

«Niemand will alleine sterben»



Spricht über Palliative Care: Heidi Hanselmann auf dem Bärenplatz. (Bild: Simone Buff)

Mit 18 000 Arbeitsstunden pro Jahr setzen sich Menschen bei der Interessengemeinschaft Freiwillige Palliative Care für schwerkranke und sterbende Menschen ein. Bei einer Kundgebung dankte ihnen Regierungsrätin Heidi Hanselmann.

SIMONE BUFF

Palliative Care nennt sich die Pflege und Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen. Oftmals geschieht dieses Umsorgen unbezahlt und auf freiwilliger Basis. «Die Freiwilligen schenken der Person dabei ihre Zeit und Mitmenschlichkeit», sagt Claudia Buess-Willi, die Leiterin der ostschweizerischen Interessengemeinschaft für Freiwillige Palliative Care. Im Rahmen des europäischen Jahres für Freiwilligenarbeit tagte die Interessengemeinschaft dieses Wochenende im Zentrum St. Mangen.

Arbeit im Verborgenen

Bei einem Rundgang durch die Stadt wurde am Nachmittag die Öffentlichkeit auf den Dienst aufmerksam gemacht. 150 Freiwillige zogen, in Anlehnung an die Farben der Palliative Care, mit blauen Schirmen und orangen Tüchern durch die Stadt. Dabei verteilten sie Schlüsselanhänger mit Informationen über den Dienst an Passanten. «Wir wollen die Menschen auf eine Arbeit aufmerksam machen, die meist im Verborgenen geschieht und von der oft zu wenig Kenntnis genommen wird», sagte Buess-Willi. Der Dienst solle bekannter gemacht werden, da er wichtig sei. Auch, wenn man dabei unter Umständen nichts anderes tue, als einem Menschen Gesellschaft zu leisten. «Viele beschäftigen am Ende ihres Lebens Sinnfragen», sagte Buess-Willi. Diese auszusprechen, falle nicht leicht. So helfe es, wenn jemand sich Zeit nehme, zuzuhören. An der Kundgebung

sprach auch Regierungsrätin Heidi Hanselmann. Sie betonte die Wichtigkeit der palliativen Betreuung: Unter dem Motto «Lebensqualität stärkt unsere Stärken und schwächt unsere Schwächen» gehe es bei dieser vor allem darum, den Patienten Lebensfreude und Lebensqualität zu vermitteln. «Ausserdem will niemand alleine sterben.»

Wichtig sei in der Palliative Care ein entsprechend strukturiertes Angebot – zu der neben bezahlten Dienstleistungen auch die Freiwilligenarbeit «als wertvoller Teil des Versorgungssystems» gehöre. Am Schluss ihrer Rede dankte Hanselmann allen, «die diese unscheinbare Arbeit von grosser Wirkung im stillen leisten.»

Wertvolle Freiwillige

Insgesamt 27 Hospizgruppen mit 200 bis 250 Freiwilligen sind gemäss Buess-Willi in der Ostschweiz tätig. Diese leisteten 18 000 Stunden Freiwilligenarbeit im Jahr. «Das entspricht etwa einer Wertschätzung von einer halben Million Franken.» Zum Vergleich: Im Kanton St. Gallen wird Freiwilligenarbeit im Umfang von 10 411 Stunden geleistet, dies entspricht etwa 300 000 Franken.

Palliative Care

ist die medizinische und pflegerische Versorgung sowie die seelsorgerische Begleitung von unheilbar kranken Menschen. Sie beinhaltet alle Massnahmen, die deren Leiden lindern. Das Lateinische «palliare» bedeutet mit einem Mantel decken, schützen und lindern. Die Palliative Care Ostschweiz ist eine Sektion der Palliative Care Schweiz und umfasst St. Gallen, Thurgau, die beiden Appenzell, Glarus und Liechtenstein. Angegliedert ist die Interessengemeinschaft der Freiwilligen Palliative Care. (svb)

Exponiert

Wie wenn jeder Tag der letzte wäre



Lebensbegleitung bis zum Tod: Claudia Buess-Willi setzt sich für Palliative Care Ostschweiz ein. (Bild: Stefan Beusch)

«Die Arbeit mit unheilbar Kranken und Sterbenden hat mein Bewusstsein verändert», sagt Claudia Buess-Willi über ihren Einsatz bei Palliative Care Ostschweiz. «Ich weiss nicht, wann ich sterbe; deshalb verschiebe ich nichts auf morgen», lautet ihr Grundsatz, dem sie täglich nachlebt.

