

REUTLINGEN. Es liegt nicht jedem, Sterbende und ihre Angehörigen in den schweren Stunden zu begleiten. Der Ambulante Hospizdienst sucht deswegen weitere Helfer – besonders auch für nächtliche Einsätze. Seite 9

REUTLINGEN

Sterben – Ambulanter Hospizdienst begleitet Menschen in ihrer letzten Lebensphase. Neuer Helferkurs startet

Niemand soll allein sein

VON CHRISTOPH B. STRÖHLE

REUTLINGEN. Zur richtigen Zeit am richtigen Ort sein; Sterbende, zumal, wenn sie dies ausdrücklich wünschen, in ihrer letzten Lebensphase begleiten: Gisela Husemann weiß, wie wichtig das sein kann. Als Ehrenamtliche arbeitet sie für den Ambulanten Hospizdienst, steht Sterbenden und deren Angehörigen in schweren Stunden bei.

Ein einschneidendes Erlebnis in ihrem Leben sei es gewesen, als Anfang der Achtzigerjahre ihr Vater starb. Nachdem er am frühen Morgen in einer Reutlinger Kreisklinik einen Schlaganfall erlitten hatte, habe man ihn »einfach ins Bad abgeschoben«, erzählt sie. Er sei dort Stunden allein gewesen. Erst am Nachmittag habe man ihr mitgeteilt, dass ihr Vater verstorben sei.

»Das beschäftigt mich noch heute«, sagt die Glemserin, die vor 15 Jahren, angeregt durch einen Zeitungsartikel und den Hinweis einer Bekannten, beim Hospizdienst anfang. Ihr Vater wollte im Sterben nicht allein sein, ist sie sich sicher. »So etwas darf einfach nicht sein. Und so ist es in den Kliniken auch heute nicht mehr, hoffe ich.«

Seit 1994, also fast 20 Jahre schon gibt es in Reutlingen den Ambulanten Hospizdienst, der aus einer Sitzwachen-Gruppe hervorging. Hermine Hönes, mit ihren 85 Jahren die älteste Ehrenamtli-



Akteurinnen des Ambulanten Hospizdienstes (von links): Hermine Hönes, Gisela Husemann und Silvia Ulbrich-Bierig stehen Sterbenden und ihren Angehörigen bei. FOTO: STRÖHLE

che, war zuvor Jahrzehnte lang in der Nachbarschaftshilfe aktiv und ist wie selbstverständlich in die Rolle als Sterbebegleiterin hineingewachsen. »Ich hab' gesehen, dass da Bedarf war, und hab' mitgemacht«, beschreibt sie ihren Einstieg vor knapp zwanzig Jahren.

Schon in ihrer Jugend, im Allgäu, hat sich die Wahl-Eningerin um Menschen gekümmert, damals um ihre vielen, überwiegend jüngeren Geschwister, für die sie in mehrfacher Hinsicht die Mutterrolle übernahm.

»Ich hab' gesehen, dass Bedarf da war, und hab' mitgemacht«

Darüber hinaus war ihre Mitarbeit in der Landwirtschaft gefragt. Da zu sein, wo man sie brauchte, war für sie nie eine Frage des Ob. Unzählige Nächte hat sie am Bett von Schwerstkranken oder Sterbenden verbracht – auch, um zumindest für ein paar Stunden die Angehörigen zu entlasten, die mit der Gewissheit ein-

schlafen konnten, dass jemand da ist und sich kümmert.

Stunden, Tage, Wochen, mitunter auch Monate kann ein solcher Beistand, eine Sterbebegleitung dauern. »Menschen sterben nicht nur zwischen morgens 8 und abends 20 Uhr, sondern auch nachts«, sagt Geschäftsführerin Silvia Ulbrich-Bierig, die beim Ambulanten Hospizdienst die Einsätze koordiniert.

Ehrenamtliche für Nachteinsätze zu finden sei im Einzelfall aber oftmals sehr schwierig, berichtet sie. Zwar stehen im Bereich der Erwachsenensterbebegleitung grundsätzlich 90 Helfer zur Verfügung (und weitere 30 im Kinderbereich), doch sind viele zeitlich nicht flexibel oder bereits an anderer Stelle als Begleiter unterwegs.

Bisweilen brauchen die Helfer auch eine Auszeit. Umso schmerzlicher ist es für den Verein, dass die langjährige große Stütze Hermine Hönes derzeit aus gesundheitlichen Gründen pausieren muss. Mit einem neuen Kurs, der im Januar beginnen und über die Dauer von einem Jahr donnerstagabends stattfinden soll, will der Hospizdienst weitere ehrenamtlich Engagierte nicht zuletzt für die

Nächte gewinnen und fachlich wie menschlich auf die Tätigkeit als Sterbebegleiter vorbereiten.

Ein Patentrezept, wie man Menschen in ihren schwersten Stunden beisteht, gibt es nicht, meint Hermine Hönes. Am wichtigsten sei es, zuzuhören, sich einzufühlen; auf kleinste Reaktionen zu achten; Sorgen, beispielsweise um die Angehörigen, ernst zu nehmen; auf Wünsche einzugehen.

Gisela Husemann erzählt von einem älteren Ehepaar. Die Frau, die im Sterben lag, war sehr unruhig, vermutlich, weil Erlebnisse von Krieg, Flucht und Vertreibung sie neuerlich ängstigten. Als ihr Mann ihr, der Helferin, von der entbehrungsreichen Zeit und auch den glücklichen Jahren danach, den Kindern und den Enkelkindern erzählte, schlief die Frau friedlich ein. Ein Händedruck, gesprochene Worte, ein gesummes Lied, all dies könne Sterbenden viel bedeuten, »gerade, wenn sie sich nicht mehr äußern können«, meint Husemann.

»Menschen sterben nicht nur zwischen morgens 8 und abends 20 Uhr«

Sie hat gelernt, auch auf sich selbst achtzugeben; in sich hineinzuhören, ob sie bereit ist für eine neue Begleitung. »Nur wenn ich innerlich frei bin, kann ich mich auf den Anderen einlassen. Der Sterbende merkt das sonst«, erklärt sie. Im Vorbereitungskurs habe sie gelernt, »wie weit ich gehen kann, wie weit ich mich selber belasten kann.« Von hilflosen Helfern habe letztlich niemand etwas, ergänzt Silvia Ulbrich-Bierig. Es gehe darum, sich die eigenen Kraftquellen bewusst zu machen. Für Husemann ist das beispielsweise der Garten, die Begegnung mit der Natur, für Hönes »der Herrgott«.

Hilfreich, so betonen beide, seien Fortbildungen und die Supervisionen, die siebenmal jährlich einen Erfahrungsaustausch in der Gruppe ermöglichen. »Nichts von dem, was dort gesagt wird, dringt nach außen. Wir haben ja eine Schweigepflicht«, erklärt Husemann. Den Helfern gebe der Austausch oftmals jedoch Bestätigung und manch wertvollen Hinweis. (GEA)

0 71 21/27 83 38