

# Begleitung beim Sterben

ECKART STURM

Sie stellt höchste Ansprüche an den Hausarzt, die Sterbegleitung. Denn jeder wird unvermeidlich mit Sterbenden konfrontiert. Er sollte die eigene Einstellung zum Leben und Sterben, zur eigenen Endlichkeit reflektieren und sich damit auseinandersetzen, damit er im Umgang mit Sterbenden und deren Angehörigen für sie da sein kann. Sterben ist ein Teil des Lebens; auch wenn es mit dem Tod endet. Mit Sterben ist nicht das biologische Erlöschen gemeint, sondern der geistige Vorgang, die letzte Vertiefung und Verinnerlichung, die dieser letzte Abschnitt des Lebens schenkt, falls dazu noch Zeit bleibt.

Irgendwann stellt ein chronisch Kranker, dem es schlechter geht, seinem Hausarzt, die Frage „Muss ich bald sterben?“ Den Hausarzt darf diese Frage nicht unvorbereitet treffen, er sollte vielmehr bereits darauf gewartet haben und wissen, was er antwortet. Die Antwort darf niemals eine Lüge sein, sie wird aber bei jedem Patienten ganz anders lauten, anders „verlaufen“. Denn es handelt sich niemals um eine Antwort in einem Wort, in einem Satz, in einem Gespräch, sondern nunmehr beginnt ein langsames schrittweise dosiertes Heranführen des Kranken an das Unabänderliche. Wie schnell das erfolgt, wird vom Sterbenden selbst bestimmt. Und am Ende dieses langsamen, tief innerlichen Begreifens wird er sich die Antwort schließlich selbst geben.

Angehörige bitten meist ausdrücklich, dem Kranken zu verschweigen, was ihm bevorsteht. Oft weiß der Kranke selber schon instinktiv, was seine Erkrankung bedeutet. Er hat jedoch das Recht auf die volle und uneingeschränkte Wahrheit seines Befundes und der Prognose, es sei denn er äußert explizit, dass er dies nicht wünscht. Aber es gehört zur ärztlichen Uraufgabe, Hoffnung und Vertrauen zu erhalten. Es geht also darum, wann und wie ein unheilbarer Patient über seine Krankheit das erfahren sollte, was er versteht, was er verkraftet und was ihm seelisch nicht schadet. Denn für fast jeden Menschen in unserer säkularisierten Kultur bedeutet die Annahme seines baldigen Todes die schwerwiegendste Krise seines Lebens. Seine Todesannahme und Trauer berührt alle Angehörigen, PflegerInnen, Freunde und nicht zuletzt den Hausarzt; sie alle müssen die Abläufe verstehen, damit sie den Sterbenden begleiten und ihm bis an die Schwelle folgen können. (Ausführlich dargestellt in STURM. E. et al. „Hausärztliche Patientenversorgung“ Thieme Stuttgart 2006, S. 400 f.)

So wird der Hausarzt den Sterbenden - unter Einbeziehung der Angehörigen - schrittweise in mehreren Gesprächen zum bevorstehenden Tod hinführen und ihm helfen, ihn anzunehmen.

Denn jeder durchläuft unterschiedlich fünf Phasen bis zur Annahme des Todes (nach Kübler-Ross)

1. Verleugnen, Verdrängen
2. Sich dagegen auflehnen, Abwehren
3. Verhandeln, Feilschen
4. Depression, Resignieren
5. Annahme des Todes und Loslassen.

Eines Tages geht es darum, den Kampf um Lebensverlängerung einzustellen. Wer menschenwürdig sterben will, braucht dafür alle verbleibenden Kräfte. Sie fehlen ihm, wenn er sie im Kampf gegen die Krankheit verbraucht. Deshalb empfiehlt es sich, von einem bestimmten Zeitpunkt an medizinische Maßnahmen zur Krankheitsabwehr und Lebensverlängerung schrittweise einzuschränken oder sogar ganz zu beenden, damit sich der chronisch Kranke auf das Sterben konzentrieren kann - ausgenommen natürlich Schmerzbekämpfung und Flüssigkeitszufuhr. Diese schwierige Entscheidung sollte jedoch in Übereinstimmung mit Patient und Angehörigen herbeigeführt und von allen getragen werden.

Der Hausarzt wird neben den Möglichkeiten der medizinischen Behandlung und Schmerztherapie nun den Schwerpunkt verlagern auf die menschliche Begleitung: Geliebt sterben, Abschied nehmen und Loslassen.

Patientenbeispiel: Die 28jährige krebserkrankte Frau hatte seit 4 Jahren mit ihrer schweren Krebserkrankung (Mammakarzinom, dann Knochenmetastasen und schließlich Hirnmetastasen, die im Finalstadium zur Erblindung führten) gekämpft. Die innige Beziehung zu ihrem Ehemann und dessen Bereitschaft, ganz für sie dazu sein, hielt ihre Schmerzen in Grenzen. Wenn sie fror, wärmte er sie. Da sie nichts mehr sehen konnte, beschrieb er ihr den Frühling in den allerschönsten Farben. Als es dem Ende zuging und ihr Atem schwächer wurde, erwachte sie aus kurzem Dämmer-schlaf und erzählte ihm, dass sie die Großeltern im Traum gesehen hätte, die sie mitnehmen wollten. „Warum hast Du mich festgehalten?“ war ihre Frage. Der Ehemann nahm sie in den Arm und sagte: „Ich halte dich nicht fest. Wenn sie das nächste Mal kommen, dann geh' mit“. Daraufhin lächelte sie und starb ruhig in seinem Arm.

Jeder Mensch wünscht sich, menschenwürdig zu sterben: Ohne Schmerzen und Todeskampf, nicht hilflos und einsam; vielmehr hofft jeder auf einen schönen Tod: In Gegenwart liebender Angehöriger ruhig einschlafen, hinübergehen über die Schwelle mit dem Gefühl und dem Gedanken „Es ist vollbracht“. ■