

Ingrid Marth, DGKS

Dem Leben und dem Sterben begegnen

EIN ERFAHRUNGSBERICHT



Der Tod hatte für mich schon immer etwas Faszinierendes, etwas Anziehendes. Nicht, dass ich mich nicht genauso wie alle die ich kenne fürchten würde vor dem (noch in weiter Ferne liegenden) Tag. Als Kind bin ich gerne zu den Abendstunden durch den Friedhof gelaufen, Gräber besuchend, Inschriften und Fotos auf den Grabsteinen und flackernde Kerzen in ihrem roten Plastikschild betrachtend, mit einem Anflug von Schauer und einem leisen Unbehagen im Bauch. Damals wurden die Toten noch daheim aufgebahrt und Bilder meiner Großmutter und meiner kleinen Schwester in ihrem silberfarbenen Sarg tauchen auf. Allerlei Kleintiere und mehrere, meist von Autos überfahrene Hauskatzen haben im Garten großartige Begräbnisse und letzte Ruhestätten erhalten. Als ich schon etwas älter war, hörte ich von den schon damals seltsam anmutenden Schicksalsschlägen meiner Großmütter und ihren Familien. Der Tod spielte dabei immer eine wichtige Rolle.

Nach einem langen Krankenhausaufenthalt als Zehnjährige wusste ich, dass ich Krankenschwester werden wollte. Von da an boten sich mir viele Gelegenheiten, kranken und auch sterbenden Menschen zu begegnen. Als ich noch während meiner Ausbildung das erste Mal in meinem privaten Umfeld mit der Krebserkrankung einer mir wohl gesonnenen älteren Bekannten konfrontiert wurde, kam ich an meine Grenzen. Ich habe es nicht geschafft, sie noch einmal zu besuchen, obwohl ich wusste, dass sie auf mich wartete. Ihr Mann hat mir das bei ihrer Beerdigung bestätigt. Ich weiß noch genau, was ich damals fühlte. Mittlerweile habe ich mir längst verziehen aber das Erlebte hat nachhaltig Spuren in mir hinterlassen.

Dann bin ich sehr viel gereist. Den Menschen und ihrer Lebensweise in so genannten Entwicklungsländern zu begegnen hat mich interessiert, herkömmliche Reiseziele gar nicht. Jahrelang war ich unterwegs, vor allem in Afrika und in Asien. Besonders in Indien habe ich sehr viel Zeit verbracht und dort begegnete mir der Tod in nie geahnten Dimensionen. Alter, Krankheit und Tod sind allgegenwärtig. Man kann sich nicht

Autorin: Ingrid Marth, DGKS

© Mai 2014 · NÖ PPA · Laut gedacht · Dem Leben und dem Sterben begegnen – Ein Erfahrungsbericht

Seite 1 von 6

entziehen. Und gleichzeitig oder trotz der augenscheinlichen Allgegenwärtigkeit von Leid und Armut hat es den Anschein, dass das Leben in einer unglaublichen Intensität und Lebensfreude erfahren wird. Nach und nach habe ich gelernt und selbst erfahren, womit das zu tun hat.

Ich übe, möglichst präsent und achtsam zu sein und mir selbst, meinen Mitmenschen und meiner Umwelt mit Gelassenheit zu begegnen.

Ich erlaube mir, so zu sein wie ich bin, mich einzulassen, mich auf unbekanntes Terrain zu begeben, mutig zu sein, zu reflektieren, Fehler zu machen, nachzudenken, immer offen zu sein, etwas über mich und Andere zu lernen.

Seit über acht Jahren begleite ich Menschen auf ihrem letzten Lebensweg und es ist ganz anders, als man meine möchte. Ich bin zu jemandem geworden, der trotz oder möglicherweise gerade durch die Auseinandersetzung und Begegnung mit dem Tod und dem Sterben in Freude und Fülle lebt.

Ein Erfahrungsbericht

Herr Peter Tobler, 54 Jahre alt, akademischer Maler, lebt seit seiner Erkrankung bei seiner Lebensgefährtin. Seine Diagnose: Verdacht auf Gehirntumor oder multiple Hirnmetastasen bei unbekanntem Primum, genauere Abklärung lehnt Herr Tobler ab.

