

Kennen Sie sich aus?

Rastplatz
mit
Bergblick

Ein Moment der Stille. Besonders in diesen Herbsttagen kann ein Ausflug in die Berge ein eindrucksvolles Erlebnis sein. Die Luft klar, die Pfade einsam, der Schnee schon sehr nah – dieser Wanderer macht Pause vor der imposanten Kulisse einer sehr bekannten Region in den Alpen. Er hat sich an einem See in über 2200 Metern Höhe niedergelassen und genießt das Panorama der mächtigen Gipfel, die ihn umgeben – alle zwischen 3700 und 4300 Meter hoch. Aufgestiegen ist der Mann möglicherweise von einer rund 10 Kilometer entfernten Gemeinde, die als Kur- und Wintersportort beliebt ist. Bis in die 1990er Jahre gab es dort Ski-Weltcuprennen, außerdem wurden hier berühmte Filme gedreht: 1968/69 „James Bond – Im Geheimdienst Ihrer Majestät“ oder 2004 „Star Wars – Episode III“. Wo ist unser dpa-Foto entstanden? *It*



„Umsorgt bis zum Tod“

Im Gespräch: Marta Alfia, die Leiterin des Göppinger Hospizes, über die Betreuung unheilbar kranker Menschen und unvergessliche Glücksmomente im Alltag. *Von Monika Höna*

Die alte Fachwerk-Villa mit modernem Anbau in dem kleinen Stadtpark wirkt einladend. Wie von Zauberhand öffnet sich beim Näherkommen die breite Glastür und gibt den Weg frei ins Innere. Das Hospiz in Göppingen heißt seine Besucher willkommen.

Mit einem Hospiz verbinden die meisten Menschen Trauer, Tod und Elend. Ist das in Ihrem Haus anders, Frau Alfia?

Marta Alfia: Natürlich ist der Tod auch bei uns ein Thema, sonst käme niemand in ein Hospiz. Aber gerade in dieser letzten Lebensphase brauchen die Menschen jemanden, der sich um sie kümmert. Damit kommt genau das Gegenteil von Trauer und Elend ins Spiel: Liebe, Fürsorge, Schutz und Geborgenheit. All das findet im Hospiz statt.

Sterben wollen alle am liebsten daheim. Kann das Hospiz dieses „Daheim“ ersetzen?

Ich denke schon. Solange eine Betreuung zu Hause möglich ist, gibt es ja ambulante Unterstützung, etwa von Sozialstationen oder so genannten Brückenschwestern, die bei Bedarf angefordert werden können. Aber wenn jemand so schwer krank ist, dass es daheim nicht mehr geht, dann sind die Betroffenen wie auch die Angehörigen froh und dankbar, das geschützte Umfeld eines Hospizes nutzen zu können.

Worin besteht der Unterschied zu einem Pflegeheim?

Im Pflegeheim verbringen Menschen, die auf Hilfe angewiesen sind, ebenfalls ihren Lebensabend, wobei der Jahre dauern kann. Deshalb gibt es dort neben Pflege und Betreuung deutlich mehr Beschäftigungsmöglichkeiten. Im Hospiz dagegen steht die Krankheit im Vordergrund, ohne Aussicht auf Heilung. Entsprechend begrenzt ist die Zeit, die jemand dort verbringt.

Kann man sich auf den Tod vorbereiten?

Wenn ich von unseren Erfahrungen hier ausgehe, schon. Der Umzug ins Hospiz ist ja bereits ein wichtiger Schritt auf diesem Weg. Viele Menschen entscheiden sich bewusst dafür. Sie wollen keine Chemotherapie mehr, haben genug von Übelkeit und anderen Nebenwirkungen und wissen genau, dass ihnen nicht mehr viel Zeit bleibt. Die Angehörigen sind mög-

licherweise berufstätig und können sich nicht kümmern. Wenn dann noch die Angst dazu kommt – etwa vor Atemnot, die bei bestimmten Erkrankungen ein großes Problem ist –, ist der Gedanke, im Hospiz gut versorgt zu sein, sehr beruhigend.

Auch für die Angehörigen? Oder haben die eher Schuldgefühle?

