

Elisabeth Albrecht
Christel Orth
Heida Schmidt

Hospizpraxis

Ein Leitfaden für Menschen,
die Sterbenden helfen wollen

v[^]?

HERDER LT)) O[^]

FREIBURG • BASEL WIEN

Inhalt

Dank	9
Einleitung	10
Was ist Hospiz?	13

Teil I: Sterben, Abschiednehmen und Trauer als natürliche Vorgänge

1. Die letzten Wochen	28
Der Sterbeprozess	28
Die Betroffenen	35
Die Familie	37
2. Die letzten Stunden	39
Einige häufige Todesursachen durch Krebs	39
Der Tod tritt ein	45
Nach dem Tod	49
3. Verlust und Trauer	51
Zum Begriff Trauer	52
Mögliche Folgen von Verlust	56
Loslassen - ein Prozess mit vielen Aspekten	57
Trauerwege	60

Teil II: Solange wir leben

1. Die kleinen Freuden des täglichen Lebens	64
Vertrautes tägliches Leben	64
Hobbies	66

Zärtlichkeiten	67
Feste feiern!	67
Die fünf Sinne.	68
2. Essen und Trinken.	70
Krebs und Diät.	70
Künstliche Ernährung.	71
Essen und Trinken als Lebensfreude.	74
3. Zusätzliche Hilfen von professioneller Seite.	76
Ausnutzen, was noch gesund ist	76
Atemtherapie.	77
Kunsttherapie.	79
Musik als Therapie bei Sterbenden.	82
4. Die Todesspritze, eine tatsächlich gewünschte Lösung?	86
Teil III: Hilfen für Familie und Helfende.	89
1. Kommunikation	89
Sprechen mit sterbenden Menschen.	89
Kommunikation im Überblick.	91
Nonverbale Kommunikation und innere Haltung der Helfenden.	92
Ebenen der Kommunikation.	94
Rollenspezifische Kommunikation	95
Mitteilungsmöglichkeiten sterbender Menschen	96
Der Sterbeprozess - emotionale Gestimmtheiten und Verhaltensweisen.	97
Hoffnung und Hoffnungslosigkeit.	99
Sinnfragen und Seelsorge.	101
Wahrheit am Krankenbett	104
Wenn sterbende Menschen nicht mehr sprechen	105
2. Ein Daheim zum Leben und Sterben.	107
Daheim bleiben?	107
Betreuungsnetz	109
Vor und nach dem Tod daheim.	113

3. Familie und Helfende	117
Zeit der Sterbebegleitung	117
: Anregungen für die Trauerzeit	118
4. Praktische Hilfen und Informationen	120
Medizinisch-pflegerischer Bereich	120
Rechtlich-organisatorischer Bereich	129
5. Hilfe zur Selbsthilfe	138
. Einstellungen zu Sterben, Tod, Abschied	140
Grenzen setzen	142
Balance der Kräfte	144
Die Tätigkeit als Helfer: Voraussetzungen, Möglichkeiten	146