Unser Mobiles Palliativteam beginnt mit der Betreuung nach Intervention des Hausarztes, der sich mit unseren Palliativärzten bezüglich weiterführender Schmerztherapie und Symptombehandlung beraten hat.

Ich lerne Herrn Tobler Anfang Mai kennen, betrete ein helles Wohnzimmer. Er „residiert“ auf einer großen, roten Couch, nur mit einem Tuch bekleidet und bestimmt von dort aus, was passiert. Er ist umgeben von seinen selbst gemalten Ikonen, deren Entstehungsgeschichte er mir im Laufe der Betreuung erklärt. Er hört Musik, die auch ich vor 25 Jahren gehört habe - wir sind gleich alt. Zuerst will er wissen, wer ich bin. Ich erzähle von mir und weiß, dass ich mich auf einen ungewöhnlichen Prozess einlasse, der mit keiner anderen Begleitung zu vergleichen sein wird. Das ist besonders herausfordernd aber auch schön, jede Begleitung ist einzigartig, jede Begegnung frisch und neu.

Konzepte und Standards haben hier kaum Platz. Nachdem er sich sicher war, dass er ´mit mir kann´, sprechen wir gemeinsam über alles was relevant und wichtig für unser Zusammenarbeiten sein könnte.

Autorin: Ingrid Marth, DGKS

© Mai 2014 · NÖ PPA · Laut gedacht · Dem Leben und dem Sterben begegnen – Ein Erfahrungsbericht

Seite 2 von 6

Herr Tobler ist sehr selbstbestimmt und darauf bedacht, seine Autonomie uneingeschränkt zu behalten. Er erwartet, dass das Palliativteam mit ihm am selben Strang zieht, um den ´Fremdkörper in seinem Kopf´ zu besiegen. „Gemeinsam sind wir stärker“ lautet sein unermüdlicher Appell.

Wir sind Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegepersonen, Palliativärztinnen, Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und eine Seelsorgerin, die ihn jeden Tag abwechselnd besuchen. Die täglich stattfindenden Dienstbesprechungen helfen uns, eine adäquate Betreuung und Begleitung zu finden und unsere Lasten abzuladen.

Jeder Besuch bei ihm ist eine Herausforderung; nie wissen wir, was uns diesmal erwartet. Die Pflegeplanung wird regelmäßig über den Haufen geworfen. Es kann sein, dass er Körperpflege unwichtig findet, im Vergleich zu einem guten Gespräch über die Kunst, die Liebe oder das Leben. Das Frühstück, das ich ihm zubereite, bleibt dann doch stehen, ich drehe ihm eine Zigarette, weil er das selber nicht mehr schafft.

Und er freut sich auf den Besuch unserer Seelsorgerin, die er gerne in herausfordernde Gespräche über Glaube, Sinn und Hoffnung verwickelt.

Der schmerzende Arm wird mit Topfenwickeln versorgt, weil ihm die Kühle gut tut. Einen großen Beitrag in der täglichen Betreuung leistet seine Lebensgefährtin. Sie wird von uns angeleitet was Lagerung, Medikamentenverabreichung und andere spezielle Pflegemaßnahmen betrifft. Auch emotional stützen wir sie, so gut wir können. Sie bekommt viel von seinem Zorn und seiner Ungeduld ab. Wir entlasten sie durch unsere täglichen Besuche, die bis zu zwei Stunden dauern. Sie nimmt dann ein Bad, liest, erledigt Einkäufe oder geht spazieren.

Ein Backenzahn ist hoch entzündet und bereitet ihm immer mehr Beschwerden. Er wird antibiotisch abgeschirmt. Seine Zahnärztin erklärt sich bereit, einen Hausbesuch zu machen. Wir improvisieren und operieren fast eine Stunde lang, ich stehe auf der Couch mit einer Arbeitslampe und simuliere OP-Licht. Die Zahnärztin und ihre Assistentin arbeiten am Kopfende, seine Lebensgefährtin hält die Hand von Herrn Tobler und macht Fotos. Zum Schluss braucht die Zahnärztin einen Schnaps, Herr Tobler stimmt sofort zu und wir trinken alle gemeinsam ein Gläschen Grappa, wir sind geschafft und erleichtert zugleich.

