für den Fall späterer Kommunikations- und Entscheidungsunfähigkeit unerwünschte medizinische Behandlung ablehnen. Mit der gesetzlich verankerten Vorsorgevollmacht können die Vertretungsbefugnisse von An- und Zugehörigen gestärkt werden.

Aus folgenden Gründen sprechen wir uns klar für eine Beibehaltung der gegenwärtigen Gesetzeslage und gegen die Legalisierung von Tötung auf Verlangen und der Beihilfe zur Selbsttötung aus:

- Es geht vor allem darum, Gebrechlichkeit und Leiden in eine umfassende Sicht des Menschseins zu integrieren. Hilfsbedürftigkeit widerspricht nicht der Würde



Was war da wohl in der Kindheit des Baumes, das ihn beinahe umfallen hat lassen? Viel wichtiger jedoch: Was aber hat ihn TROTZDEM eine aufrechte Krone bauen lassen?
Roland Mayr

des Menschen, sondern gehört zum Wesen des Menschseins, weil es zu seiner Endlichkeit gehört. Es gehört auch zum Wesen einer humanen Gesellschaft, für jene Mitglieder Sorge zu tragen, die auf andere angewiesen sind. Dem widersprechen alle gesellschaftlichen und politischen Signale, dass kranke und pflegebedürftige Menschen der Gesellschaft zur Last fallen.

- Die Gefahr des Missbrauchs ist groß, wenn Tötung auf Verlangen gesetzlich möglich wäre. Es besteht die Gefahr, dass Menschen sich dazu gedrängt fühlen.
- Menschen die Verfügungsgewalt über die Beendigung des Lebens anderer Menschen zuzusprechen, hat eine nicht übersehbare Tragweite und birgt die Ge-

fahr der schleichenden Ausweitung der Tötung auf Verlangen auf andere PatientInnen, die nicht danach verlangen, wie aus den bisherigen Erfahrungen in Ländern mit einschlägiger Gesetzesregelung zu sehen ist. Oft ist die Not der Angehörigen bzw. des sozialen Umfelds größer als die Not der PatientInnen. Aus unserer Erfahrung wissen wir, dass die gezielte Unterstützung von Angehörigen auch PatientInnen spürbar entlasten kann.

- Vor allem auf ältere und pflegebedürftige Menschen wächst der gesellschaftliche Druck. Durch das gesetzliche Verbot der Tötung auf Verlangen werden Menschen vor diesem Druck geschützt. Niemand muss sich für sein Angewiesensein auf Pflege und Unterstützung rechtfertigen.

- Es ist zu befürchten, dass mit einer gesetzlichen Freigabe ÄrztInnen und Pflegekräfte gedrängt würden, ökonomischen Interessen nachzugeben. Die Tötung auf Verlangen widerspricht dem Berufsethos und würde das Vertrauensverhältnis zwischen PatientInnen, ÄrztInnen und Pflegekräften nachhaltig beeinträchtigen.

- Tragische Einzelerfahrungen im Umgang mit dem Sterben und mit den Grenzen der Leidensfähigkeit dürfen nicht zum Regelfall der Rechtssprechung erhoben werden. Doch es genügt nicht Nein zu sagen zur Tötung auf Verlangen. Die Not der Betroffenen ist ernst zu nehmen. Die Gesellschaft als Ganze ist herausgefordert, diese Not zu lindern und wirksame Hilfe anzubieten.

Daher fordern wir:

- Die BürgerInnen müssen einen Rechtsanspruch auf Betreuung durch Hospiz- und Palliativeinrichtungen haben – verankert in der gesetzlichen Krankenversicherung.

- Die Hospiz- und Palliativversorgung muss für alle Menschen, die sie brauchen, erreichbar, zugänglich und leistbar sein.
- Die umfassende Integration von Hospiz und Palliative Care in Senioren- und Pflegeeinrichtungen, Geriatriezentren, Tageseinrichtungen, Hauskrankenpflege, Krankenhäusern, Einrichtungen für Kinder- und Jugendheilkunde und Versorgungseinrichtungen für Menschen mit Behinderung muss forciert werden.
- Alle Einrichtungen der abgestuften Hospiz- und Palliativversorgung in Österreich müssen durch die öffentliche Hand finanziert werden. (1)
- Alle beteiligten Ehrenamtlichen und Berufsgruppen müssen interprofessionell qualifiziert werden.

- Die Unterstützungsangebote für pflegende und trauernde Angehörige müssen erweitert und zusätzliche Angebote geschaffen werden.

*„Du bist wichtig, weil du eben DU bist,
du bist wichtig bis zum letzten Augenblick
deines Lebens, und
wir werden alles tun, damit du nicht nur in
Frieden sterben, sondern auch bis zuletzt
leben kannst.“*

Dame Cicely Saunders (1918–2005)

Wien, am 1. April 2014

1 Arbeitsprogramm der österreichischen Bundesregierung 2013-2018, Kapitel 04, Länger gesund leben und arbeiten, Pflege und Betreuung, S. 53

Quelle: www.bka.gv.at/DocView.axd?CobId=53264
Zugriff am 29.1.2014

Impressum: „Lebenswert“ erscheint zweimal im Jahr und informiert zu den Themen Hospiz und Palliative Care. Medieninhaber & Herausgeber: Landesverband Hospiz Oberösterreich. Für den Inhalt im Sinne des Medienrechts verantwortlich: Christina Grebe. Gestaltung: cft • Christian F. Freisleben nach einer Vorlage von Sery Creative Communication. Druck: Trauner Druck, 4020 Linz – Fotos ohne Fotocredit: Landesverband Hospiz OÖ

Ein Stück leichter

Bildungsangebot in Linz, **Fr., 17. 10. 14, 16.00 - 21.00** mit Sabine Leithner MSc (Leitung des Basislehrgangs Palliative Care an der Akademie für Gesundheit und Bildung der Kreuzschwestern Wels, Mitarbeiterin des Entlassungsmanagements am Klinikum Wels / Grieskirchen) und Mag. Christian F. Freisleben (Berater, Referent, Trainer, Mitglied Vorstand Landesverband Hospiz OÖ) für alle, die in den Bereichen Hospiz und Palliative Care hauptberuflich oder ehrenamtlich tätig sind.

Details hier: <http://www.improweise.at>

Die Themen:

Umgang mit herausfordernden Situationen im Bereich Palliative Care in der Begegnung mit PatientInnen, ihren Angehörigen sowie mit KollegInnen aus dem Spital oder dem mobilen Bereich. Wahrnehmung, Wertschätzung und Nutzung eigener Ressourcen sowie Grenzen.

Anmeldung: anmeldung@improweise.at

Neuer Sekretär des Landesverbandes Hospiz



Bild: privat

Ende 2013 bewarb ich mich für eine Anstellung beim Landesverband Hospiz OÖ in Sekretärsfunktion. Nach einem Vorstellungsgespräch bei der Vorstandsvorsitzenden Christina Grebe und einer Sitzung des Vorstandes wurde mir im Februar 2014 das Vertrauen entgegenge-

bracht und meine Anstellung beschlossen.

Seit September 2012 bin ich in Ausbildung zum diplomierten Lebens- und Sozialberater, ebenso absolvierte ich derzeit einen einjährigen Basislehrgang in Palliative Care beim BFI in Linz. Meine Fachbereichsarbeit im Rahmen dieser Ausbildung trägt den Titel "Weisen der Bewältigung von Leid und Tod". Durch meine jahrzehntelange Tätigkeit als Projekt- und Abteilungsleiter in der Bauwirtschaft habe ich sehr viel Erfahrung in der Entwicklung, Strukturierung, Protokollierung und Budgetplanung von Organisationen und deren Projekten, sowie in der Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung von Koordinationsgesprächen.

Seit März 2013 war ich in Bildungskarenz, um mich intensiv und zielstrebig beruflich neu orientieren zu können. Ziel war und ist es, die unbedingte Sinn- und

Werteorientierung meiner neuen beruflichen Tätigkeit mit den Erfahrungen meines bisherigen Arbeitsfeldes zu kombinieren.

Mit großer Freude durfte ich bereits feststellen, wie wertvoll die Arbeit meiner Vorgängerin, Frau Ursula Leithinger, ist. Es ist mir eine Ehre, in ihre Fußstapfen treten zu dürfen. Ursula wird mich dankenswerter Weise noch bis Ende dieses Jahres in alle Details meiner zukünftigen Aufgaben einführen.

Wolfgang Wöger

Interdisziplinärer Basislehrgang Palliative Care am BFI Linz ab Februar 2015

Infoabende 8. 9., 20. 10, 24. 11. 14, 26. 1. 2015 jew. 18.15, Anmeldung an margit.sabo@bfi-ooe.at
Mehr Infos www.bfi-ooe.at

Über die Kraft der Wandlung *trotz Leid und Tod*

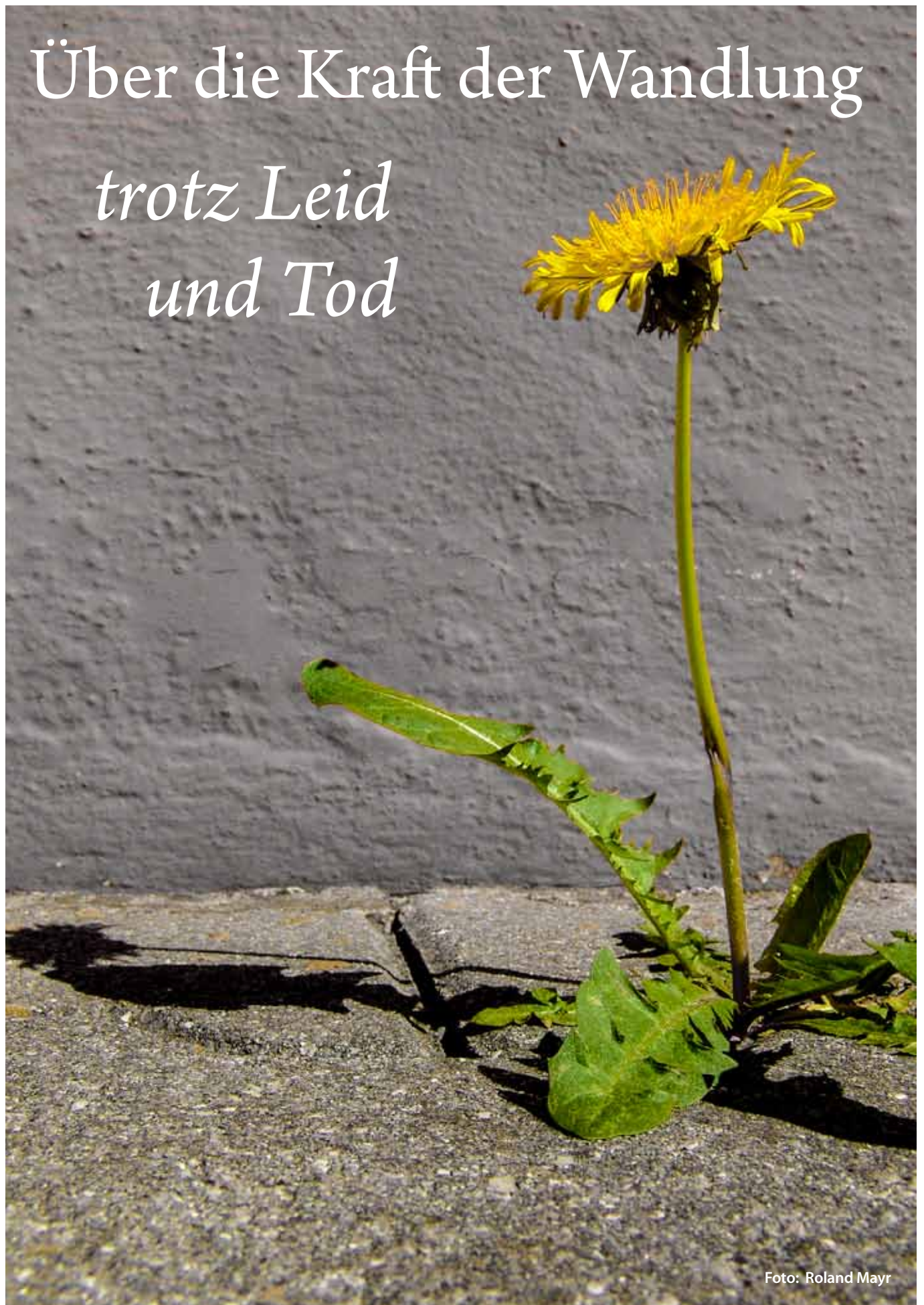


Foto: Roland Mayr



Sabine Feichtner, MSc (Psychotherapie) MSc (Palliative Care) Psychotherapeutin (Existenzanalyse und Logotherapie) Zertifizierte Mediatorin n.d. ZivMedG., Diplomalbena- terin, Akademische Lehrerin für Gesundheitsberufe, Diplomier- te Gesundheits- und Kranken- schwester

Wie erkennen und leben wir "Sinn" auch in der letzten Lebensphase?

Renate, 64-jährig, bettlägerig, wird seit sieben Jahren in einem Altenpflegeheim betreut. Sie leidet seit ihrem 10. Lebensjahr an einer entzündlichen Darmerkrankung. Ihr Leben war geprägt von vielen Operationen, Krankenhausaufenthalten, belastenden körperlichen Beeinträchtigungen, vor allem Schwäche. Ein Schulabschluss und die Möglichkeit, einen Beruf zu erlernen, blieben ihr wegen vielfacher Spitalsaufenthalte verwehrt. Sie sei „außergewöhnlich und bewundernswert!“, so die Pflegenden und freue sich auf ein Gespräch. Mich interessiert, wie Renate ihre Lebenssituation wahrnimmt. Ich bringe drei Kuhschellen aus meinem Garten mit.

Lächelnd reicht sie mir die Hand zum Gruß und dankt, dass gerade sie als Gesprächspartnerin gewählt wurde. Renates Leben war geprägt von chronischer Krankheit, enttäuschten Hoffnungen und vielen Trauer auslösenden Erfahrungen. Mich rührt ihre Erzählweise. Renate berichtet von belastenden Lebensphasen. Überwiegend jedoch erzählt sie ausführlich und beseelt von „so viel Gutem“ im Lebensverlauf. Erfüllt von einer Haltung der Dankbarkeit erzählt sie mir von der „Liebe des Lebens“, der sie in der Person ihres Mannes begegnen durfte. Kinder und Enkelkinder bereichern ihren Alltag. Renate lenkt ihre Aufmerksamkeit dorthin, wo ihre Kraftquellen liegen: im Glauben, in der Familie und „bei den vielen lieben Menschen“, die sie täglich pflegen.

Trotzmacht des Geistes

Unsere Persönlichkeit beinhaltet wertvolle Potentiale hinsichtlich unserer

Willensentscheidungen und der Fähigkeit, gegenüber körperlichen Befindlichkeiten, emotionalen und belastenden Gefühlen Stellung zu beziehen. Das bedeutet, dass Menschen trotz Schmerzen, Ärger und Unlust andere Haltungen, sog. „Einstellungswerte“, einnehmen können. Der Mensch ist demnach dazu fähig, von seinen Befindlichkeiten und Gestimmtheiten abzurücken, sozusagen in eine „fruchtbare Distanz“ zum Psychophysikum zu treten, sofern er sich dafür entscheidet nach dem „Wozu, trotzdem?“ zu fragen und zu suchen. In der Logotherapie wird diese spezifisch humane Fähigkeit als „Trotzmacht des Geistes“ bezeichnet. (s. als Hintergrund Text S. 22 / 23 den Teil über Viktor Frankl!)

Leben bewusst gestalten

Renate nutzt bestmöglich ihren Entscheidungsfreiraum, der es ihr erlaubt, jene Haltung zu wählen, mit der sie den Herausforderungen ihres Lebensalltages bestmöglich begegnen möchte. Meist lenkt sie die innere Einstellung auf die Möglichkeiten, die es zu ergreifen gilt, trotz körperlicher Gebrechen, trotz Leid, trotz der Bewusstheit über die Endlichkeit ihres Daseins. Ist es denn diese Vorbildhaltung, die Pflegende so erstaunen lässt vor dieser Frau?

Selbst dem unabwendbaren Leiden kann man noch einen Sinn abringen in der Art und Weise, wie man es trägt. Renate erzählt, wie „schrecklich“ es anfangs für sie war, als sie beim Zuführen von Nahrung zum Mund durch ihr Zittern das Bett verunreinigte. Schon vor der Essenszeit begann sie zu Zittern, vor lauter Scham. „Ja, das war schwer anzunehmen am Anfang“. Und was hat ihr

geholfen mit der Situation umzugehen? „Weil es einfach sein musste“.

An anderer Stelle des Interviews sagt sie zu mir: „Ich bin glücklich, weil sie (die Pflegenden) so hilfsbereit sind“. Auf meine Frage, was denn ihren Tag hier im Altenheim schön mache, antwortet sie: „Die Liebe der Menschen“. Sie erzählt begeistert, dass sie in einem bequemen Rollstuhl zu einem Konzert gefahren wurde, wo Lieder von Heinz Conrads gesungen wurden. „Du, sie (die Pflegenden) machen so Vieles, so Vieles.“ Renate freut sich, sie anerkennt und würdigt das Verwirklichungsmögliche.

Wo die Handlung aufhört, weil kein Handlungsspielraum mehr besteht, dort beginnt die Haltung (Lukas, 2004, S. 20). Aus ihrem persönlichen, einzigartigen Schicksalsraum kann Renate nicht heraustreten. Würde sie gegen ihr Schicksal hadern, wofür sie weder Verantwortung noch Schuld trägt, würde sie den Sinn für das Leben möglicherweise übersehen. Innerhalb ihres Schicksalsraumes ist Renate jedoch unverwundbar. Diese Unverwundbarkeit macht auch ihre Verantwortlichkeit für die Gestaltung ihres Schicksals aus und dafür, was sie uns vorlebt.

„Leben heißt letztlich Ver-Antwort-ung tragen für die rechte Beantwortung der Lebensfragen, für die Erfüllung der Aufgaben, die jedem Einzelnen das Leben stellt, für die Forderung der Stunde“ (Frankl, 1946, S. 125).

Renate gestaltet ihr Leben, obwohl ihr dieses unter anderen Vorzeichen von „Lebensqualität“ geschenkt wurde, als sie sich dies gewünscht hätte. Kommt

sie denn dem nahe, was Frankl in der oftmals missverstandenen Aussage zu verdeutlichen versuchte, wonach es gilt, das Leid in eine „heroische Leistung“ zu wandeln!?

Frankl vergleicht den Menschen mit einem Bildhauer, der sein Leben, ein zunächst noch „ungeformter Stein“, mit Meißel und Hammer so bearbeitet, das der Stein immer mehr an Form gewinnt. Der Mensch versucht das Material, das das Schicksal ihm liefert, zu verarbeiten und aus seinem Leben „herauszuschlagen“, soviel er nur kann: schaffend, erlebend oder leidend.

Kann es denn sein, dass das Leben auch jetzt noch oder gerade jetzt Aufgaben an Renate stellt, im Sinne einer weiterführenden Bearbeitung und Ausformung ihres Lebenssteines, solange bis sie ihr Werk in ihrer einzigartigen Weise vollendet hat? Wäre ihr dies denn zumutbar, zuzutrauen? Renate erfüllt trotz vielfacher Reduktionen wertvolle Aufgaben im Dienste der Menschlichkeit.

Indem sie dennoch liebt, vertraut, hofft, Schönes erinnert, dankt und anerkennt, hilft sie sich selbst und ihren Mitmenschen, Schwierigkeiten zu überwinden. Angesichts aller Schicksalhaftigkeit ist sie sich ihrer Freiheit bewusst: Sie wählt entschieden eine Weise, in der sie sich dem Schicksalhaften gegenüber einstellen möchte. Die Verwirklichung von Einstellungswerten ist die höchste Leistung, zu der ein Mensch fähig ist.

Manchmal ist die Kraft zur Verwirklichung einer Haltung geschwächt, schwindet an manchen Tagen gänzlich. Dann tut es wohl, von Menschen begleitet zu werden, die von den Wandlungsmöglichkeiten durch Aktivierung der Trotzmacht des Geistes wissen, die jedoch auch tröstend zur Seite stehen, wenn die Kraft zur Einstellungsmodulation geschwächt oder unaufbringbar ist. Das Auffinden und Verwirklichen einer Haltung verlangt Haltungsarbeit. Je schwerer die Arbeit, je mehr wir uns dadurch herausgefordert

fühlen, desto öfter brauchen wir Zeiten des Ausruhens.

Von der Aufgabe zur Gabe, von der Gabe in der Aufgabe

Die Legende von der Muschel am Meeresgrund versinnbildlicht, dass rückblickend eine schwere Aufgabe, die das Leben an uns stellt, letztendlich in eine Gabe gewandelt werden kann.

Es war einmal eine Muschel, die am Meeresgrund lebte und sich wohl fühlte bis zu dem Tag, an dem ein scharfes Sandkorn in ihre Weichteile geriet und sie wund rieb. Das Tier bemühte sich vergeblich den Fremdkörper abzustößen. Der Schmerz saß fest. Was tat die Muschel in ihrer unabänderlichen Lage? Sie „weinte“, jedoch mobilisierte sie auch Kräfte. Sie hüllte das Sandkorn in den Saft ihrer Tränen ein und verwandelte es in eine Perle.

Die Muschel wandelte die Aufgabe in eine Gabe! Es gäbe keine Perle, gäbe es zuvor nicht auch ein Sandkorn.

Fragmentcharakter des Lebens

In Unkenntnis darüber, wann wir von dieser Welt abberufen werden, gilt es die Zeit zu nützen, auch auf die Gefahr hin, dass wir unser (Lebens-)Werk nicht vollenden können, denn der „Fragmentcharakter“ des Lebens tut dem Lebenssinn keinen Abbruch. Keinesfalls kann man aus der Zeitdauer eines Menschenlebens auf dessen Sinnfülle schließen. Der

Mensch ist demnach dazu aufgefordert, jeweils nur den Einzelsinn in der konkreten Situation zu entdecken und zu erfüllen. Der Gesamtsinn des Lebens erschließt sich oft erst im Nachhinein, vielleicht auch erst nach dem Tode.

Über die Kraft des Zutrauens

Anhand des Zitates von Johann Wolfgang von Goethe verweist Frankl auf des Menschen Zumutbarkeit eines Willens zum Sinn: „Wenn wir den Menschen so nehmen, wie er ist, dann machen wir ihn schlechter. Wenn wir ihn aber so nehmen, wie er sein soll, dann machen wir ihn zu dem, der er werden kann“ (Frankl, 1985/1979).

Renate erstrahlt, wenn Menschen ihr zurückmelden, dass sie sich durch die Begegnung mit ihr bereichert und gewandelt fühlen. Dies bestärkt sie in ihrer Lebensweise, hebt ihren Selbstwert. Sie kann dadurch sich selbst und ihr Hineinwirken ins Leben als sinnvoll erfahren.

Die Weise, in der Menschen wie Renate trotzdem ihr Leben gestalten, wird vielleicht auch uns eines Tages helfen, gestärkt durch deren Vorbild, auf die Erfahrung von scheinbaren Sinnwidrigkeiten wie Leid und Tod, sinnvoll zu handeln. Gegen Ende unseres Gespräches blickten wir auf die Kuhschellen, welche in einer kleinen Vase am Nachtkästchen standen. Ich sagte zu Renate: „Schau, während unseres Gesprächs sind alle drei aufgeblüht“. Renate daraufhin: „Die haben uns zugehört“.



Quellen

- Frankl V. E. (1946): Ärztliche Seelsorge, Deuticke
- Frankl, V. E. (1985): Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn., Piper
- Frankl V. E. (1997): Der Wille zum Sinn, Piper
- Frankl V. E. (1997): Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Hans Huber,
- Lukas E. (2004): Sehnsucht nach Sinn. Logotherapeutische Antworten auf existentielle Fragen., Profil GmbH

Sabine Feichtner, MSc (Psychotherapie)
MSc (Palliative Care)

Und trotz-dem

Trotzdem- Bäume wachsen auf hartem, steinigem Untergrund unter erschwerten Bedingungen, bringen reiche Frucht. Hier zusammengetragen wurden „Früchte des Trotzdem-Baumes“ aus dem palliativen Alltag.



