



Sterbende Menschen brauchen Berührung und Zuneigung. Bild: zvg.

Die Menschen werden immer älter: Palliative Care gewinnt an Bedeutung

Lebensqualität bis zum Schluss erhalten

Menschen, die an einer unheilbaren Krankheit leiden und sterben werden, sollen bis zum Schluss möglichst beschwerdefrei leben. «Wir versuchen in der Palliative Care, die bestmögliche Lebensqualität zu gewährleisten», sagt Alke Titze, Palliativmedizinerin. Wichtig sei, die Angehörigen in den Sterbeprozess zu integrieren.

Text: Rita Bolt, Gossau

Der Tod gehört zum Leben. Das sagt sich so leicht. Sterben und Tod sind in unserer Gesellschaft immer noch Tabuthemen. Viele möchten nicht über das Sterben reden, weder mit einem Arzt und schon gar nicht mit einem Menschen, der unheilbar

krank ist. Tatsache ist aber, wer die Diagnose «unheilbar krank» erhält, der braucht in den letzten Wochen oder Tagen des Lebens Begleitung und die Nähe von Angehörigen. «Sterbende Menschen brauchen Berührungen und Zuneigung», sagt Alke Titze, Oberärztin im Palliativzentrum St. Gallen und leitende Ärztin im Hospiz St. Gallen. Das sei wichtig für den Abschiedsprozess, für das Loslassen und das Trauern der Hinterbliebenen.

Begleitung in den Tod

«Wir versuchen in der Palliative Care, den unheilbar kranken Menschen die bestmögliche Lebensqualität bis zum Schluss zu gewährleisten und die Angehörigen miteinzubeziehen», sagt die 43-Jährige. Sie

bringt langjährige Erfahrung im stationären Bereich mit: Sie hat auf den Palliativabteilungen in den Spitälern Flawil und St. Gallen gearbeitet und ist jetzt im Palliativzentrum St. Gallen in einem Teilpensum tätig. «Ich wünsche mir, dass die Palliative Care noch mehr ins Bewusstsein der Menschen rückt», sagt sie. Es ist eine ganzheitliche Begleitung der Betroffenen und der Angehörigen. In der Palliative Care gehe es nicht nur um medizinische Belange, sondern um die Begleitung auf dem letzten Weg. Der Mensch wird individuell betreut. «Man darf bei der Arbeit in sehr private und persönliche Bereiche schauen und mit diesen arbeiten», sagt Titze. «Dafür bin ich dankbar und das macht die Arbeit für mich spannend und berei-



Das Hospiz an der Waldstrasse 3 in St. Gallen.

Bild: Miranda Outon

chernd. Ich bin eng mit dem Patienten und den Angehörigen verbunden.»

Zu Hause sterben

Die Palliative Care hat in den vergangenen Jahren weiter an Bedeutung gewonnen, weil die Menschen immer älter werden. Die Palliativabteilungen in den Spitälern können Schwerstkranke nur so lange betreuen, wie der Patient ärztliches Know-how braucht. Wenn dies nicht mehr gegeben ist, muss eine Anschlusslösung gefunden werden. «Viele Menschen wollen in ihren eigenen vier Wänden

sterben», weiss die Ärztin aus Erfahrung. Das ist keine leichte Aufgabe für die Angehörigen. Sie bekommen beispielsweise Unterstützung vom Palliativen Brückendienst Ostschweiz: Das ist ein ambulanter, spezialisierter Beratungsdienst für palliative Betreuung zu Hause und ein Ergänzungsangebot zur Grundversorgung durch die Spitex und die Hausärzte. Der Brückendienst hilft mit, die Pflegequalität bezüglich Symptomkontrolle zu verbessern und Sicherheit für alle Beteiligten zu vermitteln.

«Falls die Situation zu Hause zunehmend komplexer wird und das Be-

treuungsnetz diese Situation nicht mehr stemmen kann, kann die weitere Betreuung in einem Hospiz erfolgen», erklärt die Palliativmedizinerin. Ein direkter Übertritt vom Spital ins Hospiz sei ebenfalls möglich, wenn die Situation des Patienten so sei, dass er in einem Pflegeheim nicht ausreichend versorgt werden könne.

Wohngemeinschaft auf Zeit

Im Februar 2018 hat das Hospiz an der Waldstrasse 3 in St. Gallen den Betrieb aufgenommen. Das Hospiz wird von beiden Landeskirchen finanziell unterstützt, ebenso wie von Kantonen, Gemeinden, Krankenkassen und privaten Spendern. Im Hospiz verbringen schwerstkranke Menschen ihre letzten Tage oder Wochen und werden in familiärer Atmosphäre auf ihrem letzten Weg begleitet. Ein Zuhause auf Zeit. Eine Zeit, in der das Thema «Selbstbestimmung» grosse Bedeutung hat.

