

# Informationen für Angehörige

## Palliative Betreuung am Lebensende

Diese Broschüre basiert auf der Publikation „Palliative Betreuung am Lebensende“ des Palliativzentrums am Kantonsspital St.Gallen, einer Überarbeitung und Adaption der Guidelines for Use of the Liverpool Care Pathway for Professionals, 2003.

Weitere Informationen zum Thema Trauer mit Literaturangaben und Kontaktadressen finden Sie in der Broschüre „Wenn ein geliebter Mensch stirbt“ sowie im Faltblatt „Organisatorische Hinweise für Hinterbliebene“. Beide Publikationen erhalten Sie über das Pflegepersonal oder bei der Abteilung Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, Telefon 0711/8101-3054, [info@rbk.de](mailto:info@rbk.de)

### Kontakt

#### Palliativstation

Telefon 0711/8101-3541  
[palliativstation@rbk.de](mailto:palliativstation@rbk.de)

Robert-Bosch-Krankenhaus  
Auerbachstraße 110, 70376 Stuttgart  
Telefon 0711/8101-0  
Telefax 0711/8101-3790  
[info@rbk.de](mailto:info@rbk.de), [www.rbk.de](http://www.rbk.de)

Eine Einrichtung der Robert Bosch Stiftung



Robert-Bosch-Krankenhaus

Liebe Angehörige,

die Zeit des Sterbens einer nahestehenden Person ist für viele Angehörige und Freunde eine Zeit der Krise, der Angst und Unsicherheit. Vielleicht geht es auch Ihnen so, dass Fragen Sie beschäftigen wie zum Beispiel: Was geschieht im Sterben? Wie kann ich helfen? Ist es normal, dass der Sterbende nichts mehr essen und trinken möchte?

Das betreuende Team auf der Station arbeitet nach einem bewährten Konzept, welches die Lebensqualität am Ende des Lebens in den Mittelpunkt stellt. Eine Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter hat mit Ihnen wahrscheinlich bereits über Fragen der Betreuung Ihres Angehörigen gesprochen und auf die Veränderungen hingewiesen, die bei einem Menschen in der Sterbephase auftreten können.

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen die Möglichkeit geben, alles noch einmal in Ruhe nachzulesen. Falls Sie weitere Fragen haben, sind wir gerne für Sie da.



## Veränderungen am Ende des Lebens

Der Weg des Sterbens ist für jeden Menschen anders. Es gibt verschiedene Zeichen oder Veränderungen, die darauf hinweisen, dass dieser Weg begonnen hat. Es kann sein, dass mehrere dieser Veränderungen bei Ihrem Angehörigen auftreten, vielleicht aber auch nur einzelne.

Zeichen, die darauf hindeuten, dass ein Leben zu Ende geht, sind

- ... Veränderungen im körperlichen Bereich
- ... Veränderungen des Bewusstseins
- ... Veränderungen im zwischenmenschlichen Kontakt



## Veränderungen im körperlichen Bereich

### Vermindertes Bedürfnis nach Essen und Trinken

Ein sterbender Mensch möchte vielleicht nicht mehr essen und trinken, ihm schmeckt einfach nichts mehr. Für Angehörige ist es schwer, diesen Wunsch zu respektieren. Der Gedanke „Ich kann doch meine Mutter/ meinen Mann ... nicht verhungern lassen“, belastet viele.

Wir verbinden Essen mit Fürsorge bzw. Pflege und spüren eine große Hilflosigkeit, wenn der Sterbende die Energie, die wir durch Nahrung bekommen, nun nicht mehr braucht. Anderes wird jetzt wichtiger und so ist es in dieser Lebensphase völlig natürlich, nichts mehr zu essen. Zuviel Essen oder gar künstliche Ernährung würden Ihren Angehörigen zusätzlich belasten.

Es ist auch möglich, dass der sterbende Mensch kaum noch Durst verspürt. Der Körper kann in dieser Zeit nur sehr geringe Mengen Flüssigkeit verarbeiten.

Die Verabreichung größerer Flüssigkeitsmengen kann zu Atemnot durch Flüssigkeitsansammlung in der Lunge und zu einer Schwellung der Arme und Beine führen.

Bei Mundtrockenheit ist es wichtig, Lippen und Mundhöhle regelmäßig zu befeuchten. Hierbei unterstützt Sie das Pflegepersonal gerne und leitet Sie an.

### Veränderung bei der Atmung

Viele Menschen, die unter einer erschwerten Atmung leiden, haben Angst zu ersticken. Die erschwerte Atmung ebenso wie die Angst können durch regelmäßige Medikamentengaben gelindert werden.

Auch die Gewissheit, dass jemand in der Nähe ist, wirkt auf den sterbenden Menschen beruhigend und hilft möglicherweise, Atemnot und Angst zu mildern.

In den letzten Stunden des Lebens kann beim Ein- und Ausatmen ein rasselndes oder gurgelndes Geräusch auftreten. Dieses entsteht durch Schleimabsonderungen, die der sterbende Mensch nicht mehr

abhusten oder schlucken kann. Geeignete Medikamente helfen, den Schleim zu vermindern; das rasselnde Geräusch lässt dann nach.