DGKS Angelika Schwarz,
Palliativstation St. Louise,
Barmherzige Schwestern Linz
DGKS Alexandra Freinthal,
Palliativstation Salzkammer-
gutklinikum Vöcklabruck

Trotzdem hat mit Widerstand und mit Gegenwehr zu tun, aber auch mit Standhaftigkeit, Hartnäckigkeit, Überzeugung und Selbstbehauptung. Trotzen kann "aufbegehren sein, rebellieren, jemanden oder etwas entgegentreten im festen Vertrauen auf seine eigene Kraft" (Duden-Definition).

Trotzdem leben

Ein Patient mit Locked-in-Syndrom war für einige Zeit auf der Station, des öfteren haben wir im Team diskutiert, was denn Lebensqualität sein kann und ob Herr X. in seiner Situation wohl noch Lebensqualität empfinden kann.

Die Meinungen gingen sehr auseinander. Im Laufe der Zeit war es Herrn X. möglich, auf Fragen mit Augenzwinkern zu antworten, JA hieß 1x zwinkern, NEIN hieß 2x zwinkern. Er wurde dabei von seiner Lebensgefährtin, die ihn oft besuchte und für ihn träumte, wieder gemeinsam auf Urlaub zu fahren, sehr gefördert.

Die Symptomlast wurde erdrückend, eine große Bauchwunde kam dazu, es wurde eine Versorgung mit einem Spezialverband notwendig. Und wieder kam die Frage auf – kann das noch Qualität sein für Herrn X.? Wir staunten nicht schlecht, als wir Herrn X. mit der Frage konfrontierten, ob das Leben für ihn so, wie es sich gerade zeigt, lebenswert ist. Wir bekamen ein ganz klares und eindeutiges JA ausgedrückt.

Leben ist oft mehr, als das, was wir uns darunter vorstellen, Lebensqualität nährt sich oft aus Quellen, die tiefer liegen als das Seh-, Hör-, Greifbare – das Leben von Herrn X. hat Qualität, trotzdem.

Trotzdem anders sehen

In unserem Berufsalltag sind wir immer wieder angehalten, einen Schritt zurück zu machen, Situationen neu zu sehen, anders zu sehen, die Blickwinkel zu ändern und Wahrnehmungen zu schildern, übereinander zu legen und abzugleichen. So dürfen wir immer wieder neue Perspektiven erahnen.

So kann gute Kommunikation und das Lösen von schwierigen Situationen trotz unterschiedlicher Berufsgruppen in einem Team, oder vielleicht gerade deshalb immer wieder gut gelingen. Interprofessionelles Arbeiten leistet einen wesentlichen Beitrag zur qualitätsvollen Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen.

Trotzdem Lebendigkeit suchen

Frau R., eine Patientin, die vieles ablehnte und abwehrte, wollte wieder fünf Schritte gehen können, das war ihr Ziel. Dann hatte sie das Gefühl, wieder nach Hause zu können – dennoch, wenn es um das tägliche Üben ging, dann wehrte sie ab, ließ sich weder von Pflegekräften, noch vom Physiotherapeuten dazu bewegen, ihr Bett zu verlassen.

Eines Tages kam unser Physiotherapeut freudestrahlend aus diesem Patientenzimmer. Auf die Frage, was ihm denn so Freude bereitet hätte, sagte er: "Ja, ja – sehr gut – er hat es geschafft!" Auf meine Frage, ob da nicht Frau R. im Zimmer liege, meinte er: „Oskar ist auf Besuch – ein wuscheliger, liebenswerter mittelgroßer Hund mit treuem Blick – ER hat es zu Wege gebracht, dass sich Frau R. aufsetzen wollte!“

Ein Hund schafft es, allen Regeln der Professionalität und der menschlichen Motivationsgabe zum Trotz, Lebendigkeit herauszulocken – Lebendigkeit braucht manchmal



Foto: Angelika Schwarz

ZUSAGE

*Du brauchst nicht das Unmögliche möglich zu machen
Du brauchst nicht über deine Möglichkeiten zu leben
Du brauchst dich nicht zu ängstigen
Du brauchst nicht alles zu tun
Du brauchst keine Wunder zu vollbringen
Du brauchst dich nicht zu schämen
Du brauchst nicht zu genügen
Du brauchst Erwartungen an dich nicht zu entsprechen
Du brauchst keine Rolle zu spielen
Du brauchst nicht immer kraftvoll zu sein

Und du brauchst nicht alleine zu gehen*

(Schwarz, Andrea: Du Gott des Weges segne uns. Gebete und Meditationen. Herder)

vier Beine und ein treuherziges Aussehen, um Menschen zu motivieren, wieder auf die Beine kommen zu wollen!

Trotzdem genießen

Im Angesicht des Sterbens stellt sich die Frage: Hat Genuss Platz, darf und kann in schwerer Krankheit etwas „genossen“ werden? Genießen hat etwas mit Achtsamkeit und mit dem rechten Maß zu tun. Achtsam ein Gläschen Wein als Abendritual, das einer der Patienten täglich genießt, die Massage, die Körperpflege, die Ruhe oder Schmerzfreiheit. Der Überfluss verbietet den Genuss. Ebenso verhindert er die Achtsamkeit und Dankbarkeit. Vor einiger Zeit haben wir mit einem Patienten auf seine Entlassung angestoßen und ich kann sagen: „Wir alle haben den Augenblick so sehr genossen“. Und so ist für mich Genuss ein im Augenblick leben, wie eine Weisheit aus Deutschland besagt: „Lass einfach die Blume, die du in der Hand hältst, für diesen Moment deine Welt sein“ (deutsche Weisheit). So denke ich, hat Genuss viel Platz im Leben schwerkranker Menschen.

Trotzdem die Verbindung nicht abbrechen lassen

Es gibt PatientInnen und Angehörige, denen würde ich mich lieber entziehen – ihr Wesen reizt mich, der Befehlston ärgert mich, die Ansprüche überfordern mich – ein Pflegetag kann, in der Betreuung so eines Menschen sehr anstrengend und herausfordernd sein. Vor kurzem habe ich eine Patientin betreut, mit der es mir so ergangen ist. Wir haben nicht wirklich „einen Draht“ zueinander gefunden und im Bemühen mich abzugrenzen, habe ich mich sehr hart erlebt, was die Patientin auch gespürt hat. Das hat mich nicht gut schlafen lassen. Am nächsten Tag habe ich gebeten, diese Patientin nicht betreuen zu müssen. Trotzdem – ist in mir das Bedürfnis gewachsen, nochmals zu ihr zu gehen und mich zu entschuldigen – es ist nicht möglich, mit allen PatientInnen gleich gut umzugehen. Trotzdem – die Verbindung nicht abbrechen lassen – das scheint wichtig zu sein, trotzdem!

Trotzdem erzählen dürfen

„Zukunft braucht Herkunft“. (aus einem Grußwort des Ministerpräsidenten Erwin Teufel bei der Akademischen Feier „Hans Georg Gadamer und die Philosophie des 20. Jahrhunderts“) Jeder nächste Augenblick Zukunft braucht die Herkunft. Ich denke, der Ursprung, die Lebensgeschichte eines schwerkranken Menschen zu kennen, bedeutet immer ein mehr an Beziehung. Ein 90-jähriger Patient fragte mich, ob er mir etwas über seine Gedanken zum Thema „zuhören“ erzählen dürfe. Ich stimmte gerne zu und so entstand eine für uns beide sehr bereichernde Diskussion über hören und zuhören. Die Biografie und Erzählungen sind oft so bereichernd. So dürfen wir immer wieder Betroffene ermutigen, obwohl es schwer ist, einfach zu erzählen.

Trotzdem Platz für Humor

Einmal im Monat ist auf der Station Platz und Raum für die Clownvisite der Clinicclowns reserviert (in OÖ: www.clinicclowns.ooe.at). Dabei wird mit viel Fingerspitzengefühl vorgegangen. In einem Vorgespräch mit Pflegenden und Ärzten werden biografische Daten eingeholt. Der Wunsch von PatientInnen, nicht besucht zu werden, wird aber auch respektiert. Nach dem Besuch teilen uns die Clowns ihre Erfahrungen und Er-

kenntnisse mit. Das ist jedes Mal eine Bereicherung für alle.

Manchmal entspannen sich Situationen im Team, wenn wir mutig genug sind, über Missgeschicke, Fehler, Ungerechtigkeiten zu lachen. Oder wenn wir es uns einfach gönnen, untereinander eine lustige Bemerkung zu machen. Es hilft, den oft sehr schweren Themen zum Trotz, am Leben zu bleiben. Clownnasen leisten diesbezüglich einen wertvollen Dienst – kaum aufgesetzt, und schon kann es sein, dass sich der Clown in der Krankenschwester/im Krankenpfleger regt – das damit ausgelöste Lachen kostet nur einen Euro und ist doch mit Geld nicht aufzuwiegen!

Aber auch manche unserer PatientInnen haben die Gabe, auch im Angesicht des nahen Todes der Schwere zu trotzen. Eine Patientin sagte einmal: „Schwester, sie können sich gar nicht vorstellen, wie langweilig das Sterben ist!“

DGKS Alexandra Freinthal, Palliativstation
Salzkammergutklinikum Vöcklabruck
DGKS Angelika Schwarz, Palliativstation St.
Louise, Barmherzige Schwestern Linz

Literaturhinweis: Leiter K.E., Der Trotzdem- Baum. Wurzeln am Felsen Gottes, Tyrolia- Verlag



Solange die Sonne scheint in unsrem Leben sind wir voll Tatendrang und stolz auf unser Schaffen. TROTZDEM sollen wir die Regenspauzen bewusst nützen zum Regenerieren von Körper, Geist und Seele.

Foto: Roland Mayr

Bildung hilft zum trotzdem

Gerade der Basislehrgang ist eine wichtige Grundlage, um mit dem herausfordernden Thema Letzte Lebensphase gut umgehen zu können.



Sabine Leithner, MSc, Leitung des Basislehrgangs Palliative Care an der Akademie für Gesundheit und Bildung der Kreuzschwestern Wels, Mitarbeiterin des Entlassungsmanagements am Klinikum Wels / Grieskirchen

Der Basislehrgang Palliative Care, ein Baustein der Fort – und Weiterbildung in Palliative Care hat das Ziel, Professionelle zu befähigen, durch eine dem Menschen zugewandte Haltung, eine bewusste Auseinandersetzung mit dem eigenen Sterben als auch dem Sterben des anderen, sowie durch das Aneignen einer fachlichen Kompetenz Palliativpatienten bestmöglich ihren Bedürfnissen entsprechend bis zum Tod begleiten zu können. Viele Pflegepersonen absolvieren aus ebendiesen Ansprüchen den Palliative Care Basislehrgang.

Dazu Zitate aus meiner Masterarbeit zum Thema, in der ich Teilnehmende des Basislehrgangs in Wels befragte: „Die (Stationsleitung) ist auf mich zugekommen, hat mich gefragt und hat mich über den Kurs informiert [...] ob ich den machen möchte und dann hat sich das ergeben, dass ich ihn mach[....] Und dann hab ich halt gedacht, es passt sehr gut, dass ich halt Erfahrungen durch den Kurs sammeln, oder was ich dann in meiner Arbeit mit einbringen kann“ Eine Teilnehmerin berichtet, dass durch den Tod der Mutter die Arbeit mit Sterbenden und Angehörigen sehr schwer geworden ist. Sie sagt: „Der Palliative Kurs hat mich schon immer interessiert – und ich hab mir dann gedacht, vielleicht bringt mich das weiter, dass i dann mit dem wieder besser umgehen kann. [...] Dass i selber auch Bewältigungspotential krieg und deshalb hab ich mich dann entschlossen, dass ich den Lehrgang machen möchte“

Im Wesentlichen geht es um den Wunsch, mehr Sicherheit im persönlichen Tun im Umgang mit sterbenden Patienten, mit

Angehörigen und auch mit intra- und extramuralen KollegInnen zu bekommen und Erfahrungen zu sammeln.

Abhängig von Strukturen wie auch vom Interesse und dem Bedarf anderer KollegInnen ist es möglich, erlerntes Wissen aus dem Palliative Care Lehrgang situativ einzubringen und auch anzuwenden. KollegInnen fragen in konkreten palliativen Betreuungssituationen nach. Die häufigsten Fragen werden zur Mundpflege, Lagerung und Symptomlinderung gestellt. Ebenso wird der Umgang mit belastenden palliativen Situationen thematisiert. Oft geht es darum, „am gleichen Strang zu ziehen“, um sterbende Menschen bestmöglich betreuen zu können.

Wissen noch stärker nutzen

Eine strukturierte Weitergabe von erworbenem Wissen ist im Stationsbetrieb oft nicht geregelt. Folgende Voraussetzungen müssten dafür erfüllt sein: Das gesamte Team ist über die Teilnahme einer Pflegeperson an einer Weiterbildung sowie deren Inhalte und die Beweggründe dafür informiert. Die Pflegeperson bekommt z. B. während einer Teambesprechung die Möglichkeit, in Form von Zwischenberichten erworbenes Wissen weiterzugeben oder eine Informationsmappe anzulegen.

Pflegepersonen, die persönlich mit der Thematik Sterben und Tod konfrontiert wurden, profitieren von der Palliative Care Weiterbildung durch die eigene Reflexion und Auseinandersetzung mit dem Thema als auch durch die Impulse, die durch den Lehrgang mitgegeben werden. Diese Erfahrungen haben einen Einfluss

auf die Begleitung von Palliativpatienten. Eine Interviewpartnerin verwendet den Begriff „hineinversetzen“. Im Kontext Palliative Care bedeutet das Empathie.

Hervorzuheben ist, dass alle Pflegepersonen bemüht sind, bewusster die Bedürfnisse von sterbenden Patienten wahrzunehmen und darauf einzugehen. Zum Beispiel wird gezielt das Tempo reduziert und darauf bedacht genommen, Patienten und Angehörigen zu signalisieren, ganz für sie da zu sein. Mehr Sicherheit im eigenen Tun erlangt zu haben, wird als weiterer Nutzen der Weiterbildung beschrieben. Und die Bestärkung, in belastenden Situationen Gespräche mit anderen KollegInnen in Anspruch zu nehmen. Ein ehrlicherer Umgang mit Gefühlen oder mit Ekel sowie die Notwendigkeit der Thematisierung von Tabuthemen, wie unter anderem Sexualität, ist durch Impulse im Lehrgang verdeutlicht worden. Es geht auch um den bewussten Umgang mit den eigenen Gefühlen wie auch mit jenen des/der PalliativpatientIn. Ebenso unterstützt wird durch den Basislehrgang, diese Tabuthemen wie mit Angehörigen von PalliativpatientInnen zu thematisieren.

Alle meine Interviewpartnerinnen erachten die Teilnahme am Palliative Care Basislehrgang als sinnvoll und notwendig. Unabhängig von der persönlichen Ausgangssituation profitieren alle Pflegepersonen von der Weiterbildung. Bewusstsein für Palliative Care wird geschärft und palliative Maßnahmen werden frühzeitiger gesetzt.

Sabine Leithner



Dr. Christine Eckmayr,
Hospizbewegung Wels Stadt/
Land - Vorstandsvorsitzende

Andreas Weg

Die Begleitung einer 14jährigen Krebspatientin und ihrer Angehörigen.

In meiner mehr als 20jährigen Arbeit als Medizinerin und mehr als zehn Jahren Hausarztztätigkeit sah ich mich vor wenigen Jahren erstmals mit der Betreuung eines krebskranken Kindes, eigentlich einer damals 14jährigen Jugendlichen, betraut.

Damals wurde mir auch bewusst, dass der im englischsprachigen Bereich verwendete Begriff „family doctor“ unsere Tätigkeit viel besser beschreibt als der Ausdruck „Allgemeinmediziner“.

Im Sommer 2010, kurz vor Urlaubsantritt, zeigte mir eine damals 14jährige Patientin eine knotenförmige, harte Veränderung unter der Haut. Unerwartet und schier unglaublich war dann die Diagnose nach Entfernung und histologischer Aufarbeitung des Gewebes:

Es handelte sich um ein extraossäres Osteosarkom (Knochenkrebs, der nicht im Knochen sondern in den Weichteilen auftritt), eine sehr seltene Erkrankung, die bei jungen Menschen praktisch nicht vorkommt, dementsprechend wenig weiß man auch über Therapie und Prognose.

Nach dem anfänglich verständlicherweise lähmenden Schock für die Patientin und ihre Eltern und intensiver Beratung mit diversen Fachärzten, wurde an der Kinderklinik Linz mit der Chemotherapie begonnen.

Andrea musste fast alle schweren Nebenwirkungen einer Chemotherapie aushalten, die man sich nur vorstellen kann: schwere Blutbildschäden, Übelkeit, Inappetenz, Fieber, Begleitinfekte, Schleimhautschäden, viele Wochen Krankenhausaufenthalt, ...

Als ich sie einmal fragte, was sie am schlimmsten an der Chemotherapie empfunden hätte, nannte sie erstaunlicherweise nicht die Chemotherapie an sich oder die Nebenwirkungen, sondern das immer wieder Warten auf die Blutbefunde nach der Chemotherapie, und das dann nicht heimgehen dürfen, wenn das Blutbild schlecht war.

Wenige Wochen nach Diagnosestellung und Therapiebeginn sah sich die Familie mit zusätzlichen Problemen konfrontiert. Andrea stammt aus einer Familie mit Migrationshintergrund, hat zwei Geschwister, beide Elternteile berufstätig, fleißig, ordentlich, verlässlich, seit Jahren in einem fixen Arbeitsverhältnis.

Erschöpfung

Bei Andreas Mutter machten sich neben der psychischen Belastung auch Zeichen körperlicher Erschöpfung bemerkbar: die zahlreichen Fahrten ins Kinderspital nach der Arbeit, die Sorge um Andrea, wenn sie zuhause war (Infektionsgefahr minimieren und doch Besuche zulassen), die Verantwortung den anderen Kindern gegenüber (der kleine Bruder fühlte sich vernachlässigt), Überstunden waren abgebaut, sie wusste nicht mehr weiter, wollte ihren Job nicht verlieren und kam mit diesen Sorgen zu mir in die Ordination.

Mit Erstaunen und großer Dankbarkeit konnte sie annehmen, dass sie jedenfalls, nachdem ich dem Chefarzt die außergewöhnliche Situation geschildert hatte, vorübergehend in den Krankenstand gehen konnte und trotzdem die ausdrückliche Erlaubnis hatte, ihre Tochter im Spital zu besuchen.

In einem weiteren Telefonat, diesmal mit dem Arbeitgeber, der über Andreas Krankheit bereits von den Eltern informiert war, konnten wir zur Erleichterung von Andreas Mutter eine Dienstfreistellung erreichen, mit Arbeitsplatzzusicherung, solange dies notwendig war.

Eine für mich persönlich sehr herausfordernde Situation kam dann, als ich Andrea, mit der ich zwischendurch immer wieder im Telefonkontakt war, nach vielen Wochen fast ununterbrochenen Krankenhausaufenthalt versprach, sie um Weihnachten zuhause zu besuchen. Da waren schon Unsicherheit und ein wenig Angst, etwas falsch zu machen (wie antworte ich auf welche Fragen, ... ehrlich sein und doch Mut machen...) bei mir spürbar.

Zu diesem Zeitpunkt hatte ich allerdings das große Glück, im Rahmen meiner Palliativausbildung Peter Fässler-Weibel kennenzulernen, konnte ihm in einem persönlichen Gespräch die Situation und meine Sorgen und Bedenken schildern. Er stärkte mich (zusammengefasst) mit den Worten: „Haben Sie keine Angst. Sie werden nichts falsch machen. Das einzige, was Sie falsch machen könnten, wäre, nicht hinzugehen.“

Dieser Patientenbesuch war dann auch ein sehr berührendes und zugleich beruhigendes Erlebnis.

Die ganze Familie war anwesend, Kaffee und Kuchen wurden aufgetischt und in dieser anfänglich etwas angespannten, dann doch aber sehr gemütlichen Atmosphäre wurde erzählt, gefragt, erklärt, gelacht und wohl auch ein bisschen geweint.

Als ich mich verabschiedete, hatte ich das Gefühl, dass die ganze Familie erstaunlich gut mit dieser schwierigen Situation umgehen gelernt hatte und auch miteinander.

Schleppend, wegen der immer wieder starken Nebenwirkungen, setzte Andrea die Therapie fort. Anschließend ging sie zu einem mehrwöchigen REHA-Aufenthalt an eine Spezialklinik im Schwarzwald. Lieber wäre sie einfach zuhause gewesen, meinte sie.

Nachwirkungen

Ende Oktober 2011 war es dann soweit. Andrea war wieder zuhause und sollte sich allmählich an die „Normalität“ gewöhnen. Und damit kamen die nächsten Schwierigkeiten.

Das betraf jetzt die Alltagsbewältigung, allem voran die Schule. Andrea hatte ein Jahr gefehlt und war jetzt erst verspätet eingestiegen. Die schulischen Leistungen waren trotz Bemühen in einem oder zwei Fächern nicht ausreichend, auch das Verständnis oder Entgegenkommen vonseiten der Schulleitung, z.B.: zu Semester keine Benotung abzugeben, konnte nicht erwirkt werden. Außerdem war Andrea, wie sie selbst sagte „im letzten Jahr gezwungen gewesen, anders zu denken, erwachsener zu werden, ...“ und konnte in dieser doch noch sehr labilen Phase auch nicht mit ansehen, wie Schulkollegen oft miteinander umgingen (Ausgrenzungen, Mobbing,).

Die Mutter machte sich große Sorgen,

weil Andrea die Schule abbrechen wollte; Andrea bemühte sich, immer wieder zur Schule zu gehen, um ihre Mutter nicht zu enttäuschen, war aber in dieser Zeit zumindest jede Woche einmal in meiner Ordination und beklagte die schwierige Situation.

Eine Lehrstelle war zu diesem Zeitpunkt nicht verfügbar, außerdem waren die körperlichen und psychischen Voraussetzungen für eine Vollzeitbeschäftigung noch nicht gegeben. Andrea wollte aber auch nicht wartend zuhause sitzen.

Es ist zwar sicher nicht vordergründige Aufgabe eines Mediziners, sich auch derartiger Probleme anzunehmen. Ich habe mich aber doch verantwortlich gefühlt, Andrea weiterzuhelfen.

Jetzt, wo sie ihre Krankheit betreffend, soviel durchgemacht und geschafft hatte, sollte sie nicht an Sachen wie Schule oder Ausbildung scheitern.

Erneut setzte ich alle Hebel in Bewegung, nutzte Kontakte, sprach bei wichtigen möglichen Arbeitgebern persönlich vor und traf auf einen verständnisvollen Direktor und dessen Personalchef, die es Andrea ermöglichten, vorübergehend ein bezahltes Praktikum im Ausmaß von 20 Wochenstunden zu absolvieren, bis sie sich dann für eine Lehrstelle bewerben konnte.

An diesem Arbeitsplatz ist Andrea, die einen weiteren schweren Schicksalsschlag (Tod des Vaters) hinnehmen musste, heute noch und sehr zufrieden mit ihrer Ausbildungsstelle.



Foto: privat

Die Tumornachsorgekontrollen sind immer noch eine Herausforderung für die junge Dame, die Ergebnisse waren aber bisher immer sehr gut, was sicher auch zu einer psychischen Stabilisierung beiträgt.

Zusammenfassend ist es mir ein Anliegen festzuhalten, dass, wenngleich manche Tätigkeiten oft nicht unmittelbar in das Berufsbild des Allgemeinmediziners passen, es trotzdem gut ist, sich über das normale Maß hinaus zu engagieren, weil das sicherlich zum Wohlbefinden und somit zur Gesundheit unserer Patienten beiträgt.

