

# Am Ende wissen, wie es geht

## Letzte-Hilfe-Kurs gibt Sicherheit im Umgang mit Sterbenden

VON KERSTIN DIEHL

**Großropperhausen** – Es ist kein Thema zum Wohlfühlen. Wellness geht anders. Und doch kann es gut tun, sich damit zu beschäftigen. Dies war eine der Erkenntnisse des Kurses Letzte Hilfe, den am Samstag 16 Teilnehmer im Werkhof Großropperhausen besuchten. Denn das Sterben gehört zum Leben.

Während vom Jungesellenabschied nebenan noch etwas Musik herüberschallte, ging es in der Werkskantine konzentriert und ruhig zu. „Wir haben bewusst diesen öffentlichen Raum gewählt, um auch ein anderes Klientel anzusprechen als in einem Gemeindehaus“, sagte Christine-Ann Raesch, die die Ambulante Hospizarbeit des Kirchenkreises Ziegenhain koordiniert. Am Samstag leitete sie gemeinsam mit Bettina Nickel vom Palliativteam Nordhessen den Letzte Hilfe Kurs, „das kleine Einmaleins der Sterbebegleitung“.

Dass das nach einem intensiven Nachmittag wie diesem noch nicht bei jedem Teilnehmer sitzt, liege in der Natur der Sache, so Nickel, die die spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV) im Schwalm-Eder-Kreis koordiniert. Die kommt auf Antrag eines Hausarztes zum Einsatz, wenn es darum geht, die Lebensqualität und Selbstbestimmung schwerkranker Menschen zu erhalten und zu verbessern. Dabei unterstützt das SAPV die bestehende Versorgung durch den Hausarzt, den Facharzt oder den Pflegedienst. „Es sind etwa zehn bis 15 Prozent der Sterbefälle, die uns brauchen“, so Nickel.

Anders beim Ambulanten Hospizdienst. Der richtet sich an alle schwerkranken und sterbenden Menschen und ihre Angehörigen. Obwohl

getragen von der evangelischen Kirche Kurhessen-Waldeck, stehe das Angebot allen Betroffenen unabhängig ihrer religiösen Zugehörigkeit oder Hautfarbe offen, betonte Raesch. „Unser Ziel ist es, das Thema Sterben, Abschiednehmen, Tod und Trennung den Menschen näher zu bringen“, so die zertifizierten Kurleiterinnen.

Denn im Gegensatz zu Erste Hilfe in der Notfallmedizin sei das Wissen um Letzte Hilfe am Ende des Lebens wenig verbreitet, das Thema Tod in unserer Gesellschaft tabu. Obwohl rund 90 Prozent der

Menschen sich wünschten, zu Hause zu sterben, passiere dies zum größten Teil in Krankenhäusern und Pflegeheimen. Die mit den Sterbenden immer älter werdenden Angehörigen seien oft mit der Sterbebegleitung in den eigenen vier Wänden überfordert. „Viele wissen nicht, welche Möglichkeiten der Hilfe es gibt“, so die Erfahrung von Raesch und Nickel, die aus langjähriger Berufserfahrung schöpfen können. Ihnen gelingt es an diesem intensiven Nachmittag, das Thema Tod und Sterben den Kursteilnehmern verständ-

lich näher zu bringen. Sterben als ein Teil des Lebens, vorsorgen und entscheiden, Leiden lindern und Abschied nehmen, waren die Themen. Das war viel Stoff in wenig Zeit gepackt, dennoch konnten die Kursteilnehmer - unter ihnen nur zwei Männer - eigene Erfahrungen einfließen lassen und gezielt Fragen stellen.

„Ich fühle mich jetzt sicher“, sagte Hiltrud Löber-May (58). „Vieles von dem, was wir heute gehört haben, habe ich geahnt, aber nicht gewusst, jetzt weiß ich es“, so die Ziegenhainerin, die binnen drei

Monate von beiden Elternteilen Abschied nehmen musste. Vier Jahre ist dies jetzt her, doch es beschäftige sie noch immer. „Es war eine gute Idee, den Kurs mitzumachen.“

**Weitere Kurse:** Samstag, 7. September, Alte Festungsschule Ziegenhain sowie Samstag, 26. Oktober, Awo-Altenzentrum Homberg, Kurse finden jeweils von 14 bis 18 Uhr statt, Anmeldung erforderlich bei Bettina Nickel, Koordinatorin Palliativteam Nordhessen, Tel. 0 56 81/7 10 74 20 oder bei Christine-Ann Raesch, Koordinatorin Ambulante Hospizarbeit, Tel. 0 66 91/9 21 02 72 oder 0176/41 88 24 80.



Das „**kleine Einmaleins der Sterbebegleitung**“ vermittelten am Samstag in Großropperhausen Christine-Ann Raesch (links) und Bettina Nickel im von insgesamt 16 Teilnehmern besuchten Kurs Letzte Hilfe.

FOTO: KERSTIN DIEHL