Im Hospiz ist eine 24-Stunden-Pflege gewährleistet. «Uns ist eine ganzheitliche Pflege wichtig. Das heisst, es werden nicht nur Medikamentenlisten besprochen, sondern auch pflegerische oder seelsorgerische Wünsche erfasst», sagt Daniela Palacio, Leiterin Pflege. «Wir stehen beratend zur Seite und versuchen, die Betroffenen und deren Angehörige darin zu stärken, sich mit den eigenen Bedürfnissen auseinanderzusetzen und dafür einzustehen.» Solange es der körperliche Zustand zulasse, würden im Gespräch Belastungen – körperliche, seelische, soziale, spirituelle – offen thematisiert. Gemeinsam werde zudem besprochen, welche Massnahmen zur Linderung der Beschwerden ergriffen werden könnten und was es dazu braucht. Wenn das Gespräch mit dem Bewohnenden nicht mehr möglich ist, werden Angehörige und eine allfällige Patientenver-



Im Hospiz sind sieben Einzelzimmer eingerichtet.

Bild: Rita Bolt



Alke Titze, Oberärztin mbF im Palliativzentrum St. Gallen.

Bild: zVg.

fügung einbezogen. Dies mit dem Ziel, stets möglichst im Sinne des Sterbenden zu entscheiden.

Keine festen Strukturen

Im St. Galler Hospiz sind sieben Betten eingerichtet. «Wir sind hier an

keine festen Strukturen gebunden», sagt die Leiterin Pflege. Die Bewohner bestimmen selbst, wie sie den Tag verbringen wollen. Sie können aufstehen, wann sie wollen, essen, wann sie Hunger haben, in den Garten sitzen, wenn sie wollen. «Das Hospiz ist eine wertvolle Einrichtung», sagt Alke Titze. Wer ins Hospiz eintritt, weiss, dass es die letzte Station seines Lebens ist. Es geht nicht mehr um lebensverlängernde Massnahmen, sondern um gute Lebensqualität und fürsorgliche Begleitung bis zum Tod.

Alke Titze hat die ärztliche Leitung des Hospizes St. Gallen inne. Die Hauptverantwortung liegt aber bei der Pflege, die Ärztin geht einmal in der Woche auf Visite ins Hospiz. Sie macht sich ein Bild davon, wo der Bewohner steht, ob die Angehörigen Unterstützung brauchen, ob alles geregelt ist. Alle diese Massnahmen sind Teil der Palliative Care.

Angemessen behandeln

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert Palliative Care so: Palliative Care entspricht einer Haltung und Behandlung, welche die Lebensqualität von Patienten und ihren Angehörigen verbessern soll, wenn eine lebensbedrohliche Krankheit vorliegt. Sie erreicht dies, indem sie Schmerzen und andere physische, psychosoziale und spirituelle Probleme frühzeitig und aktiv sucht, immer wieder erfasst und angemessen behandelt.

rb.

NOTIZ

«10 chliini Puurechind»

Zehn Kinder wirbeln in der Tracht des Toggenburgs durch den Alltag, und mit jedem Abenteuer verabschiedet sich eines von ihnen – «jetz sind s halt noo no



nüü». In lustigen Zeichnungen zeigt **Judith Giger** das Leben der Bauernkinder. Selbst auf einem Bauernhof in Ebnat-Kappel aufgewachsen, ist sie mit Land, Leuten und den Traditionen des Toggenburgs bestens vertraut.

«10 chliini Puurechind» ist ein methodisch-didaktisches Erzählbuch in Dialekt und Reimform. Es richtet sich an Kinder im Vorschulalter und ist im Toggenburger Verlag erschienen.

Die Kindergeschichte kann auch in Liedform vorgetragen werden. Die zugehörige Melodie findet sich im Notenblatt ganz hinten im Buch.

pd./red.

Verlagshaus Schwollbrunn, ISBN 978-3-908166-92-4

Verlosung

«Bäuerin heute» verlost ein Buch «10 chliini Puurechind». Teilnahme per E-Mail an redaktion@bauern-sg.ch oder per Post an Redaktion «St. Galler Bauer», Magdenauerstr. 2, 9230 Flawil, Stichwort «10 Puurechind». Einsendeschluss ist am Sonntag, 15. November.