Dr. Christine Eckmayr, Vorstandsvorsitzende der Hospizbewegung Wels Stadt / Land



Man ginge gerne den kürzesten Weg. TROTZDEM erweisen sich die Umwege im Zurückschauen oft als notwendig und wertvoll. Roland Mayr



Dr. Bernhard Mossbauer, OA
an der Palliativstation im
Krankenhaus der Barmherzigen
Schwestern Linz

Trotzdem gerne leben

Ein Spitalsarzt reflektiert seine Tätigkeit als Palliativmediziner.

In den vielen Jahren meiner Tätigkeit als Arzt in Palliative Care frage ich mich immer wieder, was mich besonders an den Erfahrungen mit unseren Patienten berührt. Welche Gedanken, Eindrücke und Zeugnisse dieser Menschen weisen auf wichtige Kraftquellen oder Lebens"richt"linien hin – was kann ich für mein eigenes Leben, für meine weitere Arbeit richtungsweisend dazulernen – was soll ich nicht verlernen?

PalliativmedizinerInnen werden unter anderem dazu ausgebildet, auch „schlechte“ Nachrichten „gut“ zu überbringen.

"Machen Sie sich nicht so viel Sorgen..."

Vor kurzem hatte ich diese Aufgabe bei einem hochbetagten krebserkrankten Mann zu übernehmen. Bei fortschreitender Leber- und Gehirnmetastasierung – eine Strahlentherapie war geplant – war er auf Grund des Schwindels gestürzt und im Kopf-CT zeigte sich nun zusätzlich eine Blutung am Gehirn-Schädelübergang, die „unbehandelt“ bei Vergrößerung zum Tod führen hätte können. Die mögliche Behandlung wäre ein neurochirurgischer Eingriff gewesen.

Darüber und über das Abschätzen von Sinn und Verzicht auf diesen Eingriff und die eventuell „fatalen“ Folgen versuchte ich empathisch mit dem Patienten zu sprechen. Ich glaube, es gelang ganz gut – dieser sympathische Herr versuchte mich noch zu trösten... „Machen Sie sich nicht zu viel Sorgen, Herr Doktor...Ich bin gefasst...habe alles geregelt....Den Kopf lasse ich mir nicht

aufstemmen....“ Später führten wir noch ein gemeinsames Gespräch mit ihm, seiner Gattin und einer Enkelin – in der Hoffnung, dass „die Sache noch mal „gut“ ausgeht“ (Es war dann so!) – denn trotzdem hatte er den Wunsch, wenigstens noch die nächsten 3 Wochen zu erleben, da dann sein Sohn von einer Fernreise zurückkommen würde. – „Ich möchte ihn noch einmal in meine Arme nehmen!“ – Ich musste ihm versprechen, dass ich mir „nicht zu viel den Kopf(!) zerbrechen würde“ und verabschiedete mich schmunzelnd.

Als „junger“ Palliativarzt betreute ich vor fast 14 Jahren einen fast gleichaltrigen Patienten. Er hatte so viele nicht mehr zu behandelnde und wachsende Lungenmetastasen, dass er zur Symptomlinderung der Atemnot auf die Palliativstation übernommen worden war. Nach Durchsicht der Befunde war mir klar, dass er leider nicht mehr lange leben würde können. In mehreren Gesprächen wurde dies mit ihm und seiner Familie „kommuniziert“ und zugesagt, dass er nicht „ersticken“ müsste (Es gelang mit Hilfe einer palliativen Sedierung in der Sterbephase).

Ich erinnere mich noch gut an ein Gespräch mit ihm allein, in dem er sagte: „...Ich hoffe, dass es trotzdem noch 2 – 3 Jahre gehen wird...“ Ich versuchte Haltung zu bewahren, da dies nur ein „Wunder“ bewirken hätte können – dabei hatte ich doch schon zuvor „wahrhaftig“ über die schlechte Prognose mit ihm gesprochen. Der junge Mann erschien mir gefasst und klar...Nach einer kurzen Pause meinte er dann: „Naja, schauen

wir halt, wie es bis nächste Woche gehen wird....“

Unabhängig von ihrem Alter hatten mir diese beiden Menschen zwei Botschaften offenbart: Ich weiß, dass ich (bald) sterben muss und nehme das so an - traurig, aber gefasst!

Trotzdem lebe ich noch gerne und wünsche mir das von Herzen!

Dieses oft fast nahtlose Nebeneinander der Akzeptanz der Endlichkeit, des kommenden Todes und des Festhaltens am geliebten Leben eröffnet bei Menschen oft Ressourcen in unterschiedliche Richtungen:

Einerseits das Annehmen von stark eingeschränkter Lebensqualität als Basis für eine „neue“, oft erstaunliche Zufriedenheit, das manchmal kämpferische Ringen um jeden Tag des verbleibenden Lebens, vielleicht um noch ein Familienfest mitfeiern oder zum letzten Mal sein Zuhause sehen zu können, andererseits das vielleicht ruhige, friedliche Erwarten und baldige Erhoffen der eigenen Sterbestunde.

Am Entlassungstag erzählte mir ein Patient folgendes Hoffnungsbild: „Der Tod soll sich als Freund zu mir ans Bett setzen und mich in Frieden mitnehmen...“. Begleitet von seiner Gattin verstarb er ein paar Tage später zu Hause in der Osternacht.

Fallen lassen

Vor einigen Jahren begleiteten wir eine jüngere Mutter und ihre Familie. Im damaligen Herbst war bei ihr Magenkrebs in einem fortgeschrittenen Stadium diagnostiziert worden. Nach weniger als

zwei Monaten musste sie schon auf die Palliativstation verlegt werden. Eine Chemotherapie oder Operation war nicht mehr möglich. Die Symptomlinderung bei zunehmenden Beschwerden durch einen sich entwickelnden Darmverschluss stand im Vordergrund. Das bedeutet neben Medikamentengabe gegen Schmerzen und Übelkeit, dass man eine Entlastungsmagensonde legt, um das Erbrechen möglichst zu verhindern und zum Versuch des Kräfteerhalts auch „künstlich“ über die Venen ernährt. Besonders herausfordernd waren Gespräche über die weitere Betreuung ihres zwei Jahre alten Sohnes. Der rasche, unbarmherzige Krankheitsverlauf ließ Patientin, Gatten und Familie kaum Zeit, das Unabänderliche zu begreifen: Die verbleibende Lebenszeit würde nur mehr kurz sein. Trotzdem war es notwendig diese schwierigen Themen aufzugreifen. Der Vater musste ja weiter seinen Beruf ausüben können, und so würden sich vor allem die Großeltern um ihren Enkel kümmern müssen. Den Schmerz der Mutter darüber, ihr Kind im Leben nicht weiter begleiten zu können, konnte man nur „ohnmächtig“ mitansehen.

Ihr Vater sprach aus, dass er zu verstehen beginne, dass die „Schulmedizin“ an ihre Grenzen komme. Er bat, dass wir ihm und seiner Tochter trotzdem nicht jede Hoffnung auf Heilung nehmen sollten. Es war ihm wichtig, einen „Heiler“ zu seiner Tochter mitbringen zu dürfen. Die Symptome verschlechterten sich, die Kräfte schwanden weiter, trotzdem versuchten wir gemeinsam mit der Familie, dem Hausarzt und dem mobilen Palliativteam noch einmal eine Entlassung nach Hause zu ermöglichen. Es gelang uns nicht und als das erhoffte „Wunder“ nicht und nicht eintreffen wollte, spürte man ein verzweifelteres Sich Fallen Lassen der Patientin... Sie verstarb am 24. Dezember. War das trotzdem ein „Heiliger Abend“?

Ich erfuhr die traurige Nachricht erst nach den Weihnachtsfeiertagen - die ich in diesem Jahr unbeschwert mit meiner Familie verbringen durfte - als ich den Dienst über Sylvester antrat. Auf einer Palliativstation ist Abschied, Sterben und Leid oft Teil des Alltags, trotzdem fühlte ich mich damals hilf- und sprachlos im Nachfühlen dieser „Weihnachtsgeschichte“.

In der ersten Jännerwoche kam schließlich der trauernde Ehegatte nochmals auf die Palliativstation. Es ging ihm natürlich nicht gut, trotzdem bedankte er sich bei uns gerade dafür, dass wir seine nun verstorbene Gattin, ihn und seine Familie in dieser schwierigen Zeit unterstützt und begleitet hatten.

Eine Linderung von Leid scheint es also immer zu geben, auch wenn es vielleicht nur ein Mitaushalten der Verzweiflung ist?

Nicht selten werde ich gefragt, wie ich mit der täglichen Konfrontation mit unheilbarer Krankheit, mit Tod, Leid, Schmerz, Trauer und der Erinnerung an die „eigene“ Endlichkeit in der Arbeit als Palliativmediziner umgehe. (Ohne Berücksichtigung von Konsiliardienst und Entlassungen haben wir auf der Station alleine schon ca. 2000 Menschen beim Sterben begleitet.) Meine Antworten fallen, glaube ich, über die Jahre unterschiedlich aus – einige Ansätze dafür, wieso ich trotzdem immer wieder gerne diese Herausforderungen annehme, finden sich in diesem Text! Aber vielleicht eben nicht trotzdem, sondern gerade deshalb!

Dr. Bernhard Mossbauer, OA an der Palliativstation, Krankenhaus Barmherzige Schwestern Linz



Foto: Roland Mayr



Dieses Interview führte
Brigitte Huber

MS & Rollstuhl - trotzdem selbstbestimmt leben

Monika berichtet über ihr Leben, in dem ihr Selbstbestimmung und Mitgestaltung sehr wichtig sind.

Monika ist 56 Jahre alt. Vor 27 Jahren wurde Multiple Sklerose, eine schwere, unheilbare neurologische Erkrankung diagnostiziert. Die Krankheit trat im Alter von 16 Jahren auf. In den nächsten Jahren gab es immer wieder Symptome wie Gesichtslähmung, Probleme mit dem Gleichgewicht, Lähmung eines Fußes, starkes Zittern, Sehstörungen. Erst eine Augenärztin hatte den entscheidenden Verdacht, und im Wagner-Jauregg-Krankenhaus wurde 13 Jahre nach den ersten Anzeichen die Krankheit erkannt.

Seit 25 Jahren ist Monika auf den Rollstuhl angewiesen, anfänglich ein Handrollstuhl, einige Jahre später ein Elektromodell. Zur MS kamen in den letzten Jahren noch zwei Krebserkrankungen. Sehr jung gründete Monika eine Familie. Sie zog mit ihren zwei Kindern noch ein Geschwisterpaar als Pflegekinder groß. Sie gehören heute noch zum Familienverband. Monika meisterte das Leben auch, als sie nach fünf Jahren allein erziehende Mutter war. Gebraucht zu werden war das stärkste Antriebsmittel, nicht aufzugeben. Alle vier Kinder haben einen Beruf erlernt. Mit ihren fünf Enkelkindern ist sie besonders innig verbunden.

Wie empfindest du dein Leben im Rollstuhl?

Für mich ist das Leben im Rollstuhl nichts Besonderes, es ist nur anders. Allerdings müsste ich ohne Rollstuhl nur im Bett liegen. Er ist also eine Bereicherung, denn ich kann damit den Freundeskreis erreichen. Ohne Rollstuhl hätte ich die Ausbildung zur Peerberaterin nicht machen können, die Arbeit im Verein

(Anm.: SLI – Selbstbestimmt-Leben-Initiative OÖ/ Sitz in Linz) wäre nicht möglich.

Meine Enkelkinder profitieren auch davon, dass ich mobil bin. Das Leben ist facettenreicher, weil ich aus meinen vier Wänden hinauskomme. Wer weiß, vielleicht wäre mein Leben ohne Behinderung oberflächlicher verlaufen.

Was gibt dir trotz deiner schweren Erkrankung die Kraft so stark zu sein?

An erster Stelle sind es die Kinder und Enkelkinder – sie waren in allen Jahren meine beste Motivation zum Starksein. Jetzt ist es auch die Aufgabe im Verein, die mich fordert. Wir haben die „Persönliche Assistenz im Auftraggebermodell“ mitentwickelt, das seit April angelaufen ist. Es macht Freude, aktiv mitwirken zu können.

Welche Hilfen brauchst du, um selbstbestimmt leben zu können?

Ich lebe mit persönlicher Assistenz. Von 8.30 – 12 Uhr brauche ich sie für Alltagsdinge wie Umdrehen im Bett, zum Aufstehen, zur Körperpflege, zum Durchbewegen und für den Haushalt. Dann kommt sie erst am Abend wieder zum Bettgehen. Natürlich hilft auch die Familie fleißig mit.

Welche Hürden gibt es für dich als Rollstuhlfahrerin?

Ignorante Leute – wenn ich um offensichtliche Hilfe erst ersuchen muss z.B. ein Busfahrer, der die Auffahrtsrampe nicht ohne Aufforderung herunterlässt. Für ein selbstbestimmtes Leben mit

Rollstuhl braucht man eine Portion Kampfgeist. In meiner jetzigen Wohnung im ‚Betreubaren Wohnen‘ war von vorne herein nicht alles rollstuhlgerecht. So musste ich um den automatischen Öffner der Haustüre kämpfen. Einiges habe ich selbst für mich nutzbar umbauen lassen. Ich empfinde es aber auch als Hürde, dass Spontanität fast nicht möglich ist, denn viele Aktivitäten brauchen Vorbereitung oder Mithilfe.

Du bist Vorstandsmitglied des Vereins SLI. Was sind dessen Hauptanliegen?

Grundsätzlich sind es Empowerment und Inklusion, also Selbstbestimmung und Schaffung von Bedingungen, die niemanden ausschließen.

Ein weiteres Ziel ist Barrierefreiheit für alle Menschen mit Behinderung, also Rollstuhlfahrer, Blinde, Gehörlose, Minderwüchsige, usw. Behindert wird man durch das Umfeld, das meist nur für Leute ohne Behinderung konzipiert ist.

Eines unserer wichtigsten Anliegen ist die ‚Persönliche Assistenz‘, jetzt eben im neuen Modell. Wir bieten auch Peerberatung an, das ist Beratung Betroffener durch Betroffene.

Wenn die Beratung durch Personen stattfindet, die gleichartige Probleme haben, also auf gleicher Ebene sind, ist der Zugang einfacher.

Welche Wünsche hast du an die Zukunft?

In erster Linie soll es meinen Kindern und Enkelkindern gut gehen. Für mich wünsche ich mir, so lange als möglich ein aktives Leben führen zu können.

Trotz allem das Leben meistern

Ich versuche, so gut es geht positiv zu denken und zu handeln.



Georg Henckel-Donnersmarck,
Pensionist

Ich war bis zu meinem vollendeten 63. Lebensjahr in der Baubranche voll berufstätig und hatte mich anschließend gefreut, meine Pension noch einige Jahre zu genießen. Das Schicksal hat zuge schlagen. Heute bin ich 69 Jahre alt und querschnittgelähmt.

Während meines ca. 35-jährigen Arbeitslebens war ich, abgesehen von einer Rekonvaleszenz nach einem Arbeitsunfall im Ausland, nie im Krankenstand. Einen Hausarzt hatte ich nicht; ich hatte keinen Bedarf. Auf Drängen meiner zweiten Gattin, ohne die ich meine jetzige Situation mit Sicherheit nicht schaffen würde, habe ich bei ihrem Hausarzt eine Blutuntersuchung machen lassen.

Ergebnis: PSA Wert zu hoch. Es folgten nun einige Besuche bei 3 Urologen (zu Beginn wollte ich das Ganze nicht wahrhaben). Die Herren waren alle sehr nett zu mir, haben mich aufgeklärt, sodass ich schließlich eine Biopsie machen ließ.

Es folgte eine Bestrahlung der Prostata, worauf es mir ca. 2 Jahre gut ging.

Ich hatte mein ganzes Leben lang gelegentlich Kreuzschmerzen, wodurch ich dem Umstand, als diese ärger wurden,

keine besondere Bedeutung schenkte. Nach diversen Untersuchungen (CT, MR) stellte sich heraus, dass sich Metastasen und ein Tumor entlang der Wirbelsäule gebildet hatten. Im Frühjahr 2013 hatte ich eine Chemo, im Sommer die OP. Die Folge war die Querschnittlähmung vom Nabel abwärts. Ich benötige heute eine 24-Std. Betreuung.

Mein Zustand verschlechterte sich Ende 2013 dermaßen, dass ich dachte, mein Leben geht zu Ende.

Gelernt zu kämpfen

Trotzdem: Auf Grund der liebevollen Betreuung durch meine Frau, sowie unseres Hausarztes und das Mobile Palliativteam Salzkammergut, habe ich gelernt, noch einmal zu kämpfen.

Meine Schmerzen habe ich im Griff. Wenn mich heute jemand fragt, anlässlich von Begrüßungen oder ähnlichem, „wie geht es Ihnen“, so antworte ich nicht mit „danke gut“, sondern erkläre meinen Zustand als „stabil“. Gut ginge es mir, wenn ich wieder laufen könnte. Aber es ist auch so o.k. Ich habe meinen Zustand akzeptiert.

Mein Tagesablauf beginnt mit dem Frühstück, welches ich noch im Bett (von meiner Frau liebevoll gebracht) einnehme. So gegen 10 Stunden vormittags kommt unsere Pflegerin (privat), die meine Gattin täglich bei meiner Körperpflege unterstützt. Im Anschluss werde ich mittels eines elektrischen Hebekranes in einen Rollstuhl oder ein anderes bequemes Sitzmöbel gebracht. Das geschieht je nachdem wie ich den weiteren Tag verbringe. Zum Glück wohnen wir in einem großen ebenerdigen Haus, wodurch ich eine

passable Bewegungsfreiheit habe. Meine bisher betriebenen Sportarten (Ski, Tennis, Golf) kann ich natürlich nicht mehr betreiben. Verblieben sind mir zwei andere Hobbys wie Schallplatten (heute CD's) und elektrische Eisenbahnen. Hier habe ich im Laufe meines Lebens seit früher Jugend schöne Sammlungen aufgebaut, mit denen ich mich, soweit es aus dem Rollstuhl heraus geht, beschäftige.

Lesen, Fernsehen, Besuche empfangen sind so weitere Tätigkeiten, mit denen ich meinen Tag verbringe.

Meine Mahlzeiten im Laufe des Tages nehme ich bei Tisch ein. So gegen 19h kommt wieder unsere gute Seele und bringt mich gemeinsam mit meiner Gattin zu Bett. Mit Fernsehen oder Lesen geht mein Tag zu Ende.

Jetzt freue ich mich auf den Sommer, den ich, soweit es geht, im Garten mit viel Sonne verbringen möchte. Noch suche ich eine Möglichkeit wie ich in unseren Pool kommen könnte. Ich denke, bis es soweit ist, werde ich schon etwas gefunden haben. Es ist aber auch schön, am Poolrand zu sitzen und das Ambiente zu genießen.

Ich versuche, so gut es geht positiv zu denken und zu handeln. Man schafft so einen Zustand aber nur, wenn man einen Menschen hat, der voll zu dir steht und dich bei allem und jedem unterstützt. Ich habe zum Glück so jemanden: meine liebe Frau Luise. Es ist leicht, aus der Ferne gute Ratschläge zu geben, aber ich kann jedem / jeder, der /die sich in einer ähnlichen Lage befindet, nur sagen, es zahlt sich trotzdem aus, das Leben zu meistern.

Georg Henckel-Donnersmarck

Scheint manchmal auch die Brücke der Hoffnung zerbrechlich, ist sie trotzdem eine der tragfähigsten.

Kurt Haberstick (*1948), Schweizer Buchautor und Aphoristiker



Alois Jaburek
Ehrenamtlicher Mitarbeiter der
Hospizbewegung Wels
Stadt/Land

Großzügiger Hausumbau trotz / mit ALS

Eine Herausforderung, die einem ALS-Patienten die erforderliche Kraft gab.

Seine Gattin weiß heute nicht mehr wie sie das alles geschafft hat: „Engel müssen mitgewirkt haben. Vielen Dank auch an alle die so unermüdlich geholfen haben.“ So war es auch. Drei Jahre vor seinem Tod, er war 62, erhielt er die Diagnose vom Facharzt: ALS – amyotrophische Lateral-Sklerose – eine Muskelschwäche-Erkrankung, die immer mehr zunimmt. Diese Krankheit ist nicht heilbar. Eine Welt brach für ihn zusammen– er war ein begeisterter Tischler von Beruf. Alle Visionen waren mit einem Schlag weg.

Er hat nie mit seinem Schicksal gehandelt. Immer wieder sagte er: ‚freuen wir uns doch über die schönen Jahre, die wir hatten‘ – er hatte seiner Familie ein Haus gebaut, in dem sie wohnten – hatte seine Ziele umgesetzt: „Ich bin sehr froh, dass ich das alles gemacht habe“.

Der Verlauf der Krankheit bei ihm war schon dramatisch, die Lähmung begann

bei den Bauchmuskeln und erfasste dann die Beine, die Hände, usw.

Schluckbeschwerden und viele andere organische Leiden und Schmerzen belasteten ihn sehr. In der Nacht wurde er unruhiger, musste immer neu gelagert werden. Zuletzt konnte er nur mehr leise sprechen, bis man ihn im letzten Monat nicht mehr verstehen konnte. Das war dann ganz schlimm für ihn, sich nicht mehr verständlich machen zu können.

Die Entscheidung eines Dachbodenausbaus wurde zu seinem Lebensziel.

Zwei Jahre nach der Diagnose kam seine Tochter mit ihrem Mann mit der Bitte an ihn, hier im Elternhaus das Dachgeschoß ausbauen zu dürfen. Sofort erkannte er darin seine Aufgabe für die Familie, eine Herausforderung, die er sich zutraute. So konnte er der jungen Familie noch helfen. Auch dachte er an seine Frau, die dadurch nicht alleine im großen Haus bleiben musste. – Die Familie fragte sich, ob man ihm das überhaupt zumuten kann!

Gemeinsam mit seinem Schwiegersohn entstand ein schönes Projekt – ein Ausbau als Holzriegelbau. Der nicht genutzte Dachboden – 160 m² – wurde in Angriff genommen. Anfang Februar wurde das Dach bei dem Seiteneingang geöffnet. Leider was das mit sehr viel mehr Staubbelastung verbunden als gedacht.

Zu dieser Zeit hatte er schon seit 6 Monaten eine 24 Std Pflege. Viele Bekannte und Verwandte halfen bei seiner Pflege mit – in größeren Abständen war er auch auf der Palliativstation zur besseren Einstellung der Medikation. Unermüdlich fuhr er mit dem MOTomed, damit die

Beine bewegt wurden. Auch hatte er noch sehr große Freude mit seinem Enkelkind, das heranwuchs.

Sprechen und Denken funktionierten ohne Beeinträchtigungen. Damit er den Bau organisieren konnte, wählten wir und hielten ihm den Telefonhörer ans Ohr.

Der Lärm der Bauarbeiten setzte ihm schon sehr zu.

Die ‚Bauerei‘ war ihm sehr wichtig. Jedes Detail musste genau fotografiert und ihm vorgelegt werden.

Daraufhin hat er die Anweisungen für die nächsten einzelnen Arbeitsschritte gegeben. Er war schon sehr genau und wollte alles wissen. Es konnte ihm nicht so schnell jemand etwas gut genug machen. Jede Arbeit musste sehr sorgfältig ausgeführt werden, mitunter auch so abgeändert, dass sie 100%-ig passte. Das war auch eine Herausforderung für die Handwerker, aber sie alle hatten Verständnis und Mitgefühl für diese besondere Situation.

Für ihn war es eine sehr gute Ablenkung, die zum Hauptinhalt seines restlichen Lebens, seiner letzten Tage wurde.

Sechs Monate später konnte die junge Familie, glücklich über seine großen und wertvollen Hilfestellungen, im 1. Stock einziehen.

Dieses Ziel hat er mit voller Befriedigung und Freude noch erleben dürfen.

