



›Das Gegenüber ist der Chef und sagt, was es möchte und was nicht. Wir geben Impulse, aber ob sie angenommen werden, entscheidet der begleitete Mensch.«



Abschied vom Leben

Im Ambulanten Hospizdienst Wilhelmshaven-Friesland e. V. koordinieren Beate Richter und Stefanie Gründler die Einsätze von rund 70 Ehrenamtlichen. Deren Aufgabe ist es, Schwerstkranke zu begleiten, ihnen Zeit und Zuwendung zu schenken und dabei zu helfen, dass sie dort sterben können, wo sie gelebt haben. *Hospiz-Serie, Teil 1*

TEXT: CHRISTINE ELLINGHAUS FOTOS: TOBIAS FRICK

Dass du das kannst!« – diesen Satz hört Beate Richter ganz oft, wenn sie von ihrem Beruf erzählt. Die 53-Jährige leitet zusammen mit Stefanie Gründler, 52, den Ambulanten Hospizdienst Wilhelmshaven-Friesland e.V. Ihre Arbeit hat also sehr viel mit Sterben, Schmerz, Trauer und Tod zu tun. ›Ich antworte dann immer, dass es natürlich ganz fürchterlich ist, wenn Menschen krank werden und sterben. Aber mitzuhelfen, dass sie würdevoll und selbstbestimmt von dieser Welt gehen können, das ist einfach nur

erfüllend.« Stefanie Gründler nickt zustimmend: ›... und so viel Wertschätzung wie hier habe ich noch nie erlebt.«

Richter und Gründler sind ausgebildete Krankenschwestern und kannten sich nicht, bis sie vor sieben Jahren begannen, die Einsätze der aktuell etwa 70 Ehrenamtlichen zu koordinieren. Zuvor arbeitete Richter lange in einem Sanitätshaus, Gründler in verschiedenen Arztpraxen. Beide verfügen deshalb zusammen über ein breites Wissen von der Pflege über das Organisationsmanage-



Hospizdienstmitarbeiterin Beate Greulich (großes Foto Seite 20 sowie Foto oben, links) spielt regelmäßig mit Eike Lena Barthel. Die hat das immer so gerne mit ihrem Mann gemacht. Doch seit er so schwer krank ist, ist das nicht mehr möglich.

ment bis zu Hilfsmitteln. Allerbeste Voraussetzungen für ihren vielfältigen Job.

Wie die meisten der rund 1.500 ambulanten Hospizdienste in Deutschland ist auch der ambulante Hospizdienst Wilhelmshaven-Friesland ein gemeinnütziger Verein, der sich durch Krankenkassenzuschüsse und Spenden finanziert. Seine Aufgabe: Schwerstkranke, Sterbende und Menschen mit der Diagnose ›lebensverkürzende Erkrankung‹ in ihrem eigenen Zuhause zu begleiten, selbstbestimmt und in Würde, unabhängig von Konfession, Weltanschauung und Nationalität. Die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von Richter und Gründer nehmen sich Zeit für sie, gehen auf ihre Bedürfnisse ein, versuchen, letzte Wünsche zu erfüllen, helfen bei der Auseinandersetzung mit dem Tod, beraten, was palliativpflegerisch möglich ist, um Schmerzen zu lindern, und unterstützen die Angehörigen.

Wer sich beim Hospizdienst in Wilhelmshaven meldet, bekommt bereits kurz danach Besuch von Richter oder Gründer. ›Wir besprechen dann vor Ort, was der oder die Einzelne braucht: Woran mangelt es? Und welche Ressourcen haben wir?‹, erklärt Gründer. ›Anschließend holen wir verschiedene Menschen aus unserem Netzwerk dazu.‹

Die beiden Frauen verfügen über ein umfangreiches Adressbuch mit Kontakten, die sie jederzeit anrufen können. Darunter sind Palliativ-Care-Teams, die Rundum-Versorgungen leisten können, Ernährungsberaterinnen, Pfarrerinnen und Pfarrer und natürlich die Ehrenamtlichen – ›unser bunter Blumenstrauß‹, wie Richter sie nennt. Aus ihm wählen die Koordinatorinnen eine Person, von der sie vermuten, dass es passen könnte. Ihre Kriterien? ›Ähnliche Inte-

ressen, zeitliche Verfügbarkeit. Aber letzten Endes entscheidet das Bauchgefühl, sagt Gründer. Doch von Anfang an würden beide Seiten dazu ermutigt, offen auszusprechen, falls es nicht harmoniert.

Ausgebildet für die letzte Lebensphase

Alle Ehrenamtlichen wurden in einem einjährigen, kostenlosen Kurs ausgebildet. Hundert Unterrichtsstunden lang haben sie sich intensiv mit Fragen der letzten Lebensphase auseinandergesetzt. Sie kommen aus allen Berufen und Schichten, viele von ihnen hatten schon Berührung mit dem Tod. Es sind Frauen darunter, die eine Brustkrebserkrankung überlebt haben, aber auch der pensionierte Finanzbeamte, der sagt: ›Ich habe mein Leben mit Zahlen verbracht, jetzt will ich mit Menschen zu tun haben.‹ Sie alle haben gelernt, mit Tod und Trauer umzugehen, wie Sterbeprozesse verlaufen, wie gute Kommunikation geht und vor allem: eine hospizliche Haltung. Und das bedeutet: ›Sich selbst zurückzunehmen‹, erklärt Gründer. ›Das Gegenüber ist der Chef und sagt, was es möchte und was nicht. Wir geben Impulse, aber ob sie angenommen werden, entscheidet der begleitete Mensch.‹