Am Anfang vielleicht schon. Beim ersten Kontakt sind manche noch ziemlich verzweifelt, haben ein schlechtes Gewissen und das Gefühl, jemanden abzuschieben. Ich versuche dann, ihnen zu vermitteln, dass das Gegenteil der Fall ist. Als Laie einen Todkranken zu pflegen, bringt einen an die Grenze der Belastbarkeit. Dann ist der Umzug ins Hospiz kein Abschieben, sondern ein Sich-Kümmern und Sich-Sorgen. Man sieht den Angehörigen oft schon nach wenigen Tagen an, dass eine Last von ihnen abgefallen ist. Sie wirken nicht mehr so traurig, wenn sie zu Besuch kommen, gehen aufrechter und sind dankbar, dass jemand auch mal fragt, wie es ihnen geht.

In welcher Verfassung sind die „Gäste“ in Ihrem Hospiz?

Alle sind, wie gesagt, schwer krank und haben keine Hoffnung mehr auf Heilung. Manche sind bettlägerig, haben viele Metastasen und Schmerzen, die aber gut bekämpft werden können. Sie sterben oft schon nach einigen Tagen. Andere wiederum, ebenfalls mit schweren Tumordiagnosen, sind noch relativ fit, kommen mit ihren Rollatoren selbstständig zum Essen und unterhalten sich über das Weltgeschehen, wie dieser Tage etwa die Präsidentenwahl in den USA. Ihr Aufenthalt kann durchaus Monate dauern.

Sind Ihre Mitarbeiterinnen im Umgang mit Todkranken geschult?

Ja, wir haben 15 Pflegefachkräfte, viele davon in Teilzeit, die in drei Schichten arbeiten, so dass rund um die Uhr jemand da ist. Alle haben die Zusatzausbildung „Palliative Care“ zur Betreuung Schwerstkranker und Sterbender. Von diesen Pflege- und einigen Hauswirtschaftskräften abgesehen, unterstützen uns noch rund 20 ehrenamtliche, entsprechend ausgebildete Helfer, darunter viele Rentner, aber auch einige Berufstätige, die einen Teil ihrer Freizeit bei uns im Hospiz verbringen.

Wie kamen Sie selbst ins Hospiz?

Ich bin ausgebildete Krankenschwester, habe lange eine Onkologie-Station in der Klinik am Eichert in Göppingen geleitet und dort oft miterlebt, wenn Krebskranke gestorben sind. Diese Erfahrung hat mir gezeigt, wie wichtig die Hospizarbeit ist und dass man sich dort viel intensiver um die Patienten kümmern kann. Als dann im Jahr 2013 feststand, dass in Göppingen ein stationäres Hospiz entsteht, habe ich mich um die Stelle als Leiterin beworben und bin seither dabei.

Gibt es eine Erfahrung, die Ihnen besonders unter die Haut gegangen ist?

Wir hatten mal eine noch relativ junge, schwerkranke Frau hier, sie war um die 50 Jahre alt und hatte Kinder, von denen eines eine Kommunion feierte. Eigentlich war sie in einer so schlechten Verfassung, dass an eine Teilnahme nicht zu denken war. Ich habe dann aber mit ihr gesprochen und ihr angeboten, dass wir es mit Rollstuhl und entsprechenden Schmerzmitteln zumindest versuchen könnten. Das haben wir dann tatsächlich gemacht, ohne ihrem Kind etwas zu verraten, damit es nicht zu enttäuscht wäre, wenn es

in letzter Sekunde doch nicht klappt: Sie, ihr Mann und ich saßen hinten in der Kirche, und als die Kinder mit dem Pfarrer reinkamen, strahlte die Frau vor Glück. Das war ein echter Gänsehautmoment, den ich nie vergessen werde.

Andererseits erleben Sie bestimmt auch viel Belastendes. Wie bewältigen Sie das?

Wir reden hier im Team viel über Situationen, die schwer auszuhalten sind. Die Erfahrung, dass es den anderen genauso geht, hilft sehr. Außerdem haben wir regelmäßig Supervisionen und können uns bei Bedarf auch an die Seelsorger wenden, die regelmäßig ins Hospiz kommen. Manches beschäftigt mich natürlich trotzdem, aber das ist in anderen Berufen sicher nicht anders. Rauskommen, Joggen an frischer Luft, Freunde und Familie schaffen einen Ausgleich.

Bekommen Sie und Ihre Mitarbeiterinnen viel zurück?