Am Anfang

*Wenn du das Ende von
dem erreichst,
was du wissen solltest,
stehst du am Anfang
dessen,
was du fühlen solltest*

Khalil Gibran

Mutige Wege

Ehrenamtliche MitarbeiterInnen berichten über Menschen, die trotz begrenzter Lebenszeit mit Kraft und Zuversicht, mutig und bewusst den Weg vertrauensvoll gestalten.

*Zusammengetragen von
Maria Rothbauer, Caritas
Mobiles Hospiz Rohrbach*

Eine ungewöhnliche Begleitung

Herr Josef, 56 Jahre alt, hatte Lungenkrebs im weit fortgeschrittenem Stadium. Als er aus dem Krankenhaus entlassen wurde, übernahm ich den Patienten als ehrenamtliche Begleiterin. Es gab niemanden, der ihn hätte betreuen können. Es wurde daraus eine tägliche Begleitung. Der Arzt hatte die PEG-Sonde wegen der massiven Schluckbeschwerden vorgeschlagen, doch das wollte Herr Josef nicht. Ich bereitete täglich das Frühstück und Mittagessen zu. Wir begannen mit Baby-nahrung, steigerten uns auf sehr vollwertiges Essen, das zu Brei püriert wurde. Einmal konnte er weiches Brot in Kaffee eingetaucht zu sich nehmen. Er strahlte: „Wieder richtig essen, das ist ein Glücksgefühl!“ Langsam kam er etwas zu Kräften, obwohl wir beide wussten, dass Euphorie fehl am Platz war.

An guten Tagen konnten wir sogar kleine Ausfahrten unternehmen. Einen besonderen Herzenswunsch konnten wir ihm so noch erfüllen: Aus dem Krankenhaus heraus machten wir einen Ausflug in sein Jagdrevier. Es war so berührend, wie der todkranke Mann im Jagdanzug im Wald aufblühte. Bei vielen dieser Aktionen wurde ich von meinem Mann unterstützt, ohne den manches sonst sicher nicht möglich gewesen wäre.

Hr. Josef war ein einsamer Mensch. Mir gegenüber fasste er Vertrauen und sprach über seine Ängste. Ich konnte den Kontakt zu den Geschwistern herstellen. Sogar seine mittlerweile 25jährige Tochter, die er zuletzt als Baby gesehen hatte, besuchte ihn. So lernte er auch sein Enkelkind noch kennen.

Ich war dabei, als Herr Josef starb. Nach seinem Tod war mein letzter Dienst die gesamte Vorbereitung des Begräbnisses und Totenmahles.

Der Krankenhausseelsorger erfüllte den Wunsch des Patienten, ihn zu Grabe zu geleiten. Ich organisierte eine Gruppe Jagdhornbläser. Sie trugen auch dazu bei, dass es ein ergreifendes und würdevolles Begräbnis wurde.

Diese intensive Begleitung über vier Monate war physisch kräfte-raubend, das Gefühl geholfen zu haben aber wog das auf.



*Pauline Trausner,
Ehrenamtliche Mitarbeiterin
Wels Stadt / Land*

Trotz des Wissens um's Sterben ...

Nikolas, ein Mann aus Ghana, 51 Jahre. Er arbeitete etliche Jahre in Österreich und wurde mir zur Hospizbegleitung übergeben.

Diagnose: Lungenkarzinom – Kopftumor – Lebenszeit?

Erste Begegnung: Einzimmerwohnung – uraltes Haus – ein kleines Fenster – kaum beheizbar Wohnungssuche war notwendig!

Erschwernisse: dunkelhäutiger Mensch – alleinlebend – schwerstkrank – Geld? – wie lange? ...

... und trotzdem, alles zu versuchen. ...doch die Not ließ mich weitersuchen.

Eine mir durch meine Altenarbeit vertraute Familie nahm ihn auf.

Die Formalitäten erledigte die Sozialstelle. Meine Freunde halfen, wo es ging und



Es ist eine Kunst, den Blick für das Ganze zu bewahren und TROTZDEM die Details zu entdecken.
Foto: Roland Mayr



Nikolas konnte nach 6 Wochen die kleine, gemütliche, warme Wohnung beziehen. Er tat alles, was er konnte, selbst und seine Wohnung war sauber.

Meine Betreuung bestand darin, zu erledigen bzw. zu organisieren, was ihm nicht möglich war, Wünsche zu erfüllen und für ihn da zu sein.

Nikolas jammerte kaum und war dankbar für alles.

Einige Male sagten ihm die Ärzte, wenn er heimfahren möchte nach Ghana, müsse er es jetzt tun. Auch seine Frau bat ihn heimzukommen.

Doch N. gab trotz der Diagnose, die ihm bewusst war, nicht auf und vertraute auf die Medizin.

Er wollte gesund werden, verdienen, damit seine siebenjährige Tochter in Ghana eine gute Schule besuchen kann.

Nach ca. 1 ½ Jahren „Auf und Ab“ – sein Zustand verschlechterte sich – wünsch-

te sich Nikolas, dass ich bei der Besprechung mit den Ärzten im Krankenhaus dabei sein solle.

Nach langem Schweigen ... der Wunsch: „Ich möchte heim nach Ghana!“ Die ihn betreuende Palliativschwester des Mobilen Palliativteams Salzkammergut erklärte sich spontan bereit, ihn zu begleiten und das fast Unmögliche möglich zu machen.

Es musste schnellstens alles erledigt und vorbereitet werden. Ein letzter Ausflug nach Attersee und in die Kirche. Nikolas war ein gläubiger Mensch.

Ich getraute mich kaum zu atmen, um nicht zu stören.

Freunde, Arzt, Krankenschwestern und Nachbarn verabschiedeten sich am Vorabend mit einem kleinen Fest.

Nikolas kam heim und lebte noch 7 Wochen.

Der Wunsch für den er lebte: Seine Tochter solle eine gute Schule besuchen können, geht auch in Erfüllung!

Trotz Diagnose: Wertvolle Tage!

*Pauline Schneeweß und Nikolas
Ehrenamtliche Mitarbeiterin der Hospizbewegung
Vöcklabruck*

Das letzte gemeinsame Erlebnis!

Ich bin Norbert, ehrenamtlicher Mitarbeiter in einem Mobilen Hospizteam der Caritas und ich möchte meinen letzten Tag mit Erich, einem alleinstehenden, schwerkranken Patienten schildern, den ich elf Monate betreute und begleitete.

Beim Besuch in seiner Wohnung wollte sich Erich nach einer herzlichen Begrüßung bei mir ausreden. Er erzählte mir seine Ängste und Sorgen. Dabei wurde er auch manchmal sehr emotional. Ich gab ihm daher viel Zeit und habe ihn einfach reden lassen. Mir war es wichtig, dass er seine körperlichen und seelischen Schmerzen mitteilen konnte.

Nach langem Gespräch fragte ich ihn, ob er noch einen Wunsch hätte oder ob er heute noch etwas gemeinsam unternehmen möchte. Trotz seiner Zurückge-

zogenheit bat er mich, nochmals einen Ausflug auf den Freinberg zu machen. Ich war gerne bereit, ihm diesen Wunsch zu erfüllen. An diesem schönen sonnigen Tag genossen wir gemeinsam das Frühlingserwachen und den Ausblick über Linz. Anschließend besuchten wir eine Konditorei, in die er gerne ging. Hier diskutierten wir und neuer Lebensmut wurde spürbar. Es gelang uns, auch über so manches zu lachen. Nach dem Einkauf der notwendigen Lebensmittel gingen wir zur Wohnung zurück und verabschiedeten uns.

Ich wusste nicht, dass es ein Abschied für immer war. Denn Erich verstarb zwei Tage später.

Durch diese Betreuung spürte ich einmal mehr, wie wert- und sinnvoll es ist, trotz Rückzug eines Patienten, ihm die Hand zu reichen und ein Stück des Weges mit ihm zu gehen. Für mich ist die ehrenamtliche Tätigkeit im Hospizteam ein Geben

und Nehmen, wobei ich meist mehr zurückbekomme.



*Weiß Norbert
Ehrenamtlicher
Mitarbeiter der
Caritas*

Geschenkte Zeit

Während meiner Ausbildung für Lebens-Sterbe- und Trauerbegleitung absolvierte ich mein Praktikum auf der Palliativstation in Vöcklabruck. Mitte der Woche wird eine gute Bekannte von mir, die ich seit Kindheit kenne, eingeliefert. Mir wurde bewusst, dass ich genau diese Woche auf dieser Station gewählt hatte, um meine Bekannte Mini S. zu begleiten. Die Bekannte war 65 Jahre alt.

Ursprünglich war es Darmkrebs. Jetzt wurde in den Untersuchungen bekannt, dass sie im ganzen Körper bereits Metastasen hatte. Wenige Monate blieben zu leben. Durch viele Besuche entstand eine Freundschaft. Über Weihnachten

durfte sie nach Hause. Sie hatte eine 24 Stunden Pflege und Unterstützung durch ein Palliativteam und Ärzte. Als ich sie im Jänner darauf wieder auf der Palliativstation besuchte, erzählte sie mir, dass sie wunderschöne Weihnachten und Feiern im Kreise ihrer Familie erlebt hat. Geschenkte Zeit, wie sie wusste, und sie hat alles unwahrscheinlich genossen, war sogar noch mobil unterwegs! Anfang Februar wieder auf der Pallia-

tivstation, traf ich sie mit ihrer einzigen Tochter, mit der sie eine sehr innige Beziehung hat. Ganz in Ruhe sprachen wir über das Begräbnis. Alle Wünsche, die sie dazu äußerte, wurden von der Tochter notiert. Die Patientin war ganz in Frieden, und der Tod hatte seinen Schrecken verloren. Nicht vorbereitet war sie, noch sechs Wochen leiden zu müssen. Es war noch eine sehr schwere Zeit für Mutter und Tochter. „Weinet nicht, ich hab

es überstanden, bin befreit von meiner Qual“, das waren ihre Worte, die sie auf die Pate geschrieben haben wollte. Gestorben ist sie am 24. März 2014.



Martina Kleister
Ehrenamtliche Mitarbeiterin
Hospizbewegung
Gmunden

Trotzdem auf Reisen

Das Rote Kreuz OÖ. bietet bereits zum vierten Mal eine Begleitete Reise für Trauernde an, bei der bis dato 43 Reisende teilgenommen haben. Das Hauptziel der Trauerreise ist es, die Trauerfähigkeit als Lebensressource so weit zu entwickeln, dass die Auseinandersetzung mit dem "Werden und Vergehen" gelingen kann. Durch kreativen Ausdruck, symbolische Handlungen, Struktur- und Orientierung gebende Rituale wird selbst erleb- und spürbar, dass aus vital gelebter Trauer Lebendigkeit gewonnen wird.

Vor lauter Sorge etwas Falsches zu sagen oder zu tun, möchte wohl mancher einer Situation ausweichen, wo sie trauernden Menschen begegnen. Lieber nicht verantwortlich sein, lieber gar nichts sagen oder lauter Belanglosigkeiten. Sehr viele Menschen sind mit einer derart unbekannten Situation überfordert. Sie lässt Ohnmacht und Hilflosigkeit aufkommen. Leider machen trauernde Menschen immer wieder die Erfahrung, dass sich Verwandte, Bekannte, Kollegen und Nachbarn nach einer gewissen Zeit zurückziehen, weil sie mit der Trauer und Trauerreaktionen

nicht umgehen können. Trauernde fühlen sich dann nicht nur von dem Verstorbenen verlassen, sondern erfahren zusätzlich eine soziale Vereinsamung. Während der Urlaubswoche wollen wir Trauernden die Möglichkeit geben, Trauernden die Möglichkeit geben, in einer vorurteilsfreien Atmosphäre zusammenzukommen, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen und durch kompetente Anleitung einer psychosozialen Fachkraft und einer TrauerbegleiterIn neue Sichtweisen und Handlungsmöglichkeiten kennen zu lernen. Diese Reise lässt sich nicht mit einer gewöhnlichen Urlaubsreise vergleichen. Die Teilnehmer einer Trauerreise reisen nicht wegen den Erholungsmöglichkeiten und der Entspannung, sondern um sich von der Trauer zu entlasten bzw. zu

lösen. Sie können in Gesprächen und Seminaren ihrer Trauer Ausdruck verleihen. Darüber hinaus werden verschiedene Aktivitäten, wie etwa schöne Wanderungen in der Natur, kulturelle Ausflüge, gemeinsame Bootsfahrten, etc.. unternommen.

Zukunftsorientiert

„Die gemeinsamen Begegnungen, Austausch und Gespräche mit Betroffenen sowie den Trauerbegleitern des Roten Kreuzes haben meine Verslossenheit und Zurückgezogenheit durchbrochen. Die Umgebung, Urlaubsstimmung (Sonne, Meer) haben mich gut abgelenkt, sogar an die Zukunft denken lassen. Ich wünsche mir, dass dieses besondere Angebot vielen Trauernden in einer ähnlichen Situation bekannt gemacht wird“ (Reiseteilnehmerin, 49 Jahre, Tod des Partners nach schwerer Erkrankung)

Reiseziel 2014

Insel Krk, Hotel Valamar Koralj Romantic, **Reisezeit: 14. – 21. 9.** Voraussetzung für eine Teilnahme ist, dass der Todesfall mindestens vier bis sechs Monate zurückliegt. Informationen und Prospekte erhalten Sie beim Österreichischen Roten Kreuz, Landesverband Oberösterreich Tel. 0732-7644-521 www.rotekreuz.at/ooe, E-Mail: reisen@o.rotekreuz.at



Bei einem Trauerritual werden Blumen am Meer ausgesetzt. Foto OÖRK

Ludwig Breidt
Ehrenamtlicher Mitarbeiter der
Hospizbewegung Bad Ischl –
Inneres Salzkammergut



Lebensgeschichten mit "trotzdem"

Auf der Spur der Geschichte verschiedener Menschen und wie sie mit Schicksalsschlägen umgehen.

Von Oktober 2013 bis März 2014 wurde von der Katholischen Kirche in Oberösterreich eine Ausstellungsreihe zum Thema LebensZEICHEN initiiert. Alle konnten die Öffentlichkeit an ihren Lebenserfahrungen mit einem Text, einem Foto oder einem Objekt teilhaben lassen. Dabei wurde das Unterthema „KRANK / GESUND im Salzkammergutklinikum Bad Ischl präsentiert.

Besonders berührend waren für mich folgende beiden Beispiele:

Da stand ein überaus kleines Baby-Trinkfläschchen (mit einem modernen Sauger, da das alte Stück bereits zerfallen war). Ein Erinnerungsstück einer heute 74 Jahre alten Frau an ihre Mutter und an ihre eigene Existenz. Sie kam 1940, mitten in der Kriegszeit, als Frühgeborenes mit einem Geburtsgewicht von 1400 g zur Welt. Die Überlebenschance eines solchen Winzlings war zur damaligen Zeit überaus gering und der Mutter wurde seitens des Spitals keine große Hoffnung gemacht. Trotz der Schwangerschaftstoxikose, die die Mutter „wie durch ein Wunder“ überstanden hatte, trotz der minimalen Überlebenschance des Kindes und trotz der Ermangelung eigener Muttermilch machte sich die Frau daran, ihr Töchterchen aufzuziehen. Durch die Muttermilchspenden von sieben Müttern war es möglich, dem Kind stündlich (sic!) kleine Nahrungsportionen zuzuführen und die Kleine gedieh!

Das andere Beispiel zeigte zwei Fotos: Das Farbfoto eines Babys mit der klassischen Physiognomie des Down-Syndroms, auch Trisomie 21 genannt. Diese Kinder haben eine unterschiedliche geis-

tige und körperliche Behinderung. Im vorliegenden Falle war die Mutter dieses Wunschkindes, eines Mädchens, zutiefst erschüttert und eine Welt an Erwartungen und Hoffnungen brach für sie zusammen. Es dauerte lange, bis sie ihr Kind trotz der offensichtlichen Andersartigkeit völlig annehmen konnte. Das zweite Foto zeigte das Portrait eines strahlenden jugendlichen Mädchens, dem ihr spezielles anders sein zwar anzusehen war, aber aus ihrem herzlichen Lachen die Lebensfreude ins Gesicht geschrieben stand.

In beiden Beispielen finden sich großartige menschliche Leistungen „entgegen etwas“: Entgegen einer sehr geringen Überlebenschance...trotzdem wurde etwas versucht. Entgegen einer großen Enttäuschung...trotzdem angenommen.

Drei besondere Menschen

Eine Liste derartiger heroischer Lebensgeschichten ließe sich noch lange fortsetzen. Um das Bild abzurunden möchte ich noch auf drei Personen hinweisen:

Zunächst auf Henryk Goldszmit, besser bekannt unter seinem Pseudonym Janusz Korczak, 1878-1942, der polnische Pädater, Kinderbuchautor und Pädagoge, der durch sein Lebensopfer bekannt wurde. Er war schon längere Zeit Leiter eines vorbildlichen Waisenhauses in Warschau, als dieses in das berüchtigte Warschauer Ghetto übersiedeln musste. 1942 wurde dieses geräumt, wobei u. a. die 200 Kinder des Waisenhauses zur Vergasung in das KZ Treblinka deportiert wurden. Janusz Korczak, damals 64 Jahre alt, hätte diesen Transport nicht begleiten müssen, entschied sich aber trotzdem mit „seinen

Kindern“ gemeinsam in den Tod zu gehen. Ebenso zu nennen ist Stefania Wilczynska, 1886-1942, die sich als Mitarbeiterin von Janusz Korczak genau so wie er entschieden hatte.

Ebenso vorstellen möchte ich den österreichischen Neurologen und Psychiater, zugleich Begründer der Logotherapie (Sinntherapie) und Existenzanalyse, Viktor E. Frankl, (1905-1997). Obwohl er ein Visum nach Amerika hatte, verzichtete er darauf, um seine alten Eltern in Wien nicht zu verlassen. So wurde er 1942 mit seinen Eltern und seiner Frau nach Theresienstadt deportiert. Dort starb sein Vater, während seine Mutter im KZ Auschwitz und seine Frau im KZ Bergen-Belsen ermordet wurden. Frankl überlebte den späteren Aufenthalt in drei verschiedenen Konzentrationslagern, bis er 1945, infolge Befreiung durch die Amerikaner, entlassen wurde. Kurz darauf erfuhr er vom Tod seiner Familienangehörigen. Trotz dieser Erschütterung gelang es ihm, seine bereits vor dem Krieg gefassten Begriffe der Logotherapie und Existenzanalyse weiter zu bearbeiten und zu vertiefen. Mit seinen wissenschaftlichen Bemühungen um die Sinn-Frage unseres Lebens wurde er international berühmt.

Immer wieder begegnen wir in unzähligen Lebensgeschichten einem „trotzdem“ entgegen zunächst ganz anders geplanten Lebensentwürfen. Diese großartige Fähigkeit erkennen wir bereits im menschlichen Antriebsgeschehen (der Humanhormeo-logie). Im Gegensatz zu den Tieren, mit denen wir verschiedene Antriebe teilen, ist es uns Menschen

beschieden, gegenüber diesem biologischen Drängen ein „nein“ setzen zu können. Auch wenn wir hungrig sind, müssen wir uns bei einem Nahrungsangebot nicht gleich über das Essen stürzen. Wir können uns beherrschen. Ähnlich können wir uns gegenüber den anderen Antrieben verhalten. Gegen einen biologischen Zwang (Trieb) zu handeln, d. h. ein Antriebsgeschehen nicht oder nicht voll auszuleben, also „Nein“ zu sagen gegen den biologischen Druck, ist eine Leistung, die charakteristisch menschlich ist. Dieses Nein darf als Quelle der menschlichen Kultur angesehen werden. In seiner allgemeinen Existenzanalyse sieht Viktor E. Frankl im Schicksalhaften drei Formen: Das biologische Schicksal, von den körperlichen Gegebenheiten ausgehend. Das psychologische Schicksal, worunter jenes Seelische zu verstehen ist, „das sich der menschlichen Freiheit entgegenstellt“ (1). Und drittens, das soziologische Schicksal, also unser eingebettet sein in eine bestimmte Gemeinschaft. Gegenüber jeder dieser drei Formen ist es uns möglich, kraft unseres Geistes eine ganz bestimmte Einstellung zu beziehen. Auch wenn das Schicksalhafte sich als unabänderlich erweist, können wir dem Schicksal gewissermaßen einen Sinn abtrotzen. Viktor E. Frankl nennt dies tatsächlich die „Trotzmacht des Geistes“.

Handeln gefragt

Wie viele pflegende Angehörige, etwa Töchter und Schwiebertöchter, dachten bei ihrer Heirat nicht im Geringsten daran, einmal Pflegende für ihre Eltern / Schwiegereltern zu werden. Die innerfamiliäre Forderung: „Wenn die Oma einmal nicht mehr für sich sorgen kann – in ein Heim kommt sie mir nicht!“ klingt großartig und pathetisch. Wenn dann bei einer familiären Krisensitzung eine entsprechend handelnde Person gesucht wird, schwebt mitunter bereits ein Damoklesschwert im Raum.

„Wir müssen unserer Arbeit nachgehen und das Geld verdienen. Da können wir uns eine Karenz nicht leisten. Aber könntest nicht du das übernehmen? Du

bist ja bei den drei Kindern zu Hause, da könntest du „leicht auch auf die Oma schauen“. Und wenn du wirklich jemanden brauchst, so ist jeder von uns gern bereit, dir an die Hand zu gehen“. Bereits bei einer zögerlichen positiven Zusage zu diesem Ansinnen rutscht das imaginäre Schwert an seiner Rosshaarbefestigung (siehe Legende vom Schwert des Damokles) ein Stück tiefer. War es aus Liebe zur Oma? War es aus Liebe zum Mann? War es die Freude der Herausforderung? War es das schmeichelhafte Zutrauen aller anderen Familienmitglieder? „Na gut, ich probiere es“.

Nach Wochen, Monaten oder gar Jahren... wurde aus der Hausfrau und Mutter eine pflegende Angehörige mit viel Erfahrung. Hut ab, vor jenen Frauen, die dann sagen können: „So habe ich mir meine Ehe, mein Leben zwar nicht vorgestellt, aber trotzdem...“ Gerade dieses „aber trotzdem“ ist nun ausschlaggebend. Ist es der Pflegenden nach einem mitunter längeren inneren Prozess möglich geworden, der täglichen – mitunter auch nächtlichen – Erwartung und Anforderung seitens der zu pflegenden Person und der tätigen Hilfe seitens der Pflegenden, mit persönlicher Genugtuung einen positiven Aspekt abzugewinnen, ist dies ein weiteres leuchtendes Beispiel der Trotzmacht des Geistes und menschlicher Größe.

Dies gilt nicht nur für Einzelkämpferinnen! Ungeschmälert gilt diese Größe auch jenen, die außerfamiliäre Hilfe suchen, annehmen, sich helfen lassen. Sei

es durch soziale Dienste, Hauskrankenschwester, Besuchsdienste, Mobiles Palliativteam, Hospizbewegung etc. (Auch wenn es sein muss, entgegen familiärer Meinungsbarrikaden wie z. B. „Fremde Leute kommen uns nichts ins Haus. Wir können das schon selber...“) Wenn es nötig werden sollte – trotz guter körperlicher und seelischer Verfassung der Pflegenden (!) – die zu pflegende Person einem Pflegeheim zu überantworten, ist dies kein Versagen der familiären Ressourcen, sondern eine Wahrnehmung der Lebensqualität aller Betroffenen.

Ist das geschilderte Szenario heute eine Seltenheit? Diese Frage ist nicht so einfach zu beantworten. Verschiedene Entwicklungsströme in unserer Gesellschaft laufen parallel dazu ab. Hohe Scheidungsrate, viele "Patchwork-Familien", immer mehr Single-Haushalte, der hohe materialistische Lebensstandard, der große wirtschaftliche Leistungsdruck an Arbeitsstätten, die Überalterung unserer Bevölkerung, all diese und weitere Mosaiksteine werden am Ende der ersten Generation des 21. Jahrhunderts ein Bild ergeben, das mit der Sinn-Frage den Betrachter recht persönlich treffen wird.