Die Endlichkeit des Lebens

Das englische Wort palliative bedeutet lindernd. Ziel dieser Pflege, Medizin und Betreuung ist es, die Lebensqualität schwerkranker und sterbender Menschen und deren Angehörigen zu verbessern. Die Grundhaltung dabei ist, die Endlichkeit des Lebens zu akzeptieren, erklärt Buess. Eine künstliche Verlängerung des Lebens und aktive Sterbehilfen würden abgelehnt.

Claudia Buess-Willi engagiert sich seit über zwölf Jahren für Palliative Care, einerseits als Pflegefachfrau im Palliativzentrum des Kantonsspitals St. Gallen, andererseits als Leiterin der Interessengemeinschaft Freiwillige Palliative Care. «Mir gefällt der ganzheitliche Aspekt, es werden spirituelle, soziale und körperliche Aspekte berücksichtigt», sagt sie. Der Patient und seine Bedürfnisse stehen im Mittelpunkt – nicht die Diagnose. Zudem schätzt sie die Arbeit im grossen Team.

Etwa 200 bis 250 Ostschweizerinnen und Ostschweizer sind als Freiwillige für Palliative Care in der Region tätig. Doch: «Nur wenige wissen überhaupt, dass wir existieren», sagt Buess-Willi. Deshalb hat die IG Freiwillige Palliative Care gestern eine Tagung für Freiwillige in St. Gallen organisiert. Mit einem Spaziergang und einer Kundgebung wurde auch die Öffentlichkeit für die wichtige Arbeit sensibilisiert.

Ein guter Ausgleich ist wichtig

«Man muss das Leben geniessen», lautet ein weiterer Grundsatz von Claudia Buess-Willi. Und das macht sie – ein Blick in ihr Wohnzimmer beweist es: Ein Schaukelstuhl, viele Bücher mit Blick in ihren grünen Garten mit üppigen Pflanzen, reifen Früchten und Liegestühlen. Ihre Freizeit sei ihr sehr wichtig, das Wochenende heilig. Sie geht wandern, arbeitet im Garten oder spielt auf ihrer Querflöte.

«Das war auch schon anders, ich habe früher zu viel gearbeitet», sagt sie. Dann habe sie ihr Pensum verringert. Da zwei ihrer drei erwachsenen Kinder mittlerweile einem Studium nachgehen, müsse sie heute wieder etwas mehr arbeiten. «Momentan passt für mich aber alles», sagt sie. Denn die Arbeit mit Sterbenden sei eine Herzensangelegenheit. «Mit wenig Aufwand kann man viel geben und erreichen», sagt sie. Und spricht von Normalität für Patienten und Entlastung für Angehörige. Durch die schwierigen Schicksale, mit denen sie konfrontiert werde, brauche sie einen guten Ausgleich: «Diesen erhalte ich von meinem wunderbaren Team.»

Offene Wünsche erfüllen

Der Umgang mit den unheilbar Kranken zwingt die Pflegenden dazu, sich mit der eigenen Endlichkeit, dem eigenen Tod auseinanderzusetzen. Das sei für viele Leute ein Tabuthema. «Für mich ist der Tod ein Übergang, wie auch die Geburt einer ist.», sagt sie. Aus ihrer täglichen Arbeit weiss sie: die meisten Menschen haben keine Angst vor dem Tod, sondern vor dem Sterben.

Eine frühzeitige Beendigung des Lebens kommt für sie nicht in Frage. «Man kann mit jeder Herausforderung wachsen», begründet sie, wünscht sich aber von professionellen Leuten betreut zu werden und vertraute Menschen um sich zu haben, wenn es bei ihr denn so weit ist. «Viele der Sterbenden wollen sich noch einen letzten Wunsch erfüllen oder etwas Aufgeschobenes erledigen», erzählt die Pflegefachfrau; etwa Bürden des Glaubens überwinden, sich mit Ex-Partnern oder Kindern treffen oder über den Sinn des Leben nachdenken oder sprechen. «Es lohnt sich, sich früh mit dem Sterben auseinanderzusetzen», sagt sie. Was sie zu einem weiteren Grundsatz führt: «Immer im Hier und Jetzt leben.»

Kathrin Reimann