Oh ja, die Wertschätzung ist enorm. Den Menschen, die wir begleiten, ist sehr bewusst, was sie bekommen, wenn man sich Zeit für sie nimmt. Da kommt viel zurück, das bereichert uns alle sehr.

Was halten Sie von Sterbehilfe?

Im Grunde gar nichts. Gesunde Menschen sagen oft „So will ich mal nicht daliegen und leiden“, aber sie können nicht wissen, wie es in der Situation ist. Todkranken leiden zwar, aber sie wollen trotzdem leben. „Lebenswert“ ist für sie etwas völlig anderes als für einen Gesunden. Da verschieben sich auf einmal die Prioritäten: Plötzlich können banale Dinge wie das Buntwerden der Blätter im Herbst vor dem Fenster zu einem wunderbaren Erlebnis werden. Ich glaube, dass niemand von unseren Gästen Sterbehilfe in Anspruch nehmen möchte. Zudem betrachte ich als gläubige Christin das Leben als Geschenk. Meine Aufgabe sehe ich – wie wohl alle, die in der Hospiz-Bewegung tätig sind – darin, dass wir für die kranken und sterbenden Menschen da sind und uns um sie kümmern.

Marta Alfia lebt bei Göppingen. Sie ist ausgebildete Krankenschwester und leitete viele Jahre eine Hämatologisch-onkologische Station in der Göppinger Klinik am Eichert, wo sie viel Erfahrung mit Krebskranken gesammelt hat. Das stationäre Hospiz in Göppingen leitet sie seit der Inbetriebnahme im Mai 2013.



Marta Alfia kümmert sich um Sterbende und deren Angehörige. Foto: M. Höna

Tiere & Wir

Letztes Gassi
mit „Walnut“

Der letzte Spaziergang im Leben des 18 Jahre alten Hundes „Walnut“ rührt Menschen in aller Welt. Sein Besitzer aus dem britischen Cornwall sah sich zur Einschläferung des kranken Tieres gezwungen und hatte Hundefreunde im sozialen Netzwerk Facebook dazu aufgefordert, ihn und „Walnut“ beim letzten Gassi gehen zu begleiten. Hunderte Menschen kamen – viele mit ihrem Hund.

Er wolle das altersschwache Tier noch einmal an dessen Lieblingsstrand der malerischen Küste Cornwalls Gassi führen, schrieb Mark Woods auf Facebook – und lud Hundeliebhaber ein, ihn zu begleiten. Danach sollte „Walnut“ eingeschlafert werden. „Er hatte ein unglaubliches Leben und mit einem Alter von 18 Jahren ist er soweit, sich für immer zur Ruhe zu legen“, schrieb Woods.

Liebe Tierfreunde! Mark Woods musste seinen todkranken Weidhund einschläfern lassen und wollte sich mit einem letzten Strandspaziergang von „Walnut“ verabschieden. Das postete der Brit auf Facebook und erzielte damit eine überwältigende Reaktion.



Hunderte kamen zu „Walnuts“ letztem Spaziergang

Mark Woods musste seinen todkranken Weidhund einschläfern lassen und wollte sich mit einem letzten Strandspaziergang von „Walnut“ verabschieden. Das postete der Brit auf Facebook und erzielte damit eine überwältigende Reaktion.

Bewegender Abschied von einem betagten Hund. Screenshot Facebook

Bilder von dem Strandspaziergang wurden sogar im BBC-Fernsehen übertragen. Darauf ist zu sehen, wie Woods das geschwächte Tier in einer Decke gewickelt am Strand entlang trägt und ein letztes Mal mit den Pfoten das Wasser berühren lässt.

Später schrieb er: „Walnut ist heute Morgen um 11.56 Uhr eingeschlafen. Es ging ganz schnell, während er in meinen Armen lag.“ Auf die Mitteilung reagierte mehr als 30 000 Menschen, Tausende schickten Beileidsbekundungen und Bilder ihrer Tiere. Woods zeigte sich gerührt von der großen Resonanz. „Danke, von ganzem Herzen“, sagte er in einem Interview mit der BBC. *dpa*

Auflösung Unser Foto oben ist oberhalb von Grindelwald (Schweiz) am Bachalpsee entstanden. Ringsherum sind die Gipfel von Wetterhorn, Lauteraarhorn, Schreckhorn und Finsteraarhorn zu sehen.