Ich lege allen Interessenten dieses Themas die Lektüre ganz besonders ans Herz.

(1) Zitat aus Viktor E. Frankl / Ärztliche Seelsorge / Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse / 8. Auflage 1980 / Kindler Verlag / Seite 100.

Literatur: Joachim Illies / Nicht Tier, nicht Engel. Der Mensch zwischen Natur und Kultur / Edition Interfrom AG, Zürich / 2. Auflage 1978,



Das Leben gleicht einer Spirale, die weit beginnt und immer enger wird. Wir lieben die Enge nicht, aber TROTZDEM gehört sie unweigerlich dazu. Foto: Roland Mayr

Liebe ist stärker als der Tod

Bericht einer Angehörigen

"Unsere Tage sind sehr unterschiedlich..."

Wir führten eine normale glückliche Ehe, hatten 2 erfolgreiche Töchter, waren 31 Jahre verheiratet, als eine unfassbare Diagnose unser Leben völlig veränderte. Bösartiger Gehirntumor bei meinem Mann. Es folgte Operation, Chemo- und Strahlentherapie. Ich begleitete ihn überall hin und wich nicht von seiner Seite. Nach der Operation ging es noch ganz gut. Er konnte langsam normal gehen und sprechen.

Aber nach den Therapien wurde er von Monat zu Monat schwächer und alles wurde mühsamer. Die Ärzte konnten nichts mehr tun, und die letzten Monate hatte er keine Kraft mehr, sich selbständig im Bett aufzurichten oder zu gehen. Ich richtete ihm ein Bett im Wohnzimmer ein und versuchte ihm Tag und Nacht diesen Zustand so erträglich wie möglich zu machen.

Ich hatte das große Bedürfnis, ihm bei jeder Gelegenheit meine Liebe zu zeigen, zu sagen und spüren zu lassen. So versorgte ich ihn alleine und konnte mich so mit allem ganz nach ihm richten. Die Hausärztin Fr. Dr. Torggler war eine große Hilfe, das Hilfswerk und Palliativteam Salzkammergut, wenn nötig, immer zur Seite.

Heute bin ich über diese Entscheidung unendlich froh, denn so konnte ich ihn, wenn er munter war, in den Arm nehmen, streicheln und liebkosen, wann und wie immer ich wollte.

Oft nahm ich seinen Kopf in meine Hände, um ihm zu sagen, was für ein liebes Gesicht er hat.

Dabei konnte ich einmal die Tränen nicht zurückhalten und er wischte sie mir

mit seinen müden Händen liebevoll ab. Manchmal sah er mich ganz intensiv an und streichelte mir zart über die Wangen. Diese Augenblicke werde ich nie vergessen. Sie erfüllen mich heute einerseits noch mit tiefem Schmerz, weil ich sie nie mehr erleben werde, andererseits mit großer Dankbarkeit, dass wir sie hatten. Jeden Tag saß er mindestens einmal seitlich am Bett, ich daneben, legte den Arm um ihn, stützte ihn und wir hörten händehaltend Musik, die wir in Konzerten so oft gehört haben.

Dabei erinnerten wir uns wie schön es war (ich sprach es aus). Zwischendurch massierte ich (vorsichtig) seinen Rücken und merkte, wie gut ihm das tat. Es war aber auch für mich ein wunderbares Gefühl, so seine Nähe und seinen Körper zu spüren, der sich für mich immer noch wie früher anfühlte. Wenn ich ihn so in den Armen hielt, war mir, als müsste ich

diese Momente einfangen für die Zeit danach.

Vor dem Einschlafen beteten wir. Dann küsste ich ihn, streichelte ihn und wünschte ihm eine ruhige, gute Nacht. „Schlaf gut“ --- „du auch“.

Heute ist ein halbes Jahr seit seinem Tod vergangen. Die lange Zeit der schweren seelischen und körperlichen Anstrengungen, die mich manchmal an den Rand der absoluten Belastbarkeit geführt haben, verblasst immer mehr und weicht einer unendlichen Dankbarkeit, dass ich diesen geliebten Menschen von seiner Erkrankung an bis zum letzten Atemzug mit all meiner Liebe betreuen und ihm das Gefühl, bis zuletzt geliebt zu sein, geben konnte.

LIEBE IST STÄRKER ALS DER TOD

Verfasser anonym – der Redaktion bekannt



Wenn manchmal der Blick in die Weite nicht möglich ist, braucht es TROTZDEM das Weitergehen, Schritt für Schritt.

Foto: Roland Mayr

Ich bin Leben

Wird Leben schwer, droht jede Hoffnung sich in Dunkelheit zu verlieren. Trotzdem finden Menschen im Spital immer wieder Wege, die sie zu Quellen neuer Kraft führen.



Anna Seyfried, Krankenhausseelsorgerin, Mitglied des Vorstands des Landesverbandes Hospiz OÖ

„Vermutlich werde ich nie wieder laufen können. Trotzdem – ich bin froh, den Unfall überlebt zu haben.“ „Ja, ich habe große Angst vor der kommenden Operation. Trotzdem – ich will darauf vertrauen, dass alles gut geht.“ „Eigentlich kann ich jetzt gar nichts für meine Frau tun. Trotzdem – ich werde jeden Tag da sein, zu ihr sprechen.“

Sind Krankenhäuser nicht „Trotzdem-Häuser“? Menschen warten auf eine Operation, erfahren eine beunruhigende Diagnose, erleben den Verlust bisheriger alltäglicher Selbstverständlichkeiten – und versuchen dabei eines nicht zu verlieren: Hoffnung.

Mancher Frau und manchem Mann werden Pläne und Lebensträume zerschlagen. Wie gut wäre doch zu verstehen, wenn da vor allem Mutlosigkeit und Bitterkeit Platz nehmen. Wie sehr lässt es aber oft staunen, zu erleben, dass so vielen von ihnen immer wieder gelingen kann, trotzdem JA zu sagen zu dem Geschehenen und Kommenden. Ja, zu dem Leben, das nun so anders sich gestaltet.

Und
Und Wiesen gibt es noch
und Bäume und
Sonnenuntergänge
und Meer
Und Sterne
und das Wort
das Lied
und Menschen
und

Rose Ausländer

Denn dies erfahren Ärztinnen und Ärzte, Pflegende und KrankenhausseelsorgerInnen unzählige Male.

Wodurch werden derartige Wendungen von Schrecken, Ängsten oder Resignation hin zu einer Kraft gebenden Widerständigkeit, einem „Trotzdem“, möglich? Als ehemalige Krankenhausseelsorgerin glaube ich, einige Quellen des Aufstandes gegen Verzweiflung und für die eigene Person kennengelernt zu haben.

Da waren Freunde und Angehörige, die mit ihrem zuverlässigen Kommen, Dasein und ihrer Zuneigung immer wieder Kraft gaben und ermutigten. Da waren Pflegende, Ärztinnen und Ärzte, die Vertrauen ermöglichten. Und da waren vielleicht auch die Besuche und Gespräche mit einer Seelsorgerin, einem Seelsorger. Gespräche, in denen ein Weg gegangen werden konnte: durch die Täler der Angst, des Zornes, der Niedergeschlagenheit. Ein Weg, der aber auch hinführen konnte zu manchen, vielleicht etwas verborgenen Plätzen der Ruhe, der guten Erinnerungen, der kleinen Hoffnungen und ermutigenden Erfahrungen. Immer wieder einmal kommt ein Gespräch einer persönlichen Entdeckungsreise gleich: Vergangene Momente werden lebendig, in denen Geborgenheit, Vertrauen empfunden wurde. Solche Augenblicke können da – auch jetzt – ein Stück beheimaten und Zuversicht ermöglichen. „Langsam verspüre ich wieder Boden unter den Füßen“ sagte die Frau im Wissen, dass die kommenden Jahre nicht einfach werden würden. „Boden unter den Füßen“ und daher aufstehen können, um zu leben, leben zu wollen, lachen und lieben zu können.

Welch eine Kraft ist doch im Menschen, die – inmitten von Widrigkeiten – es möglich macht, sich wieder zu erheben! Wie sehr überraschte sie manchmal jemanden selbst, oft die Menschen im Umfeld, oft mich. Und doch, sie wurde und wird immer wieder erfahren. Der spürbare Wille zum Leben des einen, auch bis zuletzt, ermutigt den anderen. Er rührt an eigene und manchmal so verborgene Quellen, die es möglich machen zu sagen, was Albert Schweitzer einmal so formulierte: „Ich bin Leben inmitten von Leben, das leben will.“



Eine Betonmauer: grau, eintönig, hässlich. Wäre da nicht dieser wundervolle Bewuchs, der TROTZDEM das Auge erfreut. Foto: Roland Mayr

Den letzten Weg bewusst gestalten

Ein Rundblick zu verschiedensten Möglichkeiten, Begräbnisse würdevoll umzusetzen.

Zu Wort kommen verschiedene BestatterInnen,

Das Rote Kreuz OÖ. hat in vielen Bezirken im Bereich der Trauerbegleitung enge Kooperationen mit Bestattungsunternehmen. Im Rahmen dieser Zusammenarbeit werden Impulsabende für Trauernde, Trauerwanderungen und Trauergruppen angeboten, die großen Zulauf in der Bevölkerung finden.

Würdevoller letzter Weg

Seit die römisch-katholische Kirche, beziehungsweise die Kirchen insgesamt, ihren starken Einfluss in der modernen Gesellschaft verloren haben, stellt sich für die Angehörigen bei einem Trauerfall in der Familie die Frage: In welcher Art und Weise soll die Beerdigung unseres lieben Verstorbenen ablaufen? Früher war das einfach: Zuerst der Weg zum Pfarrer, der den Termin festgelegt hat, dann der Weg zum örtlichen Bestatter, der die nötigen weiteren Schritte setzte. Alles lief nach einem althergebrachten Plan. Für eigene Gestaltung war kein Raum vorgesehen, da das Zeremoniell durch die Kirchen festgelegt war.

Nun wurde das Bestattungsrecht und die Gewerbeordnung liberalisiert, sodass nunmehr einem kreativen Bestatter viele neue Wege offenstehen, um die in Bewegung geratenen Wünsche und Bedürfnisse der Angehörigen zu verwirklichen. Das Ziel, so sehe ich es als erfahrener Bestatter, ist dabei immer ein Doppeltes: erstens soll dem Verstorbenen in seiner ganzen Person und Würde Rechnung getragen werden und zweitens soll der Gesellschaft an sich ebenfalls ein würdevoller Umgang mit dem Tod ermöglicht werden.

Bestattungsarten

Der wesentliche Grund ist, dass sich die Angehörigen das Beste für ihren lieben Verstorbenen wünschen, und das Beste kann eigentlich nur etwas Individuelles und Besonderes, eben Einzigartiges sein! In Österreich sind derzeit als Alternative zu einem herkömmlichen Friedhof die Urnenbeerdigung in einem Urnenforst oder die Beerdigung der Urne auf einem Privatgrundstück der Angehörigen oder die Flussbestattung in der Donau (in Niederösterreich) möglich. Allen diesen Bestattungsalternativen liegt die Idee zugrunde, dass die Pflege des Urnengrabes die Natur übernimmt und die Asche des Verstorbenen sofort wieder in den Lebenskreislauf zurückgebracht wird.

Alternative und Möglichkeiten

Die Beerdigung einer Urne auf einem Privatgrundstück ist die problematischste Alternativbestattung, weil kein öffentlicher Trauerort gesichert ist (Stichwort Familienstreitigkeiten), keine Dauerhaftigkeit garantiert ist (Eigentumswechsel), die Pflege der Anlage problematisch sein kann und als wichtigster Punkt: eine ordentliche Trauerarbeit mit Loslösung vom Toten verunmöglicht wird. Es bietet sich als Alternative somit der Urnenwald an, der die Vorteile der Öffentlichkeit, der konkreten Verortung des Urnengrabes mit der freien Beerdigung in intakter atmender Natur vereint. Und für alle Trauernden ist es immer ein erfrischendes Erlebnis, im schönen Urnenwald, der ja ein echter Wald ist, spazieren zu gehen und sich so auch selbst zu regenerieren. Unabhängig vom Bestattungsort ist als

weiteres neuartiges Feld in der Bestattungskultur unserer Gesellschaften ein starker Wandel der Bestattungsriten und der Begräbniszeremonie selbst zu entdecken. Ein ganz wichtiger neuer Zweig der Trauerbewältigung, der weit über ein herkömmliches Begräbnis hinausgeht, ist im Bereich des Internets und der sozialen Foren entstanden.

Vorsorge treffen

Sterben ist heute kein Tabuthema mehr. Darum sollte jede/r bereits zu Lebzeiten entsprechende Vorsorge treffen. Gerne beraten Sie dazu Bestatter, etwa jene, die sich unter der Marke *aspetos* zusammengefunden haben.

Für modern orientierte Bestatter gibt es keinen Wunsch der Angehörigen, der nicht ernstgenommen wird, auch wenn er noch so ungewöhnlich sei. Trotzdem versucht man als Bestatter nur immer die Würde des Toten zu wahren und die Empfindungen der Gesellschaft nicht zu brüskieren, sowie im gesetzlichen Rahmen zu bleiben.

Eine gute Zusammenarbeit der Bestatter im Rahmen der Trauerbegleitung mit dem Roten Kreuz und der Hospizbewegung ist für die Bevölkerung und für trauernde Menschen ein wichtiges und wertvolles Angebot.



*Mag. Dietmar Krisai,
seit 2001 Bestatter in
Braunau am Inn, 2012
Gründer und Inhaber
des Urnenforstes
Thanruh in Pfarrkirchen
im Mühlkreis*

Raum zur Verabschiedung

Seitdem wir unseren Verabschiedungsraum haben (8 Jahre; s. Bild unten!) und seitdem wir auch ganz bewusst nachfragen, ob sich die Hinterbliebenen verabschieden wollen, machen wir immer wieder die Erfahrung, dass die Leute einfach Angst haben: Angst vor dem Anblick, Angst vor dem Schmerz, Angst vor der Emotion.

Trotzdem ist es unendlich wichtig sich zu verabschieden – dies lässt sich später nicht nachholen.

Ein Witwer, der seine schwer kranke Frau bis zuletzt alleine gepflegt hat, wollte sich eigentlich nicht mehr von ihr verabschieden. Ich hab ihm zuredet, dass er es Trotzdem machen solle, trotz aller Ängste. Am nächsten Tag kam er mit seinen beiden erwachsenen Kindern in unseren Verabschiedungsraum, um noch einmal Abschied zu nehmen.

Und dieses Abschiednehmen verlief ganz anders, als die unzähligen anderen Male, die ich schon erlebt hatte.

Der Witwer fing an zu hyperventilieren und hatte alle möglichen Zustände. Ich dachte mir: „Das ist jetzt das 1 Prozent, bei dem es nicht funktioniert.“ Wir holten einen Arzt, er bekam ein Beruhigungsmittel und der Witwer erholte sich. Bei mir blieb allerdings der Nachgeschmack, etwas falsch gemacht zu haben. Am nächsten Tag, stand der Witwer wieder bei mir im Büro, und er sagte: „Dan-

ke für die Möglichkeit, dass ich mich von meiner Frau verabschieden konnte. Es war die richtige Entscheidung.“

Und darum: Alle die Angst haben sich zu verabschieden, Angst haben die geliebte Person tot zu sehen, machen sie es trotzdem. Überwinden sie ihre Ängste und Sie werden sehen, dass in Ihnen dann Ruhe und Frieden einkehrt.

Klaus Pichler;

Bestattungsunternehmen in Gmunden

Bestattung von Kindern

Begräbnisse von Kindern sind eine besondere Herausforderung, emotional und organisatorisch. Mit vielen Symbolen versuchen Eltern und Angehörige das Unbegreifbare irgendwie begreifbar zu machen. Wir wollten den Wunsch, bei der Beerdigung eines vierjährigen Mädchens 150 rote Luftballonherzen steigen zu lassen, natürlich erfüllen. Es war schwierig, innerhalb von zwei Tagen diese Ballons zu bekommen. Nach acht Geschäften und unzähligen Telefonaten hatten wir 160 Stück. Vier Personen halfen, diese mit Helium zu füllen und an einer Schnur zu befestigen. Nebenbei waren auch andere Beerdigungen zu organisieren und die verständlichen Sonderwünsche dieser Beerdigung zu berücksichtigen. Als die Trauergesellschaft von der Kirche auf den Friedhof ging, bekam jeder der Trauer-



gäste seinen roten Herzluftballon in die Hand und bei den Worten: „Du wirst immer in unseren Herzen sein“, ließen alle los. Der Himmel war dunkelblau, keine Wolke trübte diesen wunderbaren Blick.

Barbara Eckl, Bestatterin

Freud und Leid liegen oft nah beieinander!

Im Frühsommer 2012 wurden wir, die Bestattung Anlanger aus Bad Ischl, mit der Überführung eines Verstorbenen von Italien nach Bad Ischl beauftragt.

Am selben Tag suchten uns Angehörige einer 90-jährigen Frau auf, um deren letzten irdischen Weg zu organisieren. Mit dabei die Enkelin.

Als ich am nächsten Nachmittag von einem Begräbnis zurückkehrte, eilte mir meine aufgelöste Mutter entgegen - während meiner Abwesenheit kam ein Anruf aus Italien und da sie kein Wort verstand, bat sie die Enkelin, welche gerade mit ihrer Mutter anwesend war, um Hilfe. Diese nahm ihr bereitwillig das Gespräch ab und gab alle gewünschten Informationen weiter.

So dankbar, dass es ihr beinahe die Sprache verschlug, forderte mich meine Mutter auf, doch dieses Mädchen einmal auf einen Kaffee einzuladen, was ich einige Wochen später tat.

Bereits sechzehn Monate später wurde geheiratet. Die vielen Zufälle, die unser Kennenlernen begleiteten, bestärkten uns noch zusätzlich in unserer Zusammengehörigkeit.

Noch heute danken wir „Oma“, dass sie uns damals zusammengebracht hat und meine Mutter dankt dem lieben Gott, dass sie über keine perfekten Englischkenntnisse verfügt, dafür aber eine liebe Schwiegertochter bekommen hat.

Reinhold Anlanger



Zu Wort kommen verschiedene Trauerbegleiterinnen der Mobilen Hospizgruppen des ÖÖ Roten Kreuzes

Vielfältige Trauerimpulse

Angebote für Trauernde können vielfältige Erscheinungsformen haben. Hier finden sich Impulse aus diesen.

Impulsnachmittage: Trotzdem – Das Leben hört nicht auf – es wird anders

Bereits zum zweiten Mal haben wir im Mobilen Hospiz Grieskirchen des Roten Kreuzes im Frühjahr 2014 jeweils vier Nachmittage zum Thema Trauer angeboten. Es war schön zu sehen, wie viele Menschen mit ihren bewegenden Schicksalen sich mutig dem Thema Trauer stellten. Sie hatten das Bedürfnis, über ihren Schmerz zu sprechen und sich mit Betroffenen auszutauschen.

Die Themen der Nachmittage:

„Der Trauer ihre Zeit geben“ - Was ist Trauer, was macht die Trauer mit mir? Jede Trauer braucht ihre Zeit, jeder Trauernde braucht seine Zeit.

„Zeit der Erinnerung“ - Es gab emotionale und ergreifende Momente, schmerzlich und zugleich heilsam in der Trauer. Liebevolle Erinnerungen und Dank-

barkeit für die gemeinsame Zeit. Erinnerungen bringen Licht in das Dunkel der Gedanken.

„Ein Stück weiter“ - Es ging ein Stück weiter, der Trauer ihre Zeit lassen, ihr Raum geben und trotzdem in die Zukunft sehen. Es wird wieder gut, aber es wird nie mehr wie vorher.

„Kraftquellen“ - Jeder Mensch braucht diese. In der Trauerphase ganz besonders, Kraftquellen wurden erarbeitet und aufgezeigt. Achtsam sein mit sich selbst und mit Anderen. Trotzdem Dinge suchen und tun, die uns gut tun, Belastendes ablegen und meiden. Wir konnten und wollten kein fertiges Rezept für Trauerarbeit anbieten. Aber es war möglich, Anregungen und Impulse zu geben. Beeindruckt waren wir von allen TeilnehmerInnen. Sie waren respektvoll und sensibel im Umgang miteinander und gaben sich gegenseitig Hilfe und Unterstützung. Wir Trauerbegleiter haben durch diese

Impulsnachmittage eine bereichernde Erfahrung gemacht. Vor allem konnten wir den TeilnehmerInnen vermitteln: Trauerarbeit vollzogen zu haben heißt nicht den verstorbenen Menschen zu vergessen. Es heißt, ihn als Teil des eigenen Lebens im Inneren zu bewahren. Trotzdem.

Maria Oberhumer, Hospiz-/Trauerbegleiterin des Roten Kreuzes Grieskirchen

Trotzdem Lebenskünstler !

Jeder von uns wird in seine Lebensgeschichte hineingeboren. Viele Erfahrungen, Niederlagen, Ablehnung, Verluste und Schicksale begegnen uns in dieser Zeit. Ebenso liebevolle Momente der Begegnungen sind Teil unseres Lebens. Diese „Windmühlen“ des Lebens sind stets gegenwärtig und machen uns so ohnmächtig gegenüber den Erwartungshaltungen und Wünschen in unserem Leben. Diese bittersüßen, schmerzvollen Erfahrungen hinterlassen Schrammen an Herz und Seele. Jeder von uns entwickelt seine eigene persönliche Strategie mit diesen Erfahrungen umzugehen. Trotzdem einen Weg finden inmitten der zerbrochenen Glücksmomente. Es sein zu lassen, wie es ist und in Stille zu verweilen, um bei sich anzukommen.

Zeit zu nehmen, um wieder aufzutauchen an der Oberfläche des Lebens, um durchzuatmen. Ankommen für ein heilendes Lächeln, das zu einem Neubeginn werden darf. Wir sind alle ganz besondere LebenskünstlerInnen, wenn wir trotzdem...

Gerda Hamedinger, Koordinatorin des Hospizteams des Roten Kreuzes Grieskirchen



Patrick Kriegner (dieses Bild malte er für den Grabstein seines Vaters)

Meine Welt stand still.

Doch die Welt drehte sich weiter, der Frühling fand wider Erwarten statt, die Berge standen unbeirrt dort, wo sie immer standen.

Trotz dem.

Ich dachte, mein Leben sei auch zu Ende. Doch ich fand die Kraft, Schritte zu machen, innere und äußere.

Trotz dem.

Die unvermeidbare Frage „Warum“? ... Doch ich ersetzte sie mit „Wozu“? und „Warum nicht“? und gelangte an meine tiefinnersten Kräfte, an meine Spiritualität.

Trotz dem. Wegen dem.

Alles fiel von mir ab, alles, was ich war, glaubte und wusste. Doch ich begann neu zu bewerten, zu sortieren und bewusst wieder an mich zu nehmen, was zu mir gehört.

Trotz dem. Wegen dem.

Das Leben war ernst geworden, todernst. Doch nach und nach haben mich die kleinen Dinge, die banalsten Momente wieder lachen lassen, herzhafter und ehrlicher als vorher.

Trotz dem. Wegen dem.

Heute könnte ich auch verzweifelt sein an meinem Schicksal. Doch ich stehe bewusster, vertrauensvoller und gelassener im Leben als je zuvor. Darauf bin ich nicht stolz, dafür bin ich dankbar.

Trotz dem. Wegen dem.

Es sind die Situationen, die uns Schmerzen, Kummer, Sorgen machen, Trennungen, Veränderungen mit sich bringen, Erwartungen nicht erfüllen, uns an unsere Grenzen bringen. Wir alle kennen sie, vielleicht sogar jede davon.