Herr Tobler wünscht sich wieder einmal ein Vollbad. In seiner Sitzbadewanne ist dies unmöglich geworden. Er hat vermehrt Schmerzen in der rechten Schulter und oberen Extremität und zunehmend Schluckbeschwerden.

Autorin: Ingrid Marth, DGKS

© Mai 2014 · NÖ PPA · Laut gedacht · Dem Leben und dem Sterben begegnen – Ein Erfahrungsbericht

Seite 3 von 6

Gemeinsam mit ihm, seiner Lebensgefährtin und unseren Ärzten wird eine Aufnahme auf unsere Palliativstation beschlossen. Bei dieser Gelegenheit soll er auf eine subkutane Schmerzpumpe umgestellt werden. Vorab gibt es noch eine Diskussion mit dem Sanitäter des Rettungswagens, der uns auf die Station bringen soll. Er will unbedingt, dass sich Herr Tobler auf dem Weg dorthin in einem Krankenhaus röntgen und untersuchen lässt, um abzuklären, ob eine Fraktur des rechten Oberarms vorliegt. Ich muss sehr vehement werden, um ihm klar zu machen, dass dies eine große Belastung für Herrn Tobler bedeutet, keinerlei Konsequenzen hätte und deshalb unterbleiben wird.

Ein paar Tage später kommt Herr Tobler wieder nach Hause. Wir haben inzwischen mit seinem Einverständnis im Wohnzimmer ein Krankenbett aufgestellt, das verschoben werden kann, und ihn unterschiedliche Perspektiven im Raum einnehmen lässt. Herr Tobler wird zunehmend ungeduldiger, zorniger und ermüdet schneller. Er wirft uns vor, 'schwarze Flügel' zu tragen, statt ihn in seinem 'Kampf gegen den Fremdkörper in seinem Kopf' zu unterstützen.

Ich bekomme am Ende eines anstrengenden und intensiven Wochenenddienstes bei meinem dritten Besuch seine ganze Wut ab. Er sieht seine Autonomie und seine Hoffnung auf Genesung zusehends schwinden. Auch seine Lebensgefährtin wird verbal attackiert, sein engster Freund während eines Telefonanrufes nicht verschont. Ich spüre den starken inneren Drang, einfach zu gehen, entscheide mich aber bewusst dafür, zu bleiben und diese für uns alle extreme Situation auszuhalten. Er konfrontiert mich mit dem Vorwurf, feige zu sein. Mit Bestimmtheit antworte ich, dass dem nicht so sei. Anderenfalls wäre ich schon gegangen.

Ich trete zurück als Handelnde und gebe ihm Raum, sich nach innen zu wenden. Ich bin nicht dafür da, einen Sinn oder Erklärungen zu suchen. Ich bin nur stille Zeugin. Diese Momente geteilter Ohnmacht sind Augenblicke, in denen ich keine Angst habe, in Kontakt zu treten. Um jemanden da abholen zu können, wo er steht, muss ich in gutem Kontakt zu mir selbst sein. Ich übe, mit mir selbst möglichst transparent zu sein. Ich versuche, nur zu beobachten und nicht vorschnell zu urteilen. Ich möchte möglichst offen, neugierig und ohne Vorstellung sein. Ich versuche, mich zurückzunehmen und somit meinem Gegenüber genügend Raum zu geben. Hier kommt es auf meine Haltung an. Und darauf, dass ich meine Gefühle ernst nehme. Sie ermöglichen mir, mich selbst wahrzunehmen und nicht zu verdrängen.

Diese Auseinandersetzung mit Herrn Tobler ist so etwas wie eine Schlüsselsituation für mich. Und das nur, weil ich gesagt hatte, was ich fühle.

Autorin: Ingrid Marth, DGKS

© Mai 2014 · NÖ PPA · Laut gedacht · Dem Leben und dem Sterben begegnen – Ein Erfahrungsbericht

Seite 4 von 6

Das bestärkt mich nachhaltig, authentisch und wahrhaftig zu bleiben und mich nicht zu verbiegen.

Die Reaktion von Herrn Tobler auf meine Antwort ist, dass er ruhiger und sanfter wird. Er äußert sogar Verständnis für seine Lebensgefährtin und seine Freunde, die ihn nicht loslassen wollen. Ich verabschiede mich von ihm. Beide wissen wir, dass es kein Wiedersehen mehr gibt.

