Palliative Care

INFORMATIONBROSCHÜRE FÜR ANGEHÖRIGE

Abteilung Palliative Care
Mobiler Palliativdienst Oberwallis
Spitalzentrum Oberwallis (SZO)
INHALT

Einleitung ........................................................................................................................................4

Veränderungen durch die Krankheit ..........................................................................................6
Vermindertes Bedürfnis nach Essen und Trinken .................................................................8
Fatigue .........................................................................................................................................9
Ärger und Wut .................................................................................................................10
Fehlende Orientierung und Verwirrtheit .............................................................................12

Wenn das Sterben zur Gewissheit wird ..............................................................................14
Veränderung der Atmung .......................................................................................................15
Bewegung ................................................................................................................................15
Vermindertes Bedürfnis nach Essen und Trinken .............................................................16
Unruhe ......................................................................................................................................17
Bewusstlosigkeit .....................................................................................................................18
Weitere Veränderungen ..........................................................................................................18
Unterstützung von Kindern und Jugendlichen ..................................................................19

Überlastung – Eigene Grenzen erkennen ..........................................................................20

Adresse und Kontakt ..............................................................................................................24
LIEBE ANGEHÖRIGE


Diese Broschüre soll Ihnen, liebe Angehörige, zur Unterstützung und Information sowie als Ergänzung zum persönlichen Gespräch dienen.

Gerne nehmen wir uns Zeit, mit Ihnen über Ihre Bedürfnisse und persönlichen Anliegen zu sprechen.

Team Kompetenzpol Palliative Care
„Warte nicht auf grosse Wunder, sonst verpasst du viele kleine. „

Unbekannt
VERÄNDERUNGEN DURCH DIE KRANKHEIT

Der schwerkranke Mensch verändert sich durch die Erkrankung und in der Zeit des Sterbens nicht nur äußerlich, sondern auch in seiner geistigen und seelischen Verfassung.

Die Veränderungen durch die Krankheit selbst, aber auch bestimmte Zeichen in der Zeit des Sterbens, sind sehr vielfältig. Sie treffen oft eine veränderte Person an und können sich dadurch hilflos im Umgang mit ihr fühlen.

Es kann sein, dass bei Ihrem Angehörigen mehrere der unten beschriebenen Veränderungen auftreten, vielleicht aber auch nur wenige oder gar keine:

- Vermindertes Bedürfnis nach Essen und Trinken

- Fatigue

- Ärger und Wut

- Fehlende Orientierung und Verwirrtheit
Vermindertes Bedürfnis nach Essen und Trinken

Essen und Trinken verbinden wir mit Leben. Sie sind Ausdruck von Fürsorge und Pflege gegenüber unseren Nächsten. Wenn die Energie durch die Nahrungsaufnahme vom Körper nicht mehr benötigt wird, kann das für Sie als Angehörige ein Gefühl der Hilflosigkeit auslösen.

Der schwerkranke Mensch isst und trinkt nur noch sehr wenig oder gar nichts mehr. Ihm schmeckt einfach nichts mehr, selbst seine Lieblingsgerichte nicht. Dies ist ein völlig normaler Prozess.

Wichtig ist, den Betroffenen nicht unter Druck zu setzen und selbst bestimmen zu lassen, wann und wie viel er essen möchte.
Fatigue

Der betroffene Mensch verfügt über immer weniger körperliche Energie. Er zieht sich mehr und mehr von der Außenwelt zurück, schläft oder ruht viel.

Es handelt sich dabei um eine Form von Müdigkeit und Erschöpfung, die nicht durch körperliche Belastungen ausgelöst wird und die sich auch nicht durch Erholung wesentlich verbessern kann.

Lassen Sie einerseits die Müdigkeit zu, unterstützen Sie Ihren Angehörigen aber dennoch bei Aktivitäten, wie beispielsweise Spazieren an der frischen Luft oder leichten Bewegungen im Bett oder auf einem Stuhl. Mehrere Sitzgelegenheiten in der Wohnung, Hilfsmittel wie ein Rollstuhl, Haltegriffe im Bad oder eine Toilettenerhöhung können unterstützend und entlastend wirken.

Im Mittelpunkt soll immer das Wohlbefinden des Patienten stehen. Fragen Sie ihn nach seinen Bedürfnissen.
Ärger und Wut

Eine unheilbare Krankheit und die Konfrontation mit der Endlichkeit des Lebens wirken sehr bedrohend und können eine zutiefst ohnmächtige Wut hervorufen. Das Ausbrechen von Ärger und Wut kann verschiedene Bedeutungen haben. Bereits die Tatsache, dass die Krankheit besteht und die Gewissheit, diese Situation nicht verändern zu können, kann Aggressionen auslösen.

Das Empfinden von Ärger und Wut gegen sich selbst und gegenüber Gegenständen und Personen, die vor der Erkrankung bedeutend waren, kommt häufig vor. Nicht selten richtet sich die Wut gegen die nahestehenden Bezugspersonen.

Wichtig ist, mögliche Aggressionen nicht persönlich, sondern als Ausdruck einer besonderen Lage zu sehen, in der sich der betroffene Mensch befindet. Gefühle, die durch den möglichen Tod ausgelöst werden, erlebt der betroffene Mensch anders als seine Angehörigen.

Die Auseinandersetzung mit dem eigenen Tod ist vielleicht die schwierigste Aufgabe unseres Lebens.
Fehlende Orientierung und Verwirrtheit

Die zeitliche und örtliche Orientierung kann sich im Verlauf der Krankheit verändern und Phasen der Verwirrtheit können immer wieder auftreten.


Versuchen Sie Anteil daran zu nehmen, indem Sie zuhören oder nach der Bedeutung von Angesprochenem fragen.
WENN DAS STERBEN ZUR GEWISSHEIT WIRD

Der Weg des Sterbens ist für jeden Menschen unterschiedlich. Es gibt spezifische Zeichen oder Veränderungen, die darauf hinweisen, dass dieser Weg begonnen hat:
Veränderung der Atmung

Viele Menschen, die unter einer erschwerten Atmung leiden, haben Angst, am Ende ersticken zu müssen. Die Körperfunktionen sind jedoch gegen das Lebensende so eingeschränkt, dass nur noch wenig Sauerstoff benötigt wird.

Das Gefühl der Atemnot kann mit einer leichten Oberkörperhochlagerung gemildert werden. Die Gewissheit, dass jemand in der Nähe ist, kann für den sterbenden Menschen nicht nur beruhigend sein, sondern auch helfen, die Atemnot zu mildern.


Bewegung

Der Sterbende hat keine Kraft mehr, sich aus eigener Kraft zu bewegen und seine Lage zu verändern. Um ihn nicht zusätzlich zu belasten, reichen oft schon minime kleinere Veränderungen der Lagerung aus. Wirkt er nach dem Positionswechsel ruhig und entspannt, können Sie davon ausgehen, dass die Lage bequem für ihn ist.
Vermindertes Bedürfnis nach Essen und Trinken

Unruhe

Bewusstlosigkeit

Manche Menschen sind in den letzten Tagen bewusstlos und scheinen gar nicht mehr ansprechbar zu sein. Auch wenn wir nicht wissen, was ein Mensch in dieser Zeit noch wahrnimmt, sprechen und handeln Sie in seiner Gegenwart, wie wenn er bei Bewusstsein wäre. Wenn Sie noch etwas mitteilen möchten, sagen Sie es ihm ruhig. Es ist keinesfalls zu spät um „Ich liebe dich“ oder „Es tut mir leid“ zu sagen.

Weitere Veränderungen

Unterstützung von Kindern und Jugendlichen

ÜBERLASTUNG – EIGENE GRENZEN ERKENNEN

Im Vordergrund steht für Sie als Angehörige die Sorge um den kranken Menschen sowie die Auseinandersetzung mit der Erkrankung selbst. Bereits die Situation, in welcher sich der Erkrankte befindet, ist belastend. Sie sind als Angehörige eine wesentliche Stütze für den erkrankten Menschen und die Zeit der Begleitung kann eine grosse Herausforderung darstellen.

Diese Aufgabe ist häufig schwierig, ungewohnt und führt manchmal zu Verunsicherung, Ängsten und einem Gefühl von Überforderung. Auch wenn Sie spüren, mehr Kraft zu haben als Sie sich je vorgestellt haben, kommen Sie doch körperlich und psychisch immer wieder an Grenzen Ihrer Belastbarkeit.

Ängste sind in einer so schwer belastenden Situation normal. Zum Beispiel die Angst, die nahestehende Person leiden zu sehen und nichts dagegen tun zu können oder die Angst, diese Person zu verlieren. Auch kann die Ungewissheit, was noch alles auf einen zu kommt, Angst auslösen.
Nicht nur psychische Belastungen treten auf, sondern auch Belastungen, die das alltägliche Leben betreffen. Durch die Rollenveränderung, müssen Sie als Angehörige vermehrt Verantwortung übernehmen und ihr Alltag verändert sich unweigerlich.


Als Angehörige versuchen Sie die Krankheit so gut wie möglich zu verstehen und Sie stellen Fragen, damit die Situation für Sie fassbarer wird. Häufig ist das Hauptanliegen in dieser Zeit, herauszufinden, wie der erkrankte Mensch bestmöglich betreut werden könnte.

Haben Sie den Mut, um Unterstützung zu bitten. Sorgen Sie auch dafür, dass Sie das eigene Essen und Trinken sowie das Ausruhen nicht vergessen. Und scheuen Sie sich nicht, nach psychologischer und/oder seelsorgerischer Betreuung zu fragen, für den schwerkranken Menschen und sich selbst.
ADRESSE UND KONTAKT

Spital Wallis – Spitalzentrum Oberwallis
Spital Brig
Überlandstrasse 14
3900 Brig

Abteilung Palliative Care
+ 41 (0) 27 604 37 05 / szo.palliativ.2sued@hopitalvs.ch

Mobiler Palliativdienst Oberwallis
+ 41 (0) 27 604 37 00 / szo.palliativ.ambulant@hopitalvs.ch

Informationen zu den verwendeten Quellen können auf der Palliativabteilung bezogen werden.

Bildquellen: Adobe Bilddatenbank Spital Wallis / © Blötzer Jennifer