Aber sind es nicht genau die, welche uns „wenden“ lernen lassen, uns herausfordern, Entscheidungen zu treffen, Klarheit zu schaffen, aushalten und akzeptieren lehren, Stolz und auch Demut beibringen?

...uns selbst näher bringen?

...vertrauen lernen?

...letzten Endes stärken?

Es sind NUR diese Momente, die uns wachsen lassen, und sie werden es immer wieder tun. Und zwar im gleichen Ausmaß, in dem sie uns zu schaffen machen. Wann spüren wir uns selbst mehr als in der Herausforderung?



Kalt und schwer drückt die weiße Last. TROTZDEM lässt sich die Blume den Frühling nicht nehmen und blüht auf.
Foto: Roland Mayr

Wann spüren wir das Leben mehr als in dessen Bedrohung?

Daher: Trotz dem. Mit dem.

Wegen dem.

*Petra Hofler-Mayrhofer, ehem. langjährige Hospiz-Mitarbeiterin des Roten Kreuzes Kirchdorf
Autorin des Buches „Was war, und wie es ist...
Tagebuch der ersten zehn Wochen nach dem
Suizid meines Sohnes Philipp in Briefform an ihn
gerichtet.“*

Trauergruppe

Wir – die Trauerbegleiterinnen des Mobilen Hospizes – möchten trauernde Menschen auf ihrem Weg durch eine sehr schmerzvolle Zeit begleiten.

Es besteht die Möglichkeit von Einzelberatungen, die Teilnahme an einer geschlossenen Trauergruppe, weiters finden Trauernachmittage statt in Form von kleinen begleiteten Trauerwanderungen oder Malen zur Trauerverarbeitung.

Die Trauergruppe trifft sich an sechs Abenden, die 14tägig stattfinden. In diesem geschützten Rahmen haben Gleichgesinnte die Möglichkeit sich auszutauschen. Im Vordergrund stehen Gespräche und gegenseitiges Zuhören. Musik, Bilder, Gedichte, Geschichten und Rituale helfen, die Trauer anzu-

sprechen, Gefühle zuzulassen und die Trauerphasen bewusst zu durchleben. Besonders schön ist es, wenn unter den Teilnehmern Freundschaften entstehen, die auch nach Beendigung der jeweiligen Trauergruppe bestehen bleiben.

Wir Trauerbegleiterinnen versuchen, die physischen, psychischen und spirituellen Bedürfnisse der Betroffenen wahrzunehmen und sie beratend und beschützend ein kleines Stück des Weges durch ihre Trauer zu begleiten.

*Gabriele Lindtner, Andrea Schimböck,
Mobiles Hospiz des Roten Kreuzes Perg*

TROTZDEM

*Alles hat seine Zeit,
das Leben und der Tod
und doch ist eines im anderen
bereits enthalten!
Der Tod umfängt das
Leben, das Leben umfängt
der Tod!*

Buchtipps zum Thema...



Georg Fraberger: Ohne Leib. Mit Seele. Ecowin Verlag € 21.90

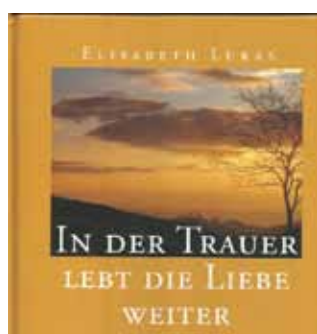
Was macht den Menschen aus? Welchen Körper braucht er dazu?

Diesen Fragen geht der Wiener Psychologe und Vater von 4 Kindern nach, der ohne Arme und Beine lebt und sich als glücklichen Menschen bezeichnet. Er, der seine körperlichen Mängel zunächst durch seinen Verstand zu kompensieren glaubte, erfuhr in der Begegnung mit Menschen nach schwerem Schädelhirntrauma, deren Körper zwar funktionierte, jedoch der Verstand nicht, dass es noch etwas anderes geben müsse, was

er „Seele“ nennt. Die Seele sei das, was den Menschen ausmacht und was ihn antreibt, was Bedürfnisse hat, die auch trotz anderer Einschränkungen leben will und kann.

Fraberger hinterfragt in seinem Buch unser erfahrungswissenschaftliches Weltbild und das damit verbundene bio-psychische Menschenbild. Er führt die Leser zu der Überzeugung, dass die Seele in Körper und Psyche wohnt, aber von beiden nur teilweise abhängig ist. Das, was den Menschen ausmacht, kann auch dann noch erkannt werden, wenn Körper und/oder Psyche/Verstand erkranken.

Veronika Praxmarer



Elisabeth Lukas, In der Trauer lebt die Liebe weiter, Kösel, € 16,40

Trauer sei neben dem schmerzlichen Gefühl auch Wissen um ein verlorenes Kostbares. Elisabeth Lukas hilft durch dieses Buch trauernden Menschen, den in eine Sackgasse führenden bohrenden Fragen nach dem „Warum“ neue Blickrichtungen zu geben. Sie führt

uns im Trauerprozess nach einem Schicksalsschlag durch die Phasen des Schmerzes, der Wut, der Ohnmacht, des Unverständnisses, der Schuldgefühle zu einem Neuanfang, in dem das vorher Gelebte als Schatz und Bereicherung angenommen werden kann.

Veronika Praxmarer



Christine Haiden, Petra Rainer: In der Trauer lebt die Liebe weiter, Residenz, € 27,90

Dieses Buch macht Mut: Porträts von besonderen Menschen in Text und Bild.

In manchen Momenten steht das Leben still, und plötzlich ist alles anders als zuvor. Ein Unfall, ein Unglück, eine Diagnose, eine Krankheit, die das Leben von Grund auf verändert. Die Betroffenen kämpfen und hadern, ringen und zweifeln - und entwickeln Kräfte, die andere staunen lassen: Sie geben Hoffnung.

Wie der junge Christian Kandlhofer - er hat beide Arme verloren und arbeitet trotzdem wieder in einer Autowerkstätte. Der Rennrollstuhlfahrer Thomas Geierspichler, dessen

Traumwelt die Realität ist, und der seit seinem 18. Lebensjahr querschnittgelähmt ist. Oder Elisabeth Marx - sie leidet an Parkinson und malt trotzdem. Und Wiltrud Stefank ist HIV-positiv und verliert trotzdem nicht die Lust am Leben.

Christine Haiden und Petra Rainer haben Menschen besucht, die nach einem Schicksalsschlag lernen mussten, ihr Leben zu ändern. In berührenden Gesprächen erzählen sie, wie sie aus ihrem Handicap Kraft schöpfen. Sie machen Mut, das Leben so zu nehmen, wie es ist.

Die Fotos von Petra Rainer zeigen jenen Lebenswillen und jene Kraft, die diese Menschen am Leben hält: trotzdem.

red



Markus Taibon: Reifeprüfung. Mein Weg aus dem Locked-in-Syndrom zurück ins Leben. W. Schlager, €15,00

Der Titel "Reifeprüfung" lässt nicht ahnen, welches Schicksal dahinter steckt.

Dr. Markus Taibon unterrichtet an einer AHS. In der Klasse – der Maturaklasse – verspürt er ein plötzliches Unwohlsein, dann fällt er ins Koma – Schlaganfall.

Markus Taibon, Jg. 65, beschreibt seine dramatische Situation, die zum Glück richtig erkannt und behandelt wird, seinen beharrlichen und beschwerlichen Weg zurück in die

Selbstständigkeit – ein bewegender Erfahrungsbericht.

"Ich war von Kopf bis Fuß gelähmt, konnte nichts bewegen, nicht einmal die Augen. Und das bei vollkommen intaktem Bewusstsein. Ich hatte das Locked-in-Syndrom, wie das medizinisch heißt. Ein solcher Patient ist in der Karriere des Neurologen wie ein Weltmeistertitel. Ich war eine Sensation. Wollte ich das nicht immer? Was hatte ich nicht schon alles dafür getan! Jetzt tat ich genau nichts. Wir sollten gut überlegen, was wir uns im Leben wünschen, denn es kann in Erfüllung gehen" so Markus Taibon

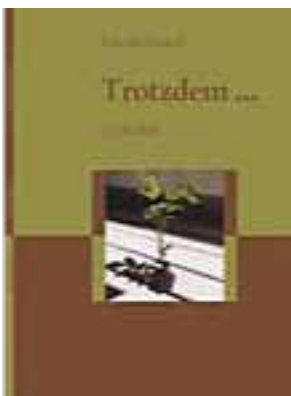


Hilde Domin: Der Baum blüht trotzdem; Gedichte, S. Fischer, € 14,50

"Wenn ihre Gedichte etwas aktivieren sollen, dann im Leser den Menschen. Sie glaubt an die Erlösung durch das Wort, durch die Sprache." Marcel Reich-Ranicki

Als 90jährige schrieb die vielfach ausgezeichnete

Hilde Domin diese Gedichte. Waren diese lange durch Optimismus geprägt - trotz eines Lebens geprägt von Flucht vor den Nazis zunächst nach Italien und dann nach Großbritannien - sind diese Geschichten von der (Vor)Ahnung des Todes geprägt und auf eine spannende Weise gleichzeitig lebensbejahend und inspirierend. cft



Gisela Hertel: Trotzdem; Gedichte & Bilder, edition Wort, € 7,00

Text von amazon.at: "Gisela Hertel schreibt auf einfühlsame Weise vom Leben. Ihre Gedichte beschreiben Situationen, denen man oft begegnet und die stets die Zuversicht in sich bergen, dass es sinnvoll ist, das Leben in all seinen Facetten zu gestalten." Ausschnitt aus einem ihrer Gedichte:

*Hör' auf an verschlossenen Türen zu rütteln,
sie öffnen sich nun einmal nicht mit Gewalt.*

*Versuch nicht die ewige Jugend
von den Bäumen
zu schütteln.*

*Irgendwann bist Du
für viele Dinge zu alt.*

*Aber, Du kannst
nach Alternativen ausschauen,
nach Türen
die unverschlossen sind.*

*Hör' nie auf,
dem Fluss des Lebens zu vertrauen...."*



Monika Müller, David Pfister: Wie viel Tod verträgt das Team?: Belastungs- und Schutzfaktoren in Hospizarbeit und Palliativmedizin, Vandenhoeck & Ruprecht, € 29,99

amazon.at: "Der Tod geht immer mit, muss bearbeitet und ausgehalten werden. Die Fokussierung auf das Lebensende gilt sowohl für die Patienten wie auch für die dort Arbeitenden. .. Die Autoren gehen der Frage nach, wieviel Auseinandersetzung mit Sterben, Tod und Trauer erträglich, verträglich ist. Es geht

sicher nicht darum, ob das Thema bekömmlich ist, sondern, wie man, ohne Schaden zu nehmen, tagtäglich darin arbeitet. Das Buch gibt Denkangebote, mit den besonderen Belastungen vielleicht neu und anders umzugehen. Es geht dabei manchmal nur um ein Umdenken, ein Umbenennen, um das Einnehmen einer anderen Perspektive oder auch um konkrete Handlungsoptionen.

Gleichzeitig weist es auf die Kraftfelder und Schutzfaktoren hin und macht die Kostbarkeit der Arbeit in diesem existentiellen Feld deutlich."



Rohrbach

Netzwerkarbeit - Miteinander

Im letzten Jahr wurden verstärkt Anfragen von Einrichtungen bzw. Wohngruppen für Menschen mit geistiger Behinderung an uns gerichtet. Die dort tätigen Betreuungspersonen sind insbesondere aufgrund des steigenden Lebensalters ihrer BewohnerInnen gefordert, sich mit den Aspekten der Hospiz- und Palliativbetreuung auseinanderzusetzen. Dies führte zwischen den Verantwortlichen der Wohngruppen und den MitarbeiterInnen des Mobiles Hospiz- und Palliativteams wieder zu einer intensiveren Zusammenarbeit.

Mitunter sind bei den BewohnerInnen der Einrichtungen die kognitiven Fähigkeiten seit der Geburt beeinträchtigt. Die MitarbeiterInnen sind mit vielen Fragen in Bezug auf die letzte Lebensphase ihrer KlientInnen gefordert.

So z.B. bei Frau S., 50 Jahre, die seit Geburt schwerst mehrfachbeeinträchtigt ist und bei der eine fortgeschrittene Krebserkrankung diagnostiziert wurde: darf oder soll Frau S. Informationen über ihre schwere Erkrankung erhalten? Versteht sie, was wir ihr erklären? Liegt die Aufklärung in unserem Kompetenzbereich? Sollen ihre MitbewohnerInnen über ihre begrenzte Lebenszeit informiert werden? Wie erkennen wir, ob Frau S. Schmerzen hat? ...

Anhand von Impulsvorträgen und Fallbesprechungen erarbeiten wir gemeinsam mit den MitarbeiterInnen konkrete Fragen im Umgang mit den beeinträchtigten Menschen. Die Reflexion in der Gruppe fördert das gegenseitige Verständnis aller Beteiligten in oftmals herausfordernden palliativen Betreuungssituationen. Informationen über die Unterstützungsleistungen der Hospiz- und Palliativversorgung und eine vorausschauende Betreuungsplanung sind ebenso wichtig für eine gute Zusammenarbeit im Netzwerk. Ziel ist dabei immer eine individuell abgestimmte Betreuung der Betroffenen in ihrer vertrauten Umgebung.

*Margit Niederleitner, Hospizteamleitung
Martina Dumhard, Palliativteamleitung*

Applaus für ein tolles Musikerlebnis

Zu einem schönen Erfolg wurde das Benefizkonzert der Polizeimusik Oberösterreich, das am 25. Mai 2014 im Centro in Rohrbach stattfand. Viele BesucherInnen ließen sich von den musikalischen Klängen begeistern. Besonderer Dank gilt allen MusikerInnen für

ihr künstlerisches Wirken und die erwiesene Solidarität gegenüber der Hospizarbeit.

Dank gilt auch den Sponsoren, die das leibliche Wohl der MusikerInnen sicherten, und der Pfarre Rohrbach für die Öffnung des Pfarrheims. Der Stadtgemeinde Rohrbach, allen voran Herrn Bürgermeister Hauer, sei ganz herzlich gedankt für die unentgeltliche Benützung des Veranstaltungssaales, den ehrenamtlichen MitarbeiterInnen des Hospizteams Rohrbach und den vielen Helfern für ihren großartigen Einsatz. Der gesamte Erlös kommt der Hospizarbeit im Bezirk Rohrbach zugute.

Spendenübergabe

Anstelle der Weihnachtsgeschenke für Geschäftspartner wurde von der Sparkasse Rohrbach am 7. Jänner 2014 dem Mobiles Hospizteam der Caritas in Rohrbach ein Spendenscheck in Höhe von EUR 400,- überreicht. Einen herzlichen Dank dafür.



Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiterinnen des Hospizteams Rohrbach mit dem Spendenscheck.

Mobiles Hospiz
Palliative Care

Caritas

Linz, Linz Land, Urfahr Umgebung

Vollzeit-Papa



Ich bin Vater von zwei Buben im Alter von 6 und 2 Jahren. Von Anfang an war ich mit Leib und Seele ein windelwechselnder und Gute-Nacht-Geschichten-erzählender Vater.

Nach der Geburt unseres zweiten Sohnes stand daher von Beginn an fest: ich will Vollzeit-Papa sein, wenn auch nur für kurze Zeit. Mein Arbeitgeber, die Caritas Linz, ermöglichte mir dies für 3 Monate durch eine Elternteilzeit mit 15 Std./Woche. Dadurch konnte meine Frau nach der Kinderpause vorübergehend mit 40 Std. wieder vollständig ins Berufsleben einsteigen.

Was hieß das nun für mich, und vor allem für meine Familie?

„Mama arbeiten – Papa eh daheim“; selbst unser Kleiner akzeptierte diese Tatsache ohne Probleme. Am Morgen, wenn meine Frau zur Arbeit geht, klettert er quer übers Elternbett „Papa kuscheln“!

Und so wurde ich plötzlich ein wenig zum Exoten, ob am Vormittag im Einkaufszentrum, oder am Nachmittag beim Kinderturnen und am Spielplatz – überall Mütter...und ich! Von allen Seiten bekomme ich überwiegend positives Feedback. Es scheint mir, als würden sich mehr Mütter einmal einen kurzen „Rollentausch“ wünschen.

Eines habe ich in dieser Zeit sicher gelernt: es sind die kleinen Erfolge, die das Leben spannend und lebenswert machen: das erste Mal erfolgreich aufs Klo gehen, ...eine Nacht ohne

Schnuller überstehen, ...bei der Ansage tatsächlich null Fehler, ...das erste Tor beim Fußball Training und ...die Erkenntnis: auch Papas Bussis können heilen!!

Bald geht „Mann“ wieder zum normalen Arbeitsalltag über und natürlich werde ich auch weiterhin ein aktiver Papa sein, nur mit einem viel größeren Blickwinkel! Danke an alle, die es mir durch ihre Unterstützung möglich gemacht haben, diese wertvolle Erfahrung zu machen.

Franz Lackner
Palliativteamleitung



Gedenkfeier als Form der Trauerbegleitung

Die ehrenamtlichen und hauptamtlichen MitarbeiterInnen des Mobilen Hospiz- und Palliativteams gestalten gemeinsam zweimal jährlich für die Angehörigen und Freunde unserer verstorbenen PatientInnen eine Gedenkfeier. Rund 100 Menschen nehmen bei jeder Feier teil.

Uns Ehrenamtliche berührt es sehr, mit den Menschen, die eine geliebte und nahestehende Person zurück lassen mussten, diese Feier gemeinsam zu erleben. Es ist ein gemeinsames Beten, Singen, Lieder Hören, Weinen, für jeden eine Kerze anzünden, sich gegenseitiges Tragen und Stützen.

Bei der anschließenden Agape haben wir die Gelegenheit, mit den Hinterbliebenen zu reden und DANKE zu sagen für das Vertrauen, das uns entgegen gebracht wurde.

Diese Feier ist insbesondere für uns ehrenamtliche MitarbeiterInnen ein sehr wertvoller und guter Betreuungsabschluss.

Margit Tischberger
ehrenamtliche Mitarbeiterin

Durch die Hilfe des Mobilen Palliativteams während der schweren Krankheit meines Mannes durfte ich den bewussten und liebevollen Umgang mit dem Thema Abschied nehmen und Sterben erleben. Ich fühle mich reich beschenkt durch das Dasein und die Begleitung des Palliativteams.

Nach dem Tod meines geliebten Gatten wurde ich zur Gedenkfeier eingeladen. Für mich war diese Feier nochmals ein innerlicher Rückblick über unseren gemeinsamen, sehr wertvollen Lebensweg und auch die schwere Zeit des Abschiednehmens und Loslassens. Es wurde die gegenseitige Wertschätzung des gesamten Teams und der trauernden Angehörigen sehr würdevoll zum Ausdruck gebracht. Danke für die Einladung und die liebevolle Gestaltung der Gedenkfeier.

*Friederike Preining
eine Angehörige*



Foto: Roland Mayr

Mobiles Hospiz
Palliative Care
Caritas

Steyr, Steyr-Land, Kirchdorf

Multiprofessionalität für unsere PatientInnen

Die Pflegepersonen des Mobilen Palliativteams Steyr, Steyr Land und Kirchdorf können seit Jänner 2014 zusätzlich auch auf das Fachwissen einer Palliativmedizinerin zurückgreifen. Fr. Dr.ⁱⁿ Caroline Kranzl verstärkt unser Palliativteam und steht bei Bedarf uns, unseren PatientInnen und deren HausärztInnen zur Verfügung. Sie ersetzt nicht die so wichtige Zusammenarbeit mit den HausärztInnen, sondern ergänzt sie.

Fr. Dr.ⁱⁿ Kranzl ist Allgemeinmedizinerin in Molln und hat neben zahlreichen Zusatzqualifikationen auch eine Ausbildung in Lebens- Sterbe- und Trauerbegleitung, sowie den Basislehrgang Palliative Care absolviert. Im Jahr 2012 arbeitete sie mehrere Monate als Ärztin auf der Palliativstation in Steyr, wo sie wertvolle Erfahrungen für ihre jetzige Aufgabe im Mobilen Palliativteam sammeln konnte.

Wir freuen uns sehr über unser neues Teammitglied und wünschen Fr. Dr.ⁱⁿ Caroline Kranzl Erfüllung in ihrer neuen Aufgabe!

*Rosemarie Roier
Palliativteamleitung*



Ich bin 48 Jahre alt und lebe in Molln in einer Partnerschaft, habe keine Kinder, aber dafür 2 Katzen, die mir sehr wichtig sind. Neben regelmäßiger Bewegung genieße ich in meiner Freizeit mein Haus mit Garten.

Im Mobilen Palliativteam ist es mir wichtig, für die

PatientInnen und deren Angehörige da zu sein und einen Teil dazu beizutragen, dass die PatientInnen zu Hause in Würde leben und sterben können. Dies wird durch eine gute Schmerztherapie und Symptomenkontrolle in den meisten Fällen auch erreicht. Die enge Zusammenarbeit und Vernetzung mit den HausärztInnen ist mir dabei ein großes Anliegen.

Zur Erweiterung meiner medizinischen Kompetenz im Palliativbereich absolviere ich derzeit den Vertiefungslehrgang Palliative Care an der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität Salzburg.

Dr.ⁱⁿ med. Caroline Kranzl, Ärztin Palliativteam



Braunau

Abenteuer Mama

Vom Berufsleben ins Ehrenamt

Elisabeth Kerbler war zwölf Jahre im Sekretariat des Mobilen Hospiz der Caritas für die Bezirke Steyr und Steyr/Land tätig. Elisabeth war mit ihrer herzlichen und einfühlsamen Art ein wertvoller Wegbegleiter für unser Team.

Es freut uns deshalb besonders, dass sie uns als ehrenamtliche Mitarbeiterin weiterhin in der Administration und bei der Öffentlichkeitsarbeit unterstützt. Danke, liebe Elisabeth, für deine tatkräftige Unterstützung, deine Hilfsbereitschaft und deinen Humor.

*Renate Kogler
Hospizteamleitung*



„Jede Begegnung die unsere Seele berührt hinterlässt eine Spur, die nie ganz verweht“. (Lore - Lillian Boden) Es war schon immer mein Wunsch, im sozialen Bereich tätig zu sein und daher freute ich mich sehr, als ich im Dezember 2001 meine Tätigkeit als Sekretärin beim Mobilen Hospiz Steyr begann.

Die letzten zwölf Jahre sind für mich wie im Flug vergangen, sie brachten auch viele Veränderungen mit sich.

Durch die Hilfe und Unterstützung und das „Dasein“ meiner Vorgesetzten und der ehrenamtlichen MitarbeiterInnen konnte ich die Anforderungen gut meistern. Ich möchte mich sehr herzlich bei Fr. Mag.^a Ulrike Pribil und meinen lieben KollegInnen, die mir immer hilfreich und freundschaftlich zur Seite standen, für die gute Zusammenarbeit bedanken.

Ende des vergangenen Jahres habe ich meine hauptamtliche Tätigkeit beim Mobilen Hospiz Steyr beendet. Viele Erkenntnisse und Erfahrungen für das Leben kann ich aus dieser Zeit mitnehmen und ich bin sehr dankbar dafür. Ich werde weiterhin ehrenamtlich im Team mitarbeiten, dadurch fällt mir der Abschied nicht so schwer. Ich wünsche allen eine schöne Zeit und Gottes Segen.

*Elisabeth Kerbler
ehrenamtliche Mitarbeiterin*

Über alle Stationen in meinem bisherigen Leben bin ich momentan bei der Einzigartigsten angelangt – nämlich der, Mama zu sein! Seit 23. Jänner 2014 verbringe ich mein Leben mit unserer bezaubernden und gesunden Tochter Marie Josephin.

Nach Reisen in fremde Länder und Kulturen, meinem Missionseinsatz in Tansania, den Jahren als Kinderkrankenschwester auf der Kinderonkologie Salzburg und meiner Zeit als Leitung des Mobilen Hospizteams in Braunau, ist es nun ein riesengroßes Geschenk, das Mama-Dasein genießen zu dürfen! Nichts ist mehr wie vorher, die Welt dreht sich nun in eine andere Richtung – in eine hellere, buntere und wertvollere...