Ich verlasse die Wohnung, aufgewühlt und traurig. Diese Begegnung mit Herrn Tobler ist mir näher gegangen als ich es erwartet hatte. Auf der Straße kommen mir die Tränen. Und ich bin froh um diese Möglichkeit, meine Emotionen fließen zu lassen, mich wahrzunehmen als jemanden, der zwar professionell aber trotzdem berührbar geblieben ist.

Tags darauf - bei der täglichen Dienstbesprechung - kann ich nochmals erzählen und gleichzeitig reflektieren. Es tut gut, diesen Platz zu haben, auch um abzuladen, auch um die Last mit denen zu teilen, die wissen, wovon ich spreche.

Seit unserer intensiven Auseinandersetzung am Sonntagabend hatte sich etwas verändert bei Herrn Tobler. Die darauf folgende Nacht verläuft ruhiger, als die vorherigen. Herr Tobler schläft auch tagsüber viel. Es treten vermehrt Atempausen auf und ein paar Tage später schläft er im Beisein seiner Lebensgefährtin friedlich ein.

Herr Tobler war jemand, der sich an mir gemessen hat, der Widerstand geboten und sich gewehrt hat, ein ´guter´, ein angepasster Patient zu sein. Eine Persönlichkeit mit großem Autonomiebedürfnis und starkem Willen bis zum Schluss. Bis er nachgeben, sich fallenlassen und dann tatsächlich sterben konnte.

Über die Autorin:

Ingrid Marth

1959 in Fließ in Tirol geboren und aufgewachsen

1978 Diplom zur Gesundheits- und Krankenschwester an der Universitätsklinik Innsbruck

Sechs Jahre an diversen Abteilungen der Chirurgie an der Universitätsklinik Innsbruck

Vier Jahre in Privatkliniken in Riyadh/ Saudi Arabien und Zürich/Schweiz mit Schwerpunkt Chirurgie

Zehn Jahre im Haus der Barmherzigkeit in Wien, Schwerpunkt Geriatrie

Dazwischen mehrere Jahre Auslandsaufenthalte in Afrika und Asien,
Mitarbeit in einem Waisenhaus in Phnom Penh, Kambodscha

Vier Jahre Studium der Buddhistischen Philosophie, Epistemologie und Tibetische Sprache
in New Delhi, Indien. Abschluss mit einem BA

Ausbildungen zur Ernährungsberaterin nach der TCM, Qi Gong, Energiearbeit,
Achtsamkeitsmeditation, Zusatzausbildungen in Palliative Care

Seit über acht Jahren im Team des Mobilien Palliativteams der Caritas Socialis in Wien,
davon seit September 2012 in der Leitung

Zusammen mit Anita Natmeßnig und Astrid Lessmann entstand das Buch
„Was zählt, ist dieser Augenblick“ Leben lernen im Hospiz,
erschienen im Herder Verlag (ISBN Nummer 978-3-451-06468-5)

Impressum

Im Letter LAUT GEDACHT stellen namhafte und erfahrene Expertinnen und Experten Überlegungen zur Umsetzung der Patientenrechte an. Der Letter erscheint unregelmäßig seit Juli 2001 und findet sich auf www.patientenanwalt.com zum kostenlosen Download.

Herausgeber: NÖ Patienten- und Pflegeanwaltschaft, A 3109 St. Pölten, Rennbahnstrasse 29

Tel: 02742/9005-15575, Fax: 02742/9005-15660, E-Mail: post.ppa@noel.gv.at

Für den Inhalt verantwortlich: Der Letter dieser Reihe repräsentiert jeweils die persönliche Meinung des Autors. Daten und Fakten sind gewissenhaft recherchiert oder entstammen Quellen, die allgemein als zuverlässig gelten. Ein Obligo kann daraus nicht abgeleitet werden. Herausgeber und Autoren lehnen jede Haftung ab.

© Copyright: Dieser Letter und sein Inhalt sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck oder auch nur auszugsweise Weiterverwendungen nur mit Zustimmung des Herausgebers. Zitate mit voller Quellenangabe sind zulässig.

Autorin: Ingrid Marth, DGKS

© Mai 2014 · NÖ PPA · Laut gedacht · Dem Leben und dem Sterben begegnen – Ein Erfahrungsbericht

Seite 6 von 6