Wenn das Sterben kurz bevorsteht, kann der Atemrhythmus nochmals wechseln. Manchmal treten lange Pausen zwischen den Atemzügen auf.

### Mangelnde Bewegung

Der Sterbende hat oft keine Kraft mehr, sich selbst zu bewegen. Manche Patienten empfinden es als eine Wohltat, regelmäßig vorsichtig bewegt zu werden. Für andere kann Bewegung unangenehm oder gar schmerzhaft sein. Achten Sie daher auf die Wünsche und Signale Ihres Angehörigen.

### Weitere mögliche Veränderungen

Die Körpertemperatur verändert sich, Arme und Beine können durch die geringe Durchblutung kälter, blass und bläulich werden. Manchmal schwitzt der Sterbende auch übermäßig und es tritt ein schwacher und unregelmäßiger Puls auf.

## Veränderungen des Bewusstseins

### Fehlende Orientierung und Verwirrtheit

Der sterbende Mensch wird zunehmend müde und hat das Bedürfnis, viel zu schlafen. Es ist wichtig, dem Patienten diese Ruhe zu verschaffen.

Oft verlieren Patienten den Bezug zur Gegenwart. Möglicherweise erkennt Ihr Angehöriger Sie als vertraute Person nicht mehr, was sehr schmerzlich sein kann. Machen Sie sich bewusst, dass dies kein Zeichen von Ablehnung ist. Der Sterbende lebt gewissermaßen in seinen eigenen Gedanken und Erinnerungen.

Es kann auch sein, dass Ihr Angehöriger von ungewohnten Vorstellungen spricht oder von Ereignissen und Menschen, die für Sie unbekannt sind. Versuchen Sie nicht, ihm seine Wirklichkeit auszureden, sondern nehmen Sie Anteil daran, indem Sie zuhören und vielleicht nach der Bedeutung fragen.

### Unruhe

Der Weg des Sterbens wird von jedem Menschen anders beschritten. Er wird sehr unterschiedlich erlebt und wahrgenommen. So kommt es vor, dass die Angst vor der Ungewissheit, vor dem was kommt oder vor dem Zurücklassen der Liebsten große Unruhe auslöst.

In diesen Momenten ist es hilfreich, wenn ein Mensch in der Nähe ist und dem Sterbenden das Gefühl gibt, nicht allein gelassen zu sein. Berührung und körperliche Nähe kann für den Patienten sehr wohltuend sein.

Das Pflegepersonal bietet Ihnen hierbei gerne Unterstützung an. Auch ausgebildete Ehrenamtliche können Ihnen beistehen und wertvolle Dienste leisten.

### Bewusstlosigkeit

In der letzten Phase ist der Sterbende oft nicht mehr bei Bewusstsein. Auch wenn er sich nicht mehr äußern kann, ist er durchaus noch in der Lage, Sie zu hören, zu spüren und wahrzunehmen. Reden Sie ruhig mit ihm in Ihrer gewohnten Weise.

## Veränderungen im zwischenmenschlichen Bereich

### Rückzug vom Leben

In seiner letzten Lebenszeit zieht sich der Mensch mehr und mehr von der Außenwelt zurück und wendet sich nach innen. Er schläft oder ruht sehr viel. Vielleicht möchte er nur noch wenige, ihm vertraute Menschen um sich haben oder auch ganz allein sein. Er hat immer weniger das Bedürfnis zu sprechen.

Einfach nur noch zusammen zu sein, kann dann für den Sterbenden und für die Angehörigen ein großer Trost sein.



## Mit Veränderungen umgehen

Es ist sehr verständlich, wenn Sie das Sterbebett Ihres Angehörigen nicht verlassen möchten. Aber wir wissen auch, dass Sterbende oft das Bedürfnis haben, allein zu sein. Für Sie als Angehörige kann eine kurze „Auszeit“ außerdem sehr wichtig sein. Sie sollten daher darauf achten, dass Sie sich solche Zeiten des Alleinseins ermöglichen.

Vielleicht geht das Leben Ihres Angehörigen gerade in einem solchen Moment zu Ende. Manche Hinterbliebenen quälen sich dann mit Schuldgefühlen, wenn sie im Augenblick des Todes nicht bei dem Sterbenden waren. Die Erfahrung zeigt, dass Sterbende häufig gehen, wenn sie

alleine sind. Vielleicht ist es so für sie leichter, sich endgültig zu lösen?

Die Zeit der Begleitung ist für Sie eine große Herausforderung. Vielleicht werden Sie im Laufe der Zeit an Ihre Grenzen stoßen. Haben Sie den Mut, um Unterstützung zu bitten, damit Sie entlastet werden können. Sie dürfen gerne auf uns zukommen, wenn Sie für sich und/oder Ihren Angehörigen seelischen und geistlichen Beistand wünschen.

Wir möchten Sie ermutigen, Ihre Kinder mitzubringen. Aus Erfahrung wissen wir, dass es für Kinder und Jugendliche wichtig ist, die Möglichkeit zu haben, von dem Sterbenden Abschied zu nehmen. Dies kann in der Zeit der Trauer hilfreich sein.