Trotzdem denke ich oft an mein Team und an alle Menschen, denen ich im Zuge meiner beruflichen Aufgabe als Hospizteamleiterin begegnen durfte. Und so genieße ich meine derzeitige Rolle im Hier und Jetzt mit einem freudigen vorausschauenden Blick in die Zukunft – meinen Wiedereinstieg als Hospizteamleitung im Herbst 2014. Ich freue mich schon auf die herausfordernde Kombination dieser beiden verantwortungsvollen und bereichernden Aufgaben!

Christine Kalteis





Erwachsenenbildung Hospiz

Vielfältige Bildungsimpulse

Grundkurs für Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung

Schwerkranke und sterbende Menschen sowie deren Angehörige zu begleiten ist eine verantwortungsvolle Aufgabe und erfordert eine entsprechende Vorbereitung, eine menschliche und fachliche Qualifizierung. Der nächste Grundkurs startet im Herbst 2014 im Raum Linz.

Basislehrgang für Kinderhospizarbeit

Der Lehrgang versetzt die TeilnehmerInnen in die Lage, lebensverkürzend, unheilbar erkrankte Kinder und ihre Bezugspersonen ihren Bedürfnissen entsprechend zu begleiten und zu unterstützen. Wir bitten Sie, sich bei Interesse mit uns ehestmöglich in Verbindung zu setzen. Der nächste Basislehrgang für Kinderhospizarbeit startet im Herbst 2014 im Raum Linz.

Zertifikatslehrgang Trauerbegleitung

Jeder Mensch erfährt im Laufe seines Lebens Verluste, durch den Tod eines nahe stehenden Menschen, Trennung, Scheidung, den Verlust von Arbeitsplatz, Heimat oder Gesundheit. Auf diese tiefgreifenden Verluste ist Trauer die natürliche, oft langwierige und schmerzhaft, gleichzeitig aber heilende Antwort. Der nächste Zertifikatslehrgang Trauerbegleitung startet im Frühjahr 2015.

Förderungsmöglichkeit: im Rahmen des allgemeinen und speziellen Bildungskontos.

Infos: Tel.: 0732 / 7720-14900; bildungskonto@ooe.gv.at
www.land.oberoesterreich.gv.at.



Bei Interesse an unseren Seminaren und Lehrgängen senden wir Ihnen sehr gerne unser Bildungsprogramm 2013/2014 mit weiteren Seminarangeboten zu. Wenden Sie sich bitte an:

Mobiles Hospiz Palliative Care, Erwachsenenbildung Hospiz
Mo, Di, Do, Fr: 9:00 – 13:00 Uhr

Tel.: 0732/786360-7914, Mail: bildungsreferat.hospiz@caritas-linz.at

Download des Programmes 2015/2016 ab Mitte Juli 2014 unter:
www.caritas-erwachsenenbildung.at/bildungsprogramm/hospiz



MOBILES PALLIATIVTEAM
SALZKAMMERGUT

10 Jahre Mobiles Palliativteam

Das Mobile Palliativteam Salzkammergut ist nun schon seit dem 1. 1. 2004 tätig. Die Hospizbewegung Vöcklabruck wurde vom Land OÖ damit beauftragt, ein Mobiles Palliativteam für die Bezirke Vöcklabruck und Gmunden aufzubauen. Ausgehend von den Vorgaben des Österreichischen Bundesinstitutes für Gesundheitswesen (ÖBIG), die dem Konzept „Abgestufte Hospiz- und Palliativversorgung in Österreich“ übernommen wurden, definierten wir unsere Ziele für den langfristigen Aufbau, adaptiert an die regionalen Strukturen.

Unheilbar erkrankten und sterbenden Menschen soll durch ein qualitativ hochwertiges und Patienten orientiertes Therapie- und Versorgungskonzept ermöglicht werden, in ihrer gewohnten häuslichen Umgebung zu bleiben. Die Unterstützung, Anleitung und Entlastung der Angehörigen ist von entscheidender Bedeutung. Interdisziplinäre Versorgung, medizinisch/pflegerische Bezugsbetreuung und eine 24 Stunden Erreichbarkeit sind aus unserer Sicht ebenfalls dafür unbedingt erforderlich.

Rückblickend geben die laufend steigenden Betreuungszahlen und die vielen positiven Rückmeldungen unserem Konzept recht.

Aber nicht nur die Anzahl an Betreuungen hat sich in den letzten zehn Jahren mehr als verdreifacht.

Auch das Team konnte langsam wachsen, und so freuen wir uns, unseren neuen Kollegen vorzustellen:



Alfred Edtmair ist seit April 2014 in unserem Team. Er leitete bis vor kurzem das Bezirksseniorenheim in Scharnstein und wird uns künftig durch seine jahrelange Erfahrung und die Zusatzqualifikation der geriatrischen Fachpflegekraft unterstützen. Wir heißen ihn herzlich Willkommen und wünschen ihm alles Gute für seine neue Tätigkeit!

DGKS Lisa Gegenleitner



An der Seite der Toten



Seminar im Herbst 2013 für unsere ehrenamtlichen MitarbeiterInnen im Seminarhaus St. Klara, Vöcklabruck. Vortragender: Mag. Martin Prein, Psychologe/Thanatologe, ehemals Bestatter, Mitarbeiter im Rettungsdienst und der Krisenintervention. Die SeminarteilnehmerInnen wurden zu einer bewussteren Wahrnehmung ihrer individuellen Gefühls- und Reaktionsweisen angesichts des Leich-

nam und dem Schmerz von Hinterbliebenen eingeladen. Das Ziel des Seminars war es, die eigenen Bedürfnisse und Grenzen zu erkennen, zu weiten und zu stärken.

Die Themen:

- Die Toten in unserer Gesellschaft
- Die modernen Krisenmanager des Todes und der Trauer
- Wem gehört der Leichnam?
- Das unheimliche, heimliche Leben der Leiche
- Das Leichentabu: ein Berührungsverbot
- Abwehr- und Schutzfunktionen im Umgang mit der Leiche
- Unsicherheit in der Begegnung mit trauernden Angehörigen
- Ist Abgrenzung möglich?
- Umgang mit dem Erlebten
- Die Bedeutung des Humors

Mit sehr viel eigener Erfahrung und äußerst lebendig gestaltete Mag. Prein dieses Seminar. Da auch erfahrene HospizbegleiterInnen wiederholt mit eigenen Ängsten konfrontiert werden, trug dieser interessante Tag dazu bei, Emotionen aushalten zu lernen und ein würdiges Abschiednehmen in der Familie mitzugestalten und mitzutragen.

Veranstaltungen:

27. 6.: „Musikus – Musik kennt keine Grenzen“- Fest im OKH Vöcklabruck ab 18.00 Uhr mit Grillerei, Musikgruppen, DJs, Maturaprojekt von fünf Schülerinnen der HAK 1 Wels

8. 8. + 10. 8.: Benefizkonzert „Sinnfonics“ im GH Lindner, Vöcklabruck, am 8.10. um 20.00, am 10. 8. um 11.00 bei Schlechtwetter in der Landesmusikschule

7. 10.: Welthospiztag und 15. Jahresfeier: Kabarett Düringer „Ich alleine“, Stadtsaal Vöcklabruck, 19.30 Kartenvorverkauf: www.oeticket.com

30. 10.: Gedenkfeier im St. Klara, Vöcklabruck um 18.30

Neue Büroräumlichkeiten in Freistadt

Bei der Generalversammlung am 24.2.2014 legte Frau Monika Ziegler, die schon jahrelang im Verein aktiv mitwirkte, ihre Funktion aus persönlichen Gründen zurück. Ihre Nachfolge tritt Frau Aloisia Denkmayr an, die ebenfalls jahrelang haupt- und ehrenamtlich tätig war.

Bedingt durch die Einführung der palliativen Versorgung in unserem Bezirk im letzten Jahr, sowie der damit verbundenen personellen und materiellen Aufstockung platzte unser altes Büro aus allen Nähten. Wir sind daher am 1. März 2014 in unseren neuen Stützpunkt am Hauptplatz (neben dem Rathaus) in Freistadt übersiedelt. Wir danken der Stadtgemeinde Freistadt und dem Technologiezentrum Freistadt für das bisherige Entgegenkommen.

Unsere neue Adresse: Hospizbewegung Bezirk Freistadt, Hauptplatz 2, 4240 Freistadt



Dr. Hans Peter Zierl und Monika Ziegler

„Von Gott geliebt – vom Anfang bis zum Lebensende“
Treffpunkt für Trauernde jeden 2. Dienstag im Monat um 19.00, Hauptplatz 2 in Freistadt (neues Büro!)

Jede Begegnung die unsere Seele berührt hinterlässt eine Spur, die nie ganz verweht.

Lore - Lillian Boden



Hospizbewegung Gmunden



**MOBILE
PALLIATIVE CARE**
WELS.GRIESKIRCHEN.EFERDING

Vom Ehrenamt zum Hauptamt



Ende Jänner dieses Jahres wusste ich noch nicht, dass sich etwas Großartiges ereignen würde. Nie wäre ich von selbst auf den Gedanken gekommen, als hauptamtlich arbeitende DGKS in der Hospizbewegung Gmunden tätig sein zu dürfen. Aber genau Dieses passierte!

2010 begann ich mit meinem Praktikum bei der Hospiz. Witzigerweise waren meine Kollegin Renate und ich damals die Ersten, die diese Anfrage stellten. Die Einsatzleiterin und Koordinatorin, Fr. Elisabeth Neureiter, hieß uns herzlich willkommen. Nun ja, und jetzt bin ich seit 1.3.2014 als erste hauptamtliche DGKS angestellt. Das Alles ist natürlich nicht einfach vom „Himmel gefallen“. Aber ich darf wohl sagen: der Mensch denkt, und Gott lenkt.

Besonders möchte ich mich bei Hr. OA. Dr. Mittendorfer, Fr. Dr. Eva Mittendorfer und bei dir, liebe Elisabeth, bedanken! Mit eurer Initiative und eurem Engagement darf ich heute sagen: „Ich bin Hauptamtliche“. Danke für euer großes Vertrauen. Danke dem gesamten Team der Hospizbewegung Gmunden.

Karin Zwirzitz

Weiterbildungen erfolgreich absolviert

Roswitha Porinski hat an der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität in Salzburg den Universitätslehrgang "Palliative Care" erfolgreich abgeschlossen. Die Adlwangerin, die seit 2005 unserem mobilen Palliativteam angehört, darf nun den Titel Master of Science (Palliative Care) tragen. An der Welser Akademie für Gesundheit und Bildung haben Verena Handl und Karola Mayrhofer den Interprofessionellen Basislehrgang Palliative Care absolviert. Gemeinsam mit Roswitha Porinski und sechs Kolleginnen und Kollegen begleiten die beiden Schwerstkranken, damit diese möglichst lange und bei guter Lebensqualität in ihrem gewohnten sozialen Umfeld verbleiben und dort auch sterben können.



Von links: Dr. Rotraud Josseck, Silvia Wiltz, Gertraud Wakolbinger, Karin Waldenberger, Hubert Mittendorfer, Verena Handl, Karola Mayrhofer, Daniela Astecker, OA Dr. Ingrid Hofinger, Dr. Christine Eckmayr



Dr. Christine Eckmayr (r.)
gratuliert Roswitha
Porinski, MSc

Nächste Veranstaltung

Für den gemütlichen Nachmittag „Torten setzen Taten“ am 27. Mai ab 14 Uhr in nöfas cafe:bar in der Schubertstraße 9, 4600 Wels, bereiten unsere backfreudigen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen zahlreiche süße und pikante Köstlichkeiten vor. Wir freuen uns auf viele Gäste!



Neue Mitarbeiterin



Seit Oktober 2013 verstärkt Andrea Hofstötter unser mobiles Hospiz-Team. Frau Hofstötter ist verheiratet und Mutter von 4 Kindern. Seit 1984 hat sie ihr Diplom als DGKS. Da sie in ihrer beruflichen Tätigkeit schon oft mit dem Tod konfrontiert wurde, ist es ihr ein Anliegen, in diesem Bereich auch zu helfen. Wir heißen sie im Team herzlich willkommen!

Gelungene Vernissage zum Welthospiztag



„Steine, die mir in den Weg gelegt werden, bemale ich einfach“, schmunzelt Klaus Schöberl und schleppte zur Vernissage in der Sparkasse neben seinen Bildern auch jede Menge bemalter Steine an. Schülerinnen und Schüler des Brucknergymnasiums wollten es ihm gleich tun und so kam es zu einem regelrechten Verkaufswettbewerb zwischen den jungen Künstlern und ihrem Vorbild! Wer mehr bemalte Steine an den Mann gebracht hat, lässt sich nicht genau sagen, bei der Vernissage im Rahmen des Welthospiztages landeten aber exakt 1185,50 Euro in unserer Spendenkassa!

Wir trauern um unsere Maria



Unsere Ehrenamtliche Maria Irnberger ist am 7. März 2014 nach geduldig ertragener Krankheit verstorben. Maria unterstützte die Hospizbewegung Wels Stadt/Land seit September 2003. Ihr liebevolles Wesen und ihr unermüdlicher Einsatz für ihre Mitmenschen werden uns immer in Erinnerung bleiben. Ihre Lebenslust und ihr Humor bereicherten uns und machen sie uns allen unvergesslich.



Palliative Care – vernetzt denken, gemeinsam handeln

Es geht um die besondere Würde des Menschen, gerade wenn das Leben, vielleicht unter großer Mühsal, zu Ende geht. Dieser Gedanke veranlasste die im Bezirk Ried im Hospiz- und Palliativbereich Tätigen, als gemeinsames Netzwerk aufzutreten, um über Organisationsgrenzen und Berufsbilder hinweg für eine möglichst umfassende und qualitätsvolle Betreuung und Begleitung der Betroffenen zu sorgen. Ziel des Netzwerkes ist es auch, den Palliativgedanken zu verbreiten bzw. zu vertiefen.

Die erste gemeinsame Veranstaltung, die von der Palliativstation des Krankenhauses Ried dem Mobilien Hospiz und dem Mobilien Palliative Care Team des Roten Kreuzes sowie von palliativmedizinisch tätigen Ärzten organisiert wurde, stand unter dem Motto „Palliative Care – Demenz“ und richtete sich professionsübergreifend an alle, die in ihrer Arbeit mit dem Thema konfrontiert sind.



115 Interessierte besuchten die Vorträge, die die besondere Problematik der Demenz, insbesondere in der letzten Lebensphase, aus der Sicht der Hospizarbeit, der stationären und mobilen Palliativpflege, aber auch der Sozialarbeit und der Ärzteschaft zum Inhalt hatten.

Für Herbst ist eine weitere Veranstaltung dieses Formats zum Thema „Ernährung und Flüssigkeit am Ende des Lebens“ geplant.

Ing. Josef Frauscher





Schärding

Das Mobile Hospizteam wächst weiter



Gleich drei neue MitarbeiterInnen - Martina Ahörndl, Christine Geisecker und Burkhard Löhner - verstärken seit Oktober 2013 das Hospizteam. Wir freuen uns über den Zuwachs in unserem Team und wünschen ihnen viel Freude und Kraft für die kommende Zeit.

Filmabend „Schmetterling und Taucherglocke“

Zahlreiche BesucherInnen folgten der Einladung des Mobilien Hospizteams in das Kino in Raab. Der Film ist ein einzigartiges Dokument. Zum ersten Mal berichtet ein Opfer des Locked – in – Syndroms, was in einem Menschen vorgeht, der äußerlich zur Statue erstarrt, doch innerlich quicklebendig geblieben ist. Vollständig gelähmt, unfähig zu sprechen und zu schlucken, war die einzige Möglichkeit sich verständlich zu machen, das Blinzeln mit einem Auge. „Ein strahlendes Stück Literatur, von dem die Kraft der Erschütterung ausgeht. Der Film gehört zum Schönsten, was Kino bewerkstelligen kann.“

Trauerimpulsabende

Im Frühjahr 2014 boten wir wieder unsere bewährten Trauerimpulsabende an. Der Trauer Raum zu geben, sich an vier Abenden unter Gleichgesinnten auszutauschen, und damit wieder andere Sichtweisen zu erfahren sind einige der positiven Rückmeldungen der TeilnehmerInnen. Die nächsten Trauerimpulsabende finden im November 2014 statt.

Infoabend: Entscheidungsprozess Patientenverfügung

Aufgrund der aktuellen Diskussion rund um "Sterbehilfe" ist es uns ein besonderes Anliegen, zum Thema „Patientenverfügung“ Information und Beratung anzubieten. Diese ist keine Versicherung dafür, dass in den letzten Wochen und Tagen alles genau so ablaufen wird, wie man es sich wünscht. Deshalb ist es wichtig, sich mit diesem sensiblen Bereich rechtzeitig auseinander zu setzen, um ihn als Prozess verstehen zu können. Wir wollen einen anderen Aspekt der Patientenverfügung aufzeigen, es geht um einen Entscheidungsprozess, der gut überlegt sein soll.



Braunau

Impulsabende - ein Angebot nur für Trauernde



Foto: ÖRK/LV OÖ

Bis ins Innerste trifft uns der Verlust eines nahestehenden Menschen. Plötzlich ist nichts mehr so wie es war. Die Hospizgruppe Braunau veranstaltete erstmals im Bezirk Impulsabende für Trauernde. Die Impulsabende helfen den Hinterbliebenen, den Verlust zu bestätigen, den Ausdruck von Trauer zu fördern und die Tatsache zu verstehen, dass das Leben weitergeht.

Wir wollen Trauernden einen geschützten Bereich geben, damit sie bewusst mit der eigenen Trauer in Einklang kommen. Die seit diesem Jahr angebotenen Impulsabende fanden großes Interesse bei den Trauernden. Durch den enormen Bedarf werden diese im nächsten Jahr fortgesetzt. Die Vielzahl der Nachfragen bestätigt unsere Arbeit über den richtigen Umgang mit dem Verlust eines nahestehenden Menschen. Einzelgespräche für trauernde Menschen können jederzeit in Anspruch genommen werden. Dauer bzw. Länge der Gespräche werden in jedem Fall individuell gestaltet. Anmeldung: 07722 / 62264-14 barbara.huber@o.roteskreuz.at

Vorschau Herbst 2014

Vortrag mit Dr. Franz Schmatz : „Trau Dich leben und werde Du“ – am 9. 10. in St. Peter am Hart

Vortrag „Leben bis zuletzt“, Palliative Versorgung im Bezirk Braunau. Voraussichtlich im Oktober.

Trauerwanderung am 14. 11. im Konventgarten Ranshofen.

Filmabend „Mehr als ich kann“ ein Film über den Pflegealltag im Verborgenen.



Verstärkung für Hospizgruppe:

Rosemarie Stephan: Ich bin 56 Jahre, Arzthelferin, verheiratet und habe zwei Söhne. Eine ehrenamtliche Aufgabe war schon länger mein Wunsch und ich absolvierte 2013 den Hospizlehrgang.

Meine Aufgabe und mein Wunsch ist, Menschen ein Stück zu begleiten, da sein, zuhören und sie unterstützen.



Eferding

Verstärkung beim mobilen Hospiz Eferding



Hospizlehrgang Rotes Kreuz 2013 – Gertrude Dieplinger (obere Reihe, 3. von rechts) Foto: ÖRK/LV OÖ

Ich bin 1956 geboren, in einer kinderreichen Familie aufgewachsen, habe einen erwachsenen Sohn und von Beruf bin ich Diplompädagogin.

Älter werden gelingt vielleicht besser wenn wir das Kind in uns wahrnehmen - es annehmen in all seiner Bedürftigkeit und uns neu mit ihm befreunden. Dem Alter einen würdevollen Platz schenken, auf das Kind in uns horchen, damit es nicht zurückgestoßen wird, da es sonst vereinsamt und erfriert.

Ich glaube, dass ein Leben lebendig gelebt werden will, und dies durchaus nicht einfach ist, da die Augenblicke flüchtig sind. Bewusstheit wird uns täglich abverlangt, sofern wir uns wirklich auf das Leben einlassen. Den flüchtigen Augenblick also am buschigen Schwanz packen, wenn er wie ein Fuchs vorbeihuscht.

Auch im Sterben geht es bis zuletzt um würdevolles Leben. Ich glaube, wenn es uns immer wieder gelingt, den flüchtigen Moment zu kosten, zu schmecken, zu genießen, fällt es uns leichter in Dankbarkeit wieder loszulassen.

Jeder Mensch stirbt einige Tode vor dem eigentlichen Tod. Trotzdem immer wieder aufzustehen und Leben wagen, mit Unterstützung von Freunden und liebevollen Menschen. Sich zugestehen auf Liebe angewiesen zu sein, die Liebessehnsucht sich zugeben und sie niemals im Leben aufgeben.

Dies sind Gründe und Motivation, warum ich ehrenamtlich beim Roten Kreuz im Bereich Hospiz mitarbeite.

Gertrude Dieplinger



Grieskirchen

Patientenverfügung – ein Entscheidungsprozess

Wir starten mit einem neuen Angebot: Es geht bei diesen Beratungsterminen nicht um die Erstellung einer Patientenverfügung, sondern um verständliche Erklärung und Aufklärung rund um die Patientenverfügung.

Die Menschen sollen darauf aufmerksam gemacht werden, dass viele Aspekte bedacht gehören, bevor man eine Patientenverfügung erstellt. Das kann sein:

- Ab welchem Zeitpunkt befasse ich mich mit der Erstellung einer Patientenverfügung?
- Welche Lebensumstände sollte ich beachten?
- Was ist mir wichtig?

Immer wieder meine Bedürfnisse und Wünsche reflektieren und notieren. Wir wollen sensibilisieren und aufmerksam machen, dass der Erstellung einer Patientenverfügung ein Entscheidungsprozess vorausgeht.



Die Beanspruchungen des Lebens sind unübersehbar. TROTZDEM ist noch so viel Freude und Kraft spürbar! Roland Mayr



Kirchdorf / Krems

Abschied von Herrn Kalss Manfred

Nach längerer Überlegung hat sich Manfred entschlossen, seine 10-jährige Mitarbeit im Hospizteam Kirchdorf aus Krankheits- und Altersgründen zu beenden. Es war für uns immer wichtig, Aspekte aus seiner männlichen Sicht in unsere Gruppe zu integrieren. Nun ist es an uns, Danke zu sagen und Manfred alles Gute zu wünschen.

„Ich möchte all jenen Menschen danken, die mir erlaubt haben, sie in einer Phase ihres Lebens zu begleiten, in der nicht gesellschaftlicher Erfolg und prestigeträchtige Aktivitäten im Mittelpunkt stehen, sondern wo Ängste, Hilflosigkeit, Ohnmacht, Krankheit und schließlich Sterben Themen des Lebens sind. Was uns in dieser schwierigen Zeit widerfährt, will Verwandlung bewirken. Wer sich nicht wandeln lässt durch die Herausforderungen des Lebens bleibt hart und versteinert. Danken möchte ich auch meinen Mitarbeitern, die mit großem Engagement, mit viel Kreativität und Elan der Gruppe Leben eingehaucht haben. Ich danke für die Bereitschaft, mich anzunehmen und einzubeziehen in den gemeinsamen Dienst einer Idee, die in der Gesellschaft noch nicht den Stellenwert hat, der ihr gebühren sollte. Danke, dass ihr mir zu Freunden geworden seid. Ich wünsche euch, dass ihr in eurer Arbeit viel tiefe innere Freude und menschliche Nähe erfährt und möge reicher Segen auf euer Tun fallen.“



Perg

10 Jahre Mobiles Hospiz Perg

Vor zehn Jahren startete das mobile Hospizteam, welches sich aus Mitarbeiterinnen des Roten Kreuzes und aus dem Verein Hospizbewegung Unteres Mühlviertel, insgesamt 13 ausgebildeten ehrenamtlichen Frauen, zusammengesetzt hat. Heute besteht das Hospizteam Perg aus 19 zur Trauer- und Hospizbegleitung ausgebildeten Mitarbeiterinnen, die sich um Menschen und deren Angehörigen im gesamten Bezirk Perg ehrenamtlich annehmen und in den schwersten Stunden für sie da sind.



