

Begleitet bis zum letzten Atemzug

In den letzten Lebensstunden unterstützt das Hospiz Zug die Sterbenden und deren Umfeld

Zu Hause sterben dürfen – diesen Wunsch äussern viele. Aufgrund des Gesundheitszustands sterbender Menschen und der Belastung für die Angehörigen kann dieser Wunsch jedoch oft nicht erfüllt werden. Freiwillige vom Hospiz Zug suchen Betroffene zu Hause auf, entlasten sie und ermöglichen während der letzten Lebensphase eine Begleitung.

Das Hospiz Zug – das ist kein Gebäude, sondern ein gemeinnütziger Verein, der sich ausschliesslich der Sterbebegleitung von Menschen im Kanton Zug widmet. Freiwillige begleiten Menschen während ihrer letzten Lebensphase dort, wo eine Begleitung benötigt wird; sei dies zu Hause, in einem Spital, in einem Alters- oder Pflegeheim. Einer dieser freiwilligen Mitarbeitenden ist Axel Zeberlein. Er ist Aktuar von Hospiz Zug, kümmert sich um die Administration und engagiert sich als Sterbebegleiter. Seine Erfahrung zeigt, dass die Mehrheit der Menschen zu Hause sterben möchte, dass die Realität aber das Gegenteil aufzeigt. Ohne externe Hilfe ist es oft nicht möglich, die letzte Lebensphase zu Hause zu verbringen.

UNENTGELTLICHE ENTLASTUNG

Das Hospiz Zug leistet unentgeltliche Abend- und Nachteinsätze von 18 bis 23 Uhr und Nachteinsätze von 22 bis 5 Uhr. Axel Zeberlein bereitet sich bewusst auf diese vor, indem er vor seinem Einsatz ruhige Stunden verbringt. Sucht er eine Person zum ersten Mal auf, kann ein längeres Gespräch mit Angehörigen erfolgen. «Das ist wichtig, damit das Vertrauen aufgebaut werden kann, sodass die Angehörigen loslassen können», sagt Zeberlein. Loslassen, um sich für einige Stunden in Ruhe ins Bett zu legen und zu schlafen. Dann begibt er sich zur schwer kranken oder sterbenden Person. «Ich gehe jeweils ins Zimmer und schaue, was auf mich zukommt. Dabei treffe ich auf Personen, die noch fit wirken, aber auch auf solche,



Quelle: Pixabay/Use at your Ease

die eine intensive Betreuung benötigen.» Während diesen Stunden erlebt Axel Zeberlein ganz Unterschiedliches. Das können Gespräche sein, das Öffnen eines Fensters, Unterstützung beim Gang auf die Toilette oder das Umlagern im Bett. Die Verabreichung von Medikamenten erfolgt nur nach Absprache mit den Angehörigen. Bedingung dafür ist, dass die Spitex miteinbezogen ist und die Medikamente vorbereitet sind. Wie Axel Zeberlein immer wieder feststellt, werden die Betroffenen und ihre Mitmenschen vom Sterben oft überrumpelt. Denn auf das Lebensende sind viele nicht vorbereitet. Er empfiehlt daher, sich unter anderem auch frühzeitig Gedanken über einen Vorsorgeauftrag und eine Patientenverfügung zu machen. «Schriftlich festzuhalten, dass man, wenn möglich, zu Hause gepflegt wird, dort sterben möchte und dafür externe Unterstützung zulässt – damit gibt man den Angehörigen eine wichtige Hilfestellung, die richtigen Entscheidungen zu treffen.»

«STERBEN IST EIN INTIMER MOMENT»

Ob er oft anwesend ist, wenn die Person verstirbt? «Nein, es scheint nicht selten zu sein, dass Menschen in einem Moment sterben, wenn niemand anwesend ist. Sterben ist ein intimer Moment», sagt Zeberlein. Sein Engagement als Freiwilliger erfüllt ihn. Es gibt seinem Leben einen gewissen Sinn. Um Sterbende zu

begleiten, ist kein bestimmter beruflicher Hintergrund erforderlich. Was hingegen benötigt wird, ist der Grundkurs Sterbebegleitung, wie er beispielsweise von Caritas oder vom Roten Kreuz angeboten wird, und «eine gewisse Lebenserfahrung und Reife», sagt Axel Zeberlein.

Wenn beim Hospiz Zug eine Anfrage nach einer Begleitung eintrifft, kann dieser in der Regel innert 24 Stunden nachgegangen werden. Vergangenes Jahr waren es 215 Einsätze, die 21 Mitglieder des Hospiz Zug geleistet haben. Um dieses intensive Begleitangebot auch künftig zu gewährleisten, ist der Verein auf der Suche nach neuen freiwilligen Sterbebegleiterinnen und Sterbebegleitern.

• **MARIANNE BOLT**

FREIWILLIGE GESUCHT!

Möchten Sie sich als Begleitperson bei Hospiz Zug engagieren? Erforderlich sind vielseitige Lebenserfahrung, Toleranz, Empathie und die Bereitschaft, den Grundkurs Sterbebegleitung zu besuchen. Die eigene Religion oder Konfession spielt keine Rolle, ein pflegerischer Hintergrund wird nicht benötigt. Ein eigenes Fahrzeug ist von Vorteil. Neue Begleitpersonen werden schrittweise eingeführt und von erfahrenen Begleitpersonen unterstützt.

• **HOSPIZ-ZUG.CH**