Die Ehrenamtlichen verschenken ihre Zeit – an die Sterbenden, um für sie da zu sein, und an die Angehörigen, um sie zu entlasten. Auf welche Weise das geschieht, ist ganz unterschiedlich. Da war der Mann, der sehr lange seine todkranke Frau pflegte und einmal im Monat jemanden brauchte, um zu weinen und seinen Frust abzuladen, und dann wieder bereit war für die nächsten vier Wochen. Da war das Kind, das über Jahre begleitet wurde, weil sein Geschwisterchen lebensverkürzend erkrankt war, und das >>>

›Wir haben genug geweint. Schicken Sie uns jemanden, der das Lachen ins Haus bringt.‹

selbst oft zu kurz kam. Da war das junge Ehepaar, bei dem die Frau ohne Chancen auf Heilung war, und das sagte: ›Wir haben genug geweint. Schicken Sie uns jemanden, der das Lachen ins Haus bringt.‹ Oder die alte Mutter, die ihren an Mukoviszidose und Krebs erkrankten Sohn über viele Jahre pflegte, aber als sie selbst eine Augen-OP benötigte, niemanden fand, der sie für fünf Stunden vertreten konnte. Auch solche Notfallhilfe leistet der ambulante Hospizdienst.

Wut gehört zum Abschiednehmen dazu

Manche Ehrenamtliche gehen mit den Sterbenden ins Café, andere lesen ihnen zu Hause vor, wieder andere sprechen über das Lebensende. Vor allem aber hören sie zu.

Gründler und Richter brachten schon einen Orgelbauer und einen Orgelmusiker zusammen oder fanden eine Krisenbegleitung für eine junge Frau, die ihre Eltern nicht mit ihrer Krebserkrankung belasten wollte, aber sich fürchtete, ganz allein ins Krankenhaus zu gehen. ›Angst kann ein wichtiger Grund sein, uns um Unterstützung zu bitten. Ein anderer ist oft Wut und die Frage: Warum ich? Wut ist ein schwieriges Gefühl, über das man nur schwer in der Familie sprechen kann. Es gehört aber zum Abschiednehmen dazu, und das darf man dann bei unseren Ehrenamtlichen lassen.‹

Jeder und jede kann sich beim ambulanten Hospizdienst melden: die Angehörigen, die Betroffenen selbst; manchmal ruft auch eine Pflegerin aus einem Seniorenheim an, weil dort ein Mensch lebt, der keine Familie mehr hat, und sagt: ›Es wäre so schön, wenn jemand von euch etwas Zeit hätte.‹

Manche kontaktieren die Koordinatorinnen erst wenige Tage oder Wochen vor dem Ende, dann, wenn kaum noch Unterstützung möglich ist – weder für den Sterbenden noch für die Familie. Das kennen Richter und Gründler gut. ›Wir brauchen ja alle ziemlichen Druck, bevor wir überhaupt Hilfe von anderen zulassen. Wir schleppen uns von Tag zu Tag, bis irgendwann halt nichts mehr geht.‹ Deshalb dauern manche Begleitungen auch nur drei Wochen. Das Gegenteil gibt es aber auch: ›Die längste Beziehung läuft schon länger als die sieben Jahre, die wir hier arbeiten.‹



Seit sieben Jahren koordinieren die ehemaligen Krankenschwestern Stefanie Gründler (im Foto links) und Beate Richter die Einsätze von rund 70 Ehrenamtlichen.

Manchmal entstehen so auch Freundschaften – und Trauer, wenn der Mensch schließlich stirbt.

Das macht verständlich, warum Ehrenamtliche nur eine Person begleiten sollen und nicht mehrere – und auch, warum sie nach jeder Begleitung eine Weile pausieren. ›Was wir unseren Leuten mitgeben: Ihr dürft alles geben, was ihr möchtet, aber bleibt bei euch und guckt, was geht für euch und was nicht.‹ Das gilt für die Stundenzahl genauso wie für die Frage, ob man am Ende beim Sterben dabei sein will.

Gestorben wird in Deutschland nach wie vor hauptsächlich im Krankenhaus. ›Dabei wäre das oft auch zu Hause gut möglich,‹ sagt Gründler, ›aber viele Familien fürchten sich davor. Doch wenn die Leute bei uns in Begleitung sind, entscheiden sie sich meist für das Zuhause oder für das stationäre Hospiz. Dorthin leiten wir über, wenn die Familie die Betreuung nicht mehr leisten kann.‹ Und Richter ergänzt: ›Manchmal ist es nur die eine Stunde, in der man Angst hat und den Krankenwagen rufen will. Aber wenn man dann jemanden hat, der sagt: ‚Komm, das schaffen wir‘, dann macht man es doch nicht. Und was soll auch passieren? Der Mensch wird sterben.‹ Sie macht eine kurze Pause. Dann sagt sie: ›Wo wir Menschen gelebt haben, da wollen wir auch sterben.‹

Gegen die Hilflosigkeit

Neben ihrer Kerntätigkeit, Menschen am Lebensende zu begleiten, haben ambulante Hospizvereine die Aufgabe, Sterben und Tod in der Gesellschaft sichtbarer zu machen. In Wilhelmshaven geschieht dies beispielsweise über das Projekt *Hospiz macht Schule*, das Grundschülerinnen und -schüler mit Krankheit, Tod, Trauer und Sterben vertraut macht. Zudem leitet Beate Richter dreistündige sogenannte ›Letzte-Hilfe-Kurse‹, die der Palliativmediziner Georg Bollig aus Schleswig entwickelt hat (Termine unter: letztehilfe.info). Mehr Infos über den Ambulanten Hospizdienst Wilhelmshaven-Friesland e. V. gibt es unter: hospiz-whv-fri.de.