Christine Reitmeier ist mit einer neuen Bühnenfassung des "Kleinen Prinzen" seit Febr. 2013 als Ein-Personen-Stück auf Tournee.

Foto: www.oskar-rosa.de/aktuell.html

In Gedenken an all unsere Begleitungen und auch um unsere ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen zu ehren, planen wir eine Feier am 24. Oktober im Donausaal Mauthausen. Neben musikalischen Klängen, wird das Theaterstück „Der kleine Prinz“ von Christine Reitmeier aufgeführt. Sie wird die Zuschauer auf eine phantasievolle Reise mitnehmen, in der die Botschaft des Autors auf humorvolle aber auch eindringliche Art und Weise näher gebracht wird.

Neben der Planung des abendlichen Programmes, gestalten wir bereits eine Zeitung. Diese soll ein Rückblick auf die vergangenen zehn Jahre der Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung im Bezirk Perg werden. Die Leitung dafür übernimmt Frau Elisabeth Dobler, die bereits seit Anfang an eine wichtige Rolle in unserem Hospizteam hat.



Ried

Themenabend "Palliative Care - Demenz"



Das Netzwerk Palliative Care Ried lud am 24. 2. zu diesem Themenabend in den Saal der Sparkasse Ried-Haag ein. Das Mobile Hospiz Ried – vertreten durch DGKS Marietta Reichhard und MAS Trainee Christine Zweimüller (beide ehrenamtliche Mitarbeiterinnen) – hielten das Impulsreferat: Demenz – ein besonderer Prüfstein in der Hospizbegleitung.



Die Begleitung von hochbetagten, demenziell veränderten Menschen in der letzten Lebensphase stellt auch für ehrenamtliche Hospizmit-

arbeiter eine besondere Herausforderung dar.

Aus Erfahrung, auch aus unserem beruflichen Umfeld wissen wir, wie wichtig und hilfreich die Grundhaltung im Sinne des Hospizgedankens bei der Begleitung und Betreuung von demenzkranken Menschen ist, aber auch besonders fachliches Grundwissen den Umgang erleichtert. Für viele Betroffene und deren Angehörige sind Hospizbegleiter oft einer der wenigen Gesprächspartner in dieser anspruchsvollen Zeit.

Das Beispiel aus der Praxis zeigte anschaulich, wie durch Zusammenarbeit verschiedener Professionen eine gute Versorgung und Begleitung eines dementiell erkrankten Menschen in der letzten Lebensphase und die Unterstützung der pflegenden Angehörigen zu Hause gut gelingen kann.



Bei der Betreuung unserer Klientin hat das Netzwerk aus MAS Trainerin, ehrenamtlicher Hospizbegleiterin, Palliative Care Team und Palliativstation alle Beteiligten gut durch diese schwere Zeit getragen.

Unser ärztlicher Berater Dr. Oswald Plaimer brachte sich mit dem brisanten Thema: Demenz und Allgemeinmedizin – die Erkrankung aus der Sicht des Hausarztes, ein.

Netzwerk Palliative Care Ried, eine wunderbare Plattform, die OA Dr. Christian Roden hier inszenierte. Im Zuge dessen referierte MR Dr. Plaimer über die äußerst empfindliche Phase, Entlassungszeitpunkt im Spital und Betreuungsbeginn zu Hause. Der ethische Ansatz liegt dabei in der koordinativen Zusammenarbeit aller Betreuungspersonen. Natürlich hat hier der Hausarzt eine übergeordnete Tätigkeit zu absolvieren, die gelegentlich sein Aufgabengebiet überschreiten mag. Aber dient das nicht dem ethischen Wohl aller?

An der Seite der Toten



Im zum Bersten gefüllten Saal des Bezirksalten- und Pflegeheimes Ried referierte am 25. 3. auch Mag. Martin Prein, Psychologe, Thanatologe, Altenfachbetreuer.

Der einzige und für uns mit allen Sinnen „wahrnehmbare Sachbeweis des Todes“ ist der menschliche Leichnam unseres geliebten Angehörigen. Nachdem der Tod eingetreten ist, bleibt ein lebloser Körper

zurück, den wir im Vergleich zu vorher, als anders und fremd empfinden. Die Nähe und Anwesenheit eines Leichnams kann unterschiedlichste Empfindungen in uns hervorrufen.

Das bewusste Abschiednehmen von einem uns nahestehenden Menschen hat für den Trauerverlauf eine hohe Bedeutsamkeit.

*Nimm Platz,
schau das Grün der Bäume,
rieche den Duft der Blüten,
lausche dem Gesang der Vögel,
genieße den Geschmack frischen Wassers.
Unsere größten Erlebnisse
sind nicht die lautesten,
sondern unsere stillsten Stunden.*

Jean Paul



Steyr

Neue Leitung



Wechsel an der Spitze der RK-Hospizgruppe Steyr-Stadt/Land:

Nach vier Jahren als Bezirkskoordinatorin des Mobilen Hospiz Team Steyr-Stadt /-Land geht Frau DGKS Magdalena Pichler in den wohlverdienten Ruhestand und legt ihre Funktion als Bezirkskoordinatorin zurück. Aufgrund ihrer Verbundenheit dem Roten Kreuz gegenüber, bleibt sie dem Mobilen Hospiz Team sowie dem Betreuten Reisen nach wie vor erhalten.



Ihre Nachfolgerin wird Frau DGKS Charlotte Brunner, die als Pflegedienstleiterin eines Alten- und Pflegeheimes einen wertvollen Erfahrungsschatz in ihre zukünftige Funktion mitnimmt und seit gut einem Jahr freiwillig beim Mobilen Hospiz Team tätig ist. Bezirks-

stellenleiter MR Dr. Urban Schneeweiß: "Wir möchten uns bei Frau DGKS Pichler ganz herzlich für ihre wertvolle Aufbauarbeit, die sie beim Mobilen Hospiz geleistet hat, bedanken. Frau DGKS Brunner wünschen wir für ihre zukünftige Tätigkeit als Koordinatorin alles Gute".



Eine homogene, funktionierende Gesellschaft. TROTZDEM braucht jedes Individuum den nötigen Abstand zum anderen.
Bild: Roland Mayr



Eine besondere Reise



Der deutsche Bestatter und Trauerbegleiter Fritz Roth hat vor fast 10 Jahren über 100 Personen eingeladen, ihren „Koffer für die letzte Reise“ zu packen. Daraus wurde eine Ausstellung, die zum Nachdenken anregt: Was würde ich einpacken? Was macht mein Leben aus? Was bleibt von mir?

In einer ungeheuer engagierten Weise hat die Lebens- und Sozialberaterin Barbara Lang diese Ausstellung ins Wiener Museumsquartier geholt und aufmerksam und liebevoll ergänzt: Sie hat ca. 30 österreichische Persönlichkeiten zum Kofferpacken motiviert, von Toni Innauer bis Danielle Spera, von Barbara Stöckl bis Wolfgang Böck – mit faszinierenden Ergebnissen, ansprechend präsentiert in einer Atmosphäre wie in einer Abflughalle eines Flughafens.

Dazu wird der Umgang mit dem Tod in den Religionen und die Bedeutung der Trauer nahegebracht: Trauer ist Liebe. Und es wird eingeladen, sich selbst zu fragen: Wie packe ich meinen Koffer? Selbstverständlich standen bei den Öffnungszeiten geschulte Trauerbegleiter/innen zur Verfügung.

Ein besonderes Ziel also für einen besonderen Vereinsausflug. Was ist dir so wichtig, dass du es auf deine letzte Reise mitnehmen willst? Über die Zeit dieser Ausstellung hinaus ist das Projekt eine wertvolle Anregung im Web: www.letztereise.at.



Palliativstation

Frühlingsklänge

Mitte April hielt der Frühling musikalisch Einzug auf der Palliativstation St. Vinzenz:

20 Schülerinnen und Schüler der Landesmusikschule Ried im Innkreis gestalteten unter der Leitung ihrer Lehrerinnen Lisa Fruhwirth und Renate Pumberger eine Matinée mit Streichinstrumenten und Klavier. Unsere Patientinnen und Patienten sowie zahlreiche Zuhörerinnen und Zuhörer durften eine stimmungsvolle Darbietung genießen.

Im Anschluss stärkten sich die Künstlerinnen und Künstler an unserem improvisierten Würstlstand, bevor sie in ihre wohlverdienten Osterferien starteten.



Oberärzte

Im Rahmen des heurigen Louisenfestes fand traditionsgemäß die Ernennung der neuen Oberärztinnen und Oberärzte statt. Erfreulich stark war diesmal die Palliativabteilung vertreten. Zum einen wurde Dr. Stefan Zumtobel, Facharzt für Neurologie, zum Oberarzt ernannt, zum anderen Dr. Renate Riesinger, die als Ärztin für Allgemeinmedizin bei uns tätig ist. Bislang war die Ernennung nur Fachärztinnen und Fachärzten vorbehalten. Diese Entwicklung ist der Beweis dafür, dass Palliativmedizin auf einer Ebene mit anderen Fachabteilungen geschätzt wird, auch wenn es bislang noch keine eigene Facharztausbildung im Fach Palliativmedizin gibt.

OA Dr. Christian Roden

Offene Türen



DGKS Brigitta Bauer, Michaela Duftschmid MSc, OA Dr. Franz Reiner

Ein großer Erfolg war der Tag der offenen Tür und die Vernissage von Michaela Duftschmid auf der Palliativstation im Salzammergutklinikum Standort Vöcklabruck. Diese beiden Veranstaltungen fanden anlässlich des 8. Geburtstages der Palliativstation statt.

Wir wollten durch den Tag der offenen Tür die Aufgaben der Abteilung ins rechte Licht rücken. Das Team der Palliativstation informierte, dass Palliativstation nicht gleich Sterbestation ist, sondern dass Ziele Linderung und Entlassung nach Hause sind.

Gute Stimmung herrschte am Vorabend bei der Vernissage von Michaela Duftschmid. Über 70 Gäste sind der Einladung gefolgt und haben sich ein Bild von den Illustrationen der Künstlerin gemacht. Die ausgestellten Werke sind noch auf der Palliativstation zu besichtigen und können käuflich erworben werden. Das Flötenquartett IDEAL der Landesmusikschule Vöcklabruck begleitete durch den Abend.

Es kamen rund 300 Interessierte und konnten sich bei Fachvorträgen und Besichtigung der Abteilung ein gutes Bild unserer Arbeit machen. Das Team unter der Leitung von OA Dr. Franz Reiner und DGKS Brigitta Bauer, MSc freute sich sehr über die vielen BesucherInnen.

Zwei Firmen spendeten Liebstat-Herzen für PatientInnen, Besucher und Personal. Überrascht wurde Dr. Reiner vom Verein „Trödler Abraham“. Dieser überreichte dem Leiter der Abteilung einen Scheck in der Höhe von 500 €, der für die Anschaffung von Ausstattungsmaterialien verwendet wird. Die 7b des ORG des Schulvereins der Kreuzschwestern präsentierte ihr Projekt „Dem Leben Bedeutung geben“. Bei diesem Projekt wurden Interviews mit Palliativpatient/innen geführt, die dann in einer Präsentation dargestellt wurden. Für diese Arbeit bekam die Klasse den Erwin Wenzel Preis.

Das große Interesse und die gute Stimmung motivieren uns dazu, die Türen bald wieder zu öffnen.



Reges Interesse am Palliativtag

Rund 200 Personen folgten der Einladung zum Palliativtag, der unter dem Motto: „Wenn nichts mehr geht, ist noch viel zu tun“ stand. „Lange Zeit trug die Palliativmedizin völlig zu Unrecht den Ruf als „Sterbemedizin“. Dass so viele unserer Einladung gefolgt sind zeigt, dass hier ein Umdenken passiert“, freut sich DGKS Natalie Autengruber, Hauptorganisatorin der Veranstaltung. Neben Mitarbeiter/-innen des Hauses nutzten niedergelassene Ärzt/-innen, Mitarbeiter/-innen aus Pflegeheimen, Angestellte der Hauskrankenpflege, das Mobile Hospiz, Schüler/-innen der Krankenpflege sowie Mitarbeiter/-innen aus Palliativstationen Oberösterreichs die Möglichkeit, sich zu treffen, zu informieren, auszutauschen und interessanten Vorträgen zu lauschen.

„In unserer Arbeit versuchen wir täglich, Patient/-innen in dieser Phase ihres Lebens höchstmögliche Autonomie und Lebensqualität zu gewährleisten“, betont OÄ Dr.in Petra Löcker, „es geht neben medizinischer Versorgung und der Symptombehandlung auch darum, wertschätzend, sensibel und achtsam auf die Patient/-innen einzugehen.“ Eine Reihe von Vorträgen, zu Themen wie palliative Haltung, pflegerische und medizinische Möglichkeiten bei Atemnot, Mundpflege in der letzten Lebensphase, palliative und komplementäre Schmerztherapien, die rechtlichen Aspekte von passiver und aktiver Sterbehilfe oder um Unruhe und Angstzustände der Patient/-innen, führten durch den Tag.

„Ein Ziel war, an diesem Tag den Palliativgedanken im LKH Rohrbach und in der Region zu etablieren, Netzwerke zu schaffen zwischen dem Spital, niedergelassenen Ärzt/-innen und den Organisationen. Zudem wollten wir einen Ort der Begegnung bieten“, zieht Prim. Dr. Peter Stumpner, ärztlicher Direktor des Krankenhauses, Resümee, „dass der Palliativtag ein so großer Erfolg war, ist nicht zuletzt den vielen Mitarbeiter/-innen aus unterschiedlichen Fachrichtungen zuzuschreiben, die mit ihrem Einsatz eine neue Sichtweise der Beschäftigung mit unheilbar kranken Menschen möglich machen.“

gekürzter Presstext der gespag



Was war da wohl, in der Kindheit des Baumes, das ihn beinahe umfallen hat lassen? Viel wichtiger jedoch: Was aber hat ihn TROTZDEM eine aufrechte Krone bauen lassen?

Bild: Roland Mayr

Adressen der Mitglieder des Landesverbandes Hospiz OÖ

**Mobiles Hospiz
Palliative Care
Caritas OÖ**
**Linz, Linz-Land,
Urfahr-Umgebung**

Steingasse 25, 4020 Linz

☎ 0732 78 63 60

✉ hospiz@caritas-linz.at

Stützpunkt Linz-Land

RK Pfarramt, Kirchenplatz 2
4501 Neuhofen,

☎ 072 27 42 43

Urfahr-Umgebung

Auf der Bleich 2a
4181 Oberneukirchen

☎ 072 12 30 12

5280 Braunau

Ringstraße 60

☎ 0676 87 76 24 98

✉ hospizbraunau@caritas-linz.at

4150 Rohrbach

Gerberweg 6

☎ 0676 87 76 79 21

✉ hospizrohrbach@caritas-linz.at

4400 Steyr

Leopold-Werndl-Straße 11

☎ 0676 87 76 24 95

✉ hospizsteyr@caritas-linz.at

**Mobiles Hospiz
Oberösterreichisches
Rotes Kreuz**
4070 Eferding

Vor dem Linzer Tor 10

☎ 072 72 2400-23

✉ ef-office@o.rotekreuz.at

4710 Grieskirchen

Manglbürg 18

☎ 072 48 62 243 - 44

✉ gr-office@o.rotekreuz.at

4560 Kirchdorf

Krankenhausstraße 11

☎ 075 82 63 5 81 - 25

✉ ki-office@o.rotekreuz.at

4320 Perg

Dirnbergerstraße 15

☎ 072 62 54 4 44 - 28

☎ 0664 534 67 69

✉ pe-office@o.rotekreuz.at

4910 Ried i. L.

Schloßberg 1

☎ 077 52 602 - 16 55

☎ 0664 52 19 968

✉ RI-hospiz@o.rotekreuz.at

5280 Braunau

Jubiläumstraße 8

☎ 077 22 62 2 64 - 14

✉ br-office@o.rotekreuz.at

4780 Scharding

Othmar-Spanlang-Straße 2

☎ 077 12 21 31 - 25

✉ sd-office@o.rotekreuz.at

4400 Steyr

Redtenbachergasse 5

☎ 072 52 53 9 91

✉ sr-office@o.rotekreuz.at

**Mobiles Palliativteam
Innviertel**

☎ 077 22 62 2 64

✉ gsd@o.rotekreuz.at

**Hospizteam
Volkshilfe
Oberösterreich**
Salzkammergut

4822 Bad Goisern

Bahnhofstraße 1

☎ 061 35 61 77

☎ 0676 87 34 25 02

✉ skgt@volkshilfe-ooe.at

**Hospizbewegung
Bad Ischl / Inneres
Salzkammergut**

Sozialzentrum, Bahnhofstr. 14

4820 Bad Ischl

☎ 061 32 23 5 93

☎ 0699 10 81 16 61

✉ hospizischl@aon.at

**Mobiles Palliativteam
Unteres Mühlviertel**

☎ Perg: 07262 54 444 - 28

☎ Freistadt 0664 82 15 660

**Hospizbewegung
Freistadt**

Hauptplatz 2, 4240 Freistadt

☎ 0664 821 56 60 oder 61

✉ einsatz@hospizfreistadt.at

**Hospizbewegung
Gmunden**

Franz Josef Pl. 12, 4810 G.

☎ 076 12 73 3 46

☎ 0664 514 5471

✉ hospiz-gmunden@gmx.at

**Hospizbewegung
Vöcklabruck**

Brucknerstr. 27, 4840 VB

☎ 076 72 25 0 38

☎ 0676 60 71 314

✉ office@hospiz-voecklabruck.at

**Palliativteam
Salzkammergut**

Brucknerstraße 27, 4840 VB

☎ 0676 670 7 975

✉ palliativteam@hospiz-voecklabruck.at

**Hospizbewegung
Wels Stadt / Land**

Rainerstraße 15, 4600 Wels

☎ 07242 20 69 68

✉ office@hospiz-wels.at

**Mobile Palliative Care
Wels.Grieskirchen.
Eferding**

Rainerstraße 15, 4600 Wels

☎ 07242 20 69 68

✉ office@hospiz-wels.at

**Hospizbewegung
Inneres Ennstal**

Bahnhofpromenade 251

3335 Weyer

☎ 0680 24 68 549

✉ k.rumetshofer@chello.at

**Palliativer Bereich
AKH Linz**

Krankenhausstr. 9, 4020 Linz

☎ 0732/7806-78876

**Palliativstation
St. Louise**

KH Barmherzige Schwestern
Seilerstätte 4, 4010 Linz

☎ 0732 76 77 - 71 10

✉ palliativ.linz@bhs.at

**Palliative Care am
KH Elisabethinen**

Fadingerstraße 1, 4010 Linz

☎ 0732 76 76 - 3420

✉ palliative-care@elisabethinen.or.at

**Palliativteam
Barmherzige Brüder**

Seilerstätte 2, 4021 Linz

☎ 0732 78 97 - 26 64

✉ palliativ@bbblinz.at

**Palliativstation
St. Vinzenz**

KH Barmherzige Schwestern
Schloßberg 1, 4910 Ried i. L.

☎ 077 52 602 - 16 50

✉ palliativ.ried@bhs.at

**Palliativbetten
LKH Rohrbach**

Krankenhausstr. 1, 4150 Ro.

☎ 05 055477-22150

✉ palliativ.ro@gespag.at

**Palliativstation
LKH Vöcklabruck**

Dr. Wilhelm Bock-Str. 1, 4840 VB

☎ 050 55 471 - 28 7 30

✉ palliativ.vb@gespag.at

**Palliativstation
LKH Steyr**

Sierninger Str. 170, 4400 Steyr

☎ 05 055 466 - 28 7 32

✉ palliativ.sr@gespag.at

**Palliativstation
Klinikum Wels**

Grieskirchnerstr. 42, 4600 Wels

☎ 07242 415 - 66 21

✉ ingridhofinger@klinikum-wegrat

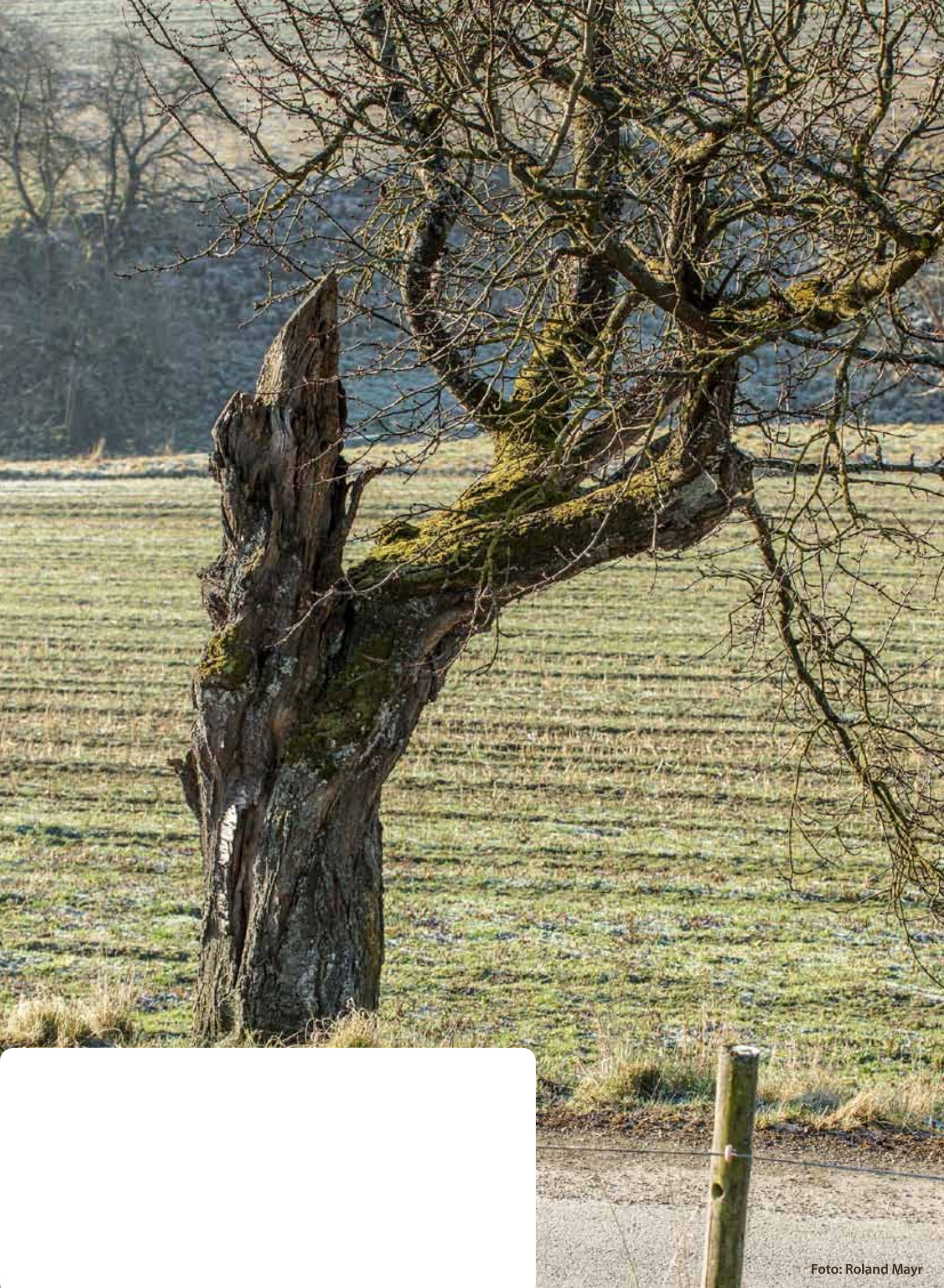


Foto: Roland Mayr