



Überall für alle

**SPITEX**

Wasseramt

# „Ich möchte lieber zu Hause sterben“

Was bedeutet das  
für mich und meine  
Angehörigen?

Vortrag Kathrin Sterchi  
Gerontologin und MAS  
Palliative Care

**25. April 2017**

**Herzlich willkommen !**

# Gedicht von Elisabeth Bernet

---

Schick mir keinen Engel, der alle Dunkelheit bannt  
aber einen, der mir ein Licht anzündet.

Schick mir keinen Engel, der alle Antworten kennt  
aber einen, der mit mir die Fragen aushält.

Schick mir keinen Engel, der allen Schmerz  
wegzaubert

aber einen, der mit mir Leiden aushält.

Schick mir keinen Engel, der mich über die Schwelle  
trägt

aber einen, der in dunkler Stunde noch flüstert  
«fürchte dich nicht».

# Palliative Care

## Sterben zu Hause und in Würde?



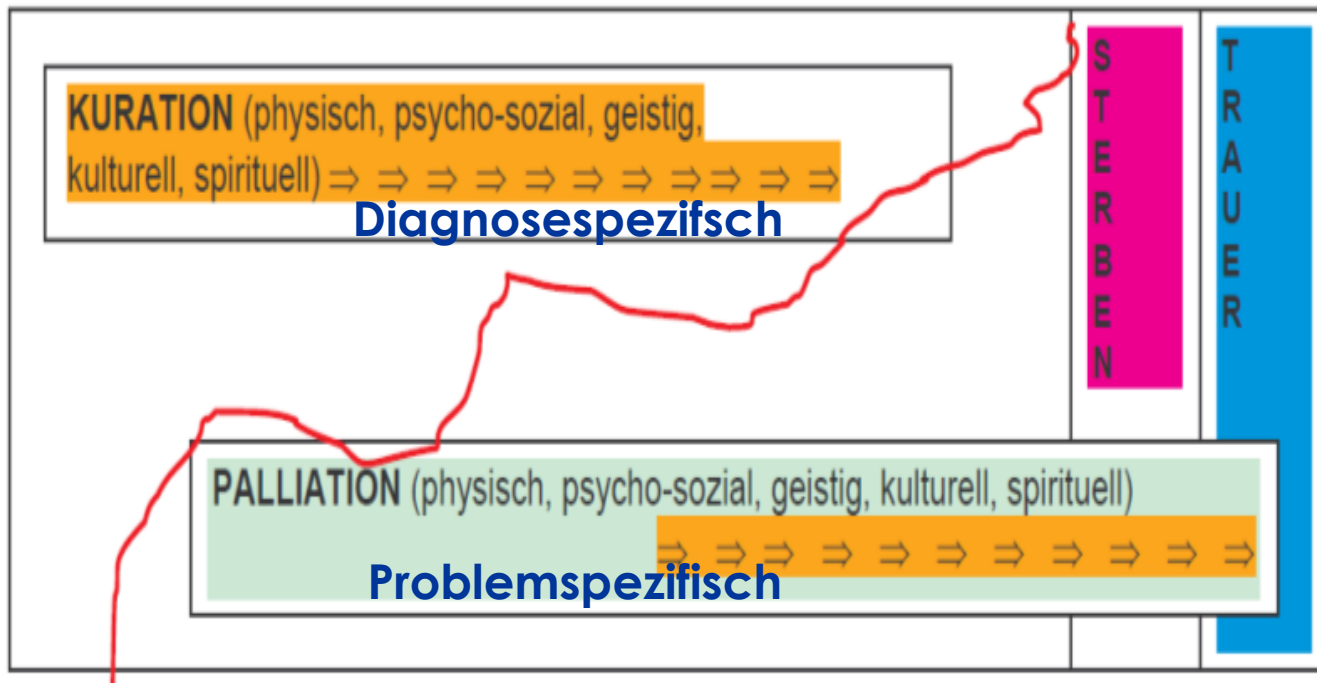
# Palliative Care

---

Was ist Palliative Care und wann beginnt es?

- Dem Leben nicht mehr Tage geben, sondern den Tagen mehr Leben (Cicely Saunders)
- «Palliative Care beginnt, wenn vom Ansatz des Kampfes gegen die Krankheit zum Ansatz des Lebens mit der Krankheit gewechselt wird» (Roland Kunz Palliativmediziner)

# Palliative Care Verständnis



Graphik: C. Knipping 2007©

# Sterben zu Hause mit Palliative Care

---



Vier Punkte um die Lebensqualität des Betroffenen und seiner Angehörigen zu fördern

- Symptommanagement (häufige Beschwerden)
- Entscheidungsfindung
- Netzwerk
- Support

# Belastungsfaktoren pflegender Angehöriger

1 Müdigkeit/Überlastung

2 Alleingelassensein  
Unverstandensein

3 Trauer, Schmerz, Zukunftsängste

4 Hilf- und Machtlosigkeit

5 Fremdbestimmung

Eine Person, mit  
der man über die  
Sorgen und  
Ängste reden kann

Entlastung

Spirituelle Stütze, mit  
jemandem über das  
Sterben und die  
Krankheit reden  
können; auf den Tod  
vorbereitet sein

Jemanden  
haben, der sich  
mit den diversen  
Finanzierungs-  
instrumenten  
auskennt

Eine Fachperson  
anrufen können, wenn  
es schwierig wird –  
insb. in der Nacht und  
am Wochenende

Mehr Information  
haben über all die  
verschiedenen Dienste;  
Nachhilfe bekommen  
beim richtigen Pflegen

Sottas, B. et al. 2015. National Research Programme NFP 67

## ...und das Positive?

---

- Obwohl die Pflege zu Hause schwierig und aufreibend war, sagen die pflegenden Angehörigen, sie seien dankbar für diese Zeit und die bereichernde Erfahrung. Sie bereuen ihren Entscheid nicht.

Sottas, B. et al. 2015. National Research Programme NFP 67





- Was passiert, wenn sich gesunde Menschen mit dem eigenen Tod beschäftigen?

# Sensibilisierungsfragen

- Was passiert mit ihnen, wenn Sie über das Sterben nachdenken?
- Wie und wo möchten Sie sterben?
- Stellen Sie sich vor, Sie bekämen die Diagnose einer unheilbaren Krankheit. Wo würden Sie Prioritäten setzen, was möchten Sie unbedingt noch tun, erleben?
- Wie können Sie sich als pflegende Angehörige eines schwer kranken Menschen entlasten?



---

# Fragen

