

Sonnenblume



Tiroler Hospiz
Gemeinschaft





Abschied nehmen mitten im Leben



Immer wieder habe ich mich damit beschäftigt, dass es vor dem „letzten großen Abschied“ notwendig ist, sich dem Abschied-Nehmen, mitten im Leben, zu stellen. Nach 20 Jahren „Hospizarbeit“ ist jetzt die Zeit gekommen, mich bewusst zurück-zuziehen und meine Funktion als Vorsitzende der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft weiterzugeben an meine Nachfolgerin Dr. Elisabeth Zanon. Ich glaube, dass es jedem Unternehmen gut tut, wenn neue Energie in eine Organisation fließt und dadurch verschiedene Perspektiven entstehen dürfen und können.

Den Grundanliegen treu geblieben

Die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft hat sich in den letzten Jahren in ganz Tirol stark entwickelt und ist dabei immer ihrem Grundanliegen treu geblieben. Im Vordergrund stehen der schwer kranke, sterbende Mensch und seine Angehörigen.

Rettungsanker in schweren Situationen

Es gab in den letzten Jahren ein starkes Wachstum nach innen und

außen. Unsere Hospiz- und Palliativstation, eng verwoben mit der mobilen palliativen Betreuung und dem ehrenamtlichem Engagement in ganz Tirol, wurde für viele Menschen zum Rettungsanker in schweren Lebenssituationen.

Not lässt sich nie katalogisieren oder mit Leistungspunkten alleine bewerten. Dazu braucht es Toleranz und Visionen, um auch zukünftig eine umfassende hospizliche Arbeit zu ermöglichen. Wir wünschen uns, dass unser Tun weiterhin von politischer Seite mitbedacht wird. Die Unterstützung von unseren Förderern und Kooperationspartnern ist weiterhin wichtig und notwendig. Für die bisherige Zusammenarbeit bedanke ich mich von ganzem Herzen!

Eine unabhängige Bürgerbewegung

Von Anfang an bemühten wir uns um einen schlanken Verwaltungsapparat und eine von politischen Interessen unabhängige Bürgerbewegung. Unsere ehrenamtlichen Wurzeln haben wir nie außer Acht gelassen. Die Eckpfeiler unserer Arbeit waren immer Loyalität, Bescheidenheit, Kommunikationsfreude, Respekt, Fürsorge und Achtsamkeit. Ich weiß, dass

auch für meine Nachfolgerin diese menschlichen Werte in unserer Gesellschaft wichtig und tragend sind.

Loslassen ein Wandlungsprozess

Loslassen ist immer ein mehr oder weniger schmerzvoller Wandlungsprozess, der mich aber auch mit Dankbarkeit und Freude auf das Vergangene zurück blicken lässt. Es gab viele wertvolle Begegnungen mit Menschen im Zusammenhang mit meiner Arbeit. So manche Herausforderung ist mir dabei nicht erspart geblieben und hat mich gestärkt. Hospiz als Lebenshaltung ist ein Teil von mir geworden.

Elisabeth Zanon schätze ich als Menschen mit Lebensfreude, Disziplin, Kraft und Ehrlichkeit. Sie wird mit ihrem Engagement und mit dem Hintergrund ihrer persönlichen Erfahrungen mit Sicherheit beste Arbeit im Sinne der Hospizbewegung leisten.
Danke und viel Glück!

Marina Baldauf



Kommen heißt gehen (Manfred Hinrich).



Jeder Mensch macht im Laufe seines Lebens Erfahrungen mit dem Sterben von lieben Angehörigen, Freunden und Bekannten. Sie haben auch mich geprägt, meine Gedanken über den eigenen Tod, meine Vorstellungen von einem würdevollen, „erfüllenden“ Sterben.

Kann das Sterben standardisiert werden?

Unsere Gesellschaft ist geradezu konditioniert auf den Wunsch nach Professionalität in allen Lebensbereichen, nach Qualitätsstandards, die den höchsten Ansprüchen gerecht werden sollen. Grundsätzlich ist dagegen nichts einzuwenden, aber kann diese Vorstellung im Zusammenhang mit dem Sterben genügen? Kann das Sterben standardisiert werden?

Letzte Freiheit vor dem Weg ins Unbekannte

Diese Form der „Standardisierung“ muss auf das Notwendige beschränkt bleiben! Wir brauchen ein Maximum an Raum für die Bedürfnisse der Sterbenden. Eine letzte spürbare Freiheit vor dem Weg ins Unbekannte. Dies

zu ermöglichen ist Aufgabe einer Gesellschaft, in der das menschliche Leben ebenso respektvoll behandelt wird, wie das Sterben.

Allein-sein zulassen, Gesellschaft mit jenen Menschen ermöglichen, die einem lieb sind, Dinge und Aktivitäten erleben, die das Leben immer bereicherten: jede Lebensgeschichte ist anders und so auch jede Geschichte des Sterbens.

Jeder Mensch möchte seine letzte Zeit individuell nach seinen Wünschen und Sehnsüchten verbringen. Nicht immer ist es den Betroffenen möglich, dies noch auszudrücken. Hier braucht es viel Feingefühl und ein enges Zusammenwirken mit den am nächsten stehenden Menschen. Dies alles zu ermöglichen ist mit Einfühlungsvermögen, Respekt, Verantwortungsbewusstsein und großem persönlichem Engagement verbunden.

Ein Sprachrohr für so viele stille Menschen

Dies war und ist Aufgabe der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft und somit jetzt auch meine. Ich sehe mich auch als Sprachrohr für viele stille Menschen, die nicht mehr in der Lage sind, ihre

Bedürfnisse und Wünsche zu formulieren. Unser Auftrag ist es außerdem die Hospizbewegung in Bewegung zu halten. Das heißt den Anliegen sterbender und schwerkranker Menschen wo immer möglich und notwendig den nötigen Raum zu verschaffen.

Ehre und Verantwortung

Abschließend möchte ich mich im Namen der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft von ganzem Herzen und mit tiefem Respekt für die Arbeit bei der scheidenden Vorsitzenden Marina Baldauf **bedanken.**

Sie hat beispiellos und mit unermüdlichem Einsatz für die Anliegen der Hospizbewegung gekämpft, gearbeitet und Erfolge erzielt. Mir ist bewusst, welche Ehre und Verantwortung es ist, in ihre Fußstapfen zu treten und in ihrem und damit im Sinne der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft mit Freude und Energie weiterzuarbeiten.

Elisabeth Zanon
Vorsitzende der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft



Marina Baldauf geht als Vorsitzende der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft. Elisabeth Zanon kommt als neue Vorsitzende.



Ausstellung

Helmuth Tatarotti

Hypo-Bank Tirol, Zentrale, Boznerplatz Innsbruck

Eröffnung

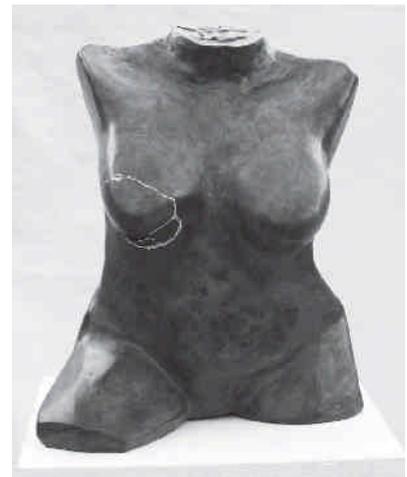
Mittwoch, 22. Februar 2012, 19.00 Uhr

Ausstellungsdauer

Do. 24. Februar bis Di. 13. März

Mo.-Do. 7.45 Uhr bis 16.00 Uhr • Fr. 7.45 Uhr bis 15.00 Uhr

Der Erlös der verkauften Ausstellungstücke kommt zur Hälfte der Arbeit der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft zu Gute.



Besonderer Dank gilt den Familien Holomek und Scherkl.

Dank ihres großen Einsatzes erhält die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft regelmäßig vor Weihnachten einen großzügigen Spendenscheck aus den Einnahmen privat organisierter Benefizveranstaltungen.

Vergelt's Gott für die lange Treue!

Einladung

zum Gedenkgottesdienst

„Wenn etwas uns fortgenommen wird,
womit wir tief und wunderbar zusammenhängen,
so ist viel von uns selber mit fortgenommen.
Gott aber will, dass wir uns wiederfinden,
reicher um alles Verlorene und vermehrt um
jenen unendlichen Schmerz.“

Rainer Maria Rilke

für alle Angehörigen von Verstorbenen auf unserer Hospiz- und Palliativstation und im Mobilien Bereich

Ostermontag 9. April 2012, 18.00 Uhr

Pfarrkirche St. Pirmin,
Radetzkystr, 51, Innsbruck

Welthospiztag

Klang des Lebens



Im vergangenen Oktober wurde der Welthospiztag zum zweiten Mal in den Bezirken außerhalb von Innsbruck gefeiert. Die Hospizgruppen in ganz Tirol von Kufstein bis Elbigenalp stellten ein vielseitiges, buntes Programm mit Künstlerinnen und Künstlern aus der Region zusammen.

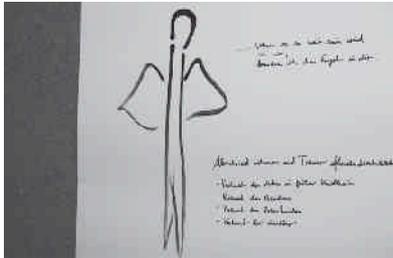
Allen, die daran beteiligt waren, dass der Welthospiztag 2011 zu einem gelungenen, gut besuchten und sehr stimmigen Tag werden konnte, ein herzliches **DANKE SCHÖN!**





Festgefahrenes Aufbrechen

Interprofessioneller Universitätslehrgang Palliative Care in Tirol



„Am schlimmsten war es für mich, wenn ich zu einem sterbenskranken Menschen ins Zimmer gehen musste und einfach nicht wusste, was ich sagen soll. Da wollte ich so schnell raus, wie ich rein gegangen bin,“ erzählt Christian Pyttel. Er ist Diplomkrankenschwester im Krankenhaus Reutte und Teilnehmer beim ersten interprofessionellen Universitätslehrgang Palliative Care in Innsbruck.

Lehrgang für BegleiterInnen sterbender Menschen

Der Lehrgang startete erstmals Frühjahr 2011 und wird von der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft gemeinsam mit dem Institut für Interdisziplinäre Forschung und Fortbildung (Iff) der Universität Klagenfurt organisiert. Schwer Kranke und Sterbende bis zuletzt zu begleiten ist eine große Herausforderung für alle Betreuenden. Vielfach stoßen Betreuende dabei an die Grenzen. Sie sind mit dem Leiden und den existenziellen Ängsten der betroffenen Menschen, mit schwierigen Entscheidungen, aber auch mit Ohnmacht und Sprachlosigkeit konfrontiert.

Das Sterben hatte nichts mit mir zu tun

Christian Pyttel kennt diese Ängste und das Gefühl der Ohnmacht aus

seinem Berufsalltag. „Der Lehrgang hat schon viel in mir verändert“, meint Christian Pyttel. „Bisher hatte das Sterben nichts, oder nicht viel, mit mir zu tun gehabt. Das war halt ‚die Arbeit‘. Im Zuge des Lehrgangs habe ich schon viel über existenzielle Fragen nachgedacht. Was kommt nachher, wie möchte ICH sterben, was könnte MIR dann noch wichtig sein? Das sind jetzt Fragen die mich sehr beschäftigen. Es ist gerade in meinem Beruf wichtig, sich diesen Fragen zu stellen, um anderen auch eine Hilfe sein zu können.“

Der Lehrgang umfasst 160 Stunden mit fachspezifischem Wissen über Palliative Care und intensiver Reflexion über die eigene Berufspraxis. Außerdem absolvieren die TeilnehmerInnen ein Praktikum mit 40 Wochenstunden.

Kleine Veränderung große Wirkung

Aus der Summe der bereits gemachten Erfahrungen ist Christian Pyttel jetzt sehr motiviert, dem Sterben und Abschied-Nehmen im Krankenhausalltag einen würdigeren Platz zu geben. Ein Einzelzimmer für sterbende Menschen, um die Privatsphäre zu schützen, darauf achten, dass letzte Wünsche in Erfüllung gehen können und den Angehörigen mehr Zeit für das Abschied-Nehmen ermöglichen.

„Das sind nur einige Dinge die ich gerne verändern würde. Denn kleine Veränderungen haben oft schon große Wirkung.“



Zuhören und Neues erfahren ...

Erfahrungen austauschen ...



Spüren, wie es ist, Patient/in zu sein ...





Die Freiheit, sich am Kopf zu kratzen



Elisabeth Ziegler-Duregger

Er liegt seit Tagen im Krankenhaus. Das Altersheim, in dem er seit 8 Jahren lebt, hat ihn nach dem zweimaligen Sturz aus dem Bett dorthin überwiesen. Er ist sehr schwach und hält die Augen meist geschlossen. Die Finger sind um die Gitter neben dem Bett gekrampft und eiskalt. Der Atem geht pfeifend und durch den geöffneten Mund. Mit heftigen Kopfbewegungen weist er Wasser und Essen zurück. In regelmäßigen

Abständen drehen die Schwestern den steifen Körper auf die andere Seite. Er bekommt keine Besuche, da die wenigen Verwandten weit weg wohnen und auch nicht wissen, dass er im Krankenhaus liegt. Ein freiwilliger Helfer aus dem Altersheim und ich sind die einzigen, die regelmäßig am Bett sitzen und durch unsere Anwesenheit die Notwendigkeit des Anbindens der Hände an die Gitter für eine kurze Zeit aufheben. Nur dann ist es möglich, dass er sich am Kopf kratzen kann, oder die juckende Nase reibt.

Die selten geöffneten Augen blicken in eine unendliche Ferne

Er hat das starke Bedürfnis sein Hemd auszuziehen und nutzt jede

Befreiung der Hände dazu, sich die Decke von den Beinen zu streifen und an der Windel zu zerren. So lange es geht, liegt er nackt da, bis Schwestern den aussichtslosen Kampf wieder aufnehmen, ihm ein neues Hemd anzuziehen. Das macht ihn sehr zornig und die Rufe dringen bis auf den Gang. Inzwischen liegt er in einem Einzelzimmer. Seine Arme sind von Infusionsnadeln zerstoichen. Auf der Brust klebt ein Pflaster, das die Schmerzen lindern soll. Die nur selten geöffneten Augen blicken in eine unendliche Ferne.

Welche Krankheit wäre die Erlaubnis zum Tod?

Ich versuche den Ärzten und Schwestern zu erklären, dass es meiner



„Wann ist es noch im Sinne des Patienten, ihn mit allen medizinischen Maßnahmen am Leben zu erhalten?“ Elisabeth Ziegler-Duregger



Meinung nach nicht im Sinne des Patienten ist, ihn mit allen medizinischen Möglichkeiten am Leben zu halten.

Da ich nicht verwandt bin kann ich keine Entscheidungen beeinflussen. Das einzige Zugeständnis ist die Versicherung, dass bei Atemstillstand keine Reanimation erfolgen soll, dass aber der ärztliche Eid es verlangt, dass er künstlich ernährt wird und Medikamente erhält. Er soll nicht an einer Lungenentzündung sterben, wird mir versichert.

Ich überlege, welche Krankheit ihm die Erlaubnis zum Tod geben könnte? Ich bekomme große Angst vor ähnlichen Erlebnissen wenn ich krank bin. Wie würde ich mich verhalten, wenn mein eigener Vater dort liegen müsste?

Was könnte beim Sterben helfen?

Inzwischen vergehen die Tage in gleichmäßigem Rhythmus des medizinischen Betriebes. Am heiligen Abend zünde ich eine kleine Kerze an und gebe ihm einen weichen kleinen Weihnachtsengel in die Hand, der sonst am Gestänge über dem Bett befestigt ist. Er streicht mit ihm um sein Kinn und weint, dass die Tränen über die Wangen rinnen.

Am nächsten Tag sehe ich ihm zu, wie er vergeblich versucht, sich aufzurichten. Aus den undeutlichen Worten kann ich heraushören, dass er weg will. Ich versuche ihm zu sagen, dass ich seine Sehnsucht verstehe. Ich weiß einfach nicht, was ihm beim Sterben helfen könnte oder was ihn daran hindert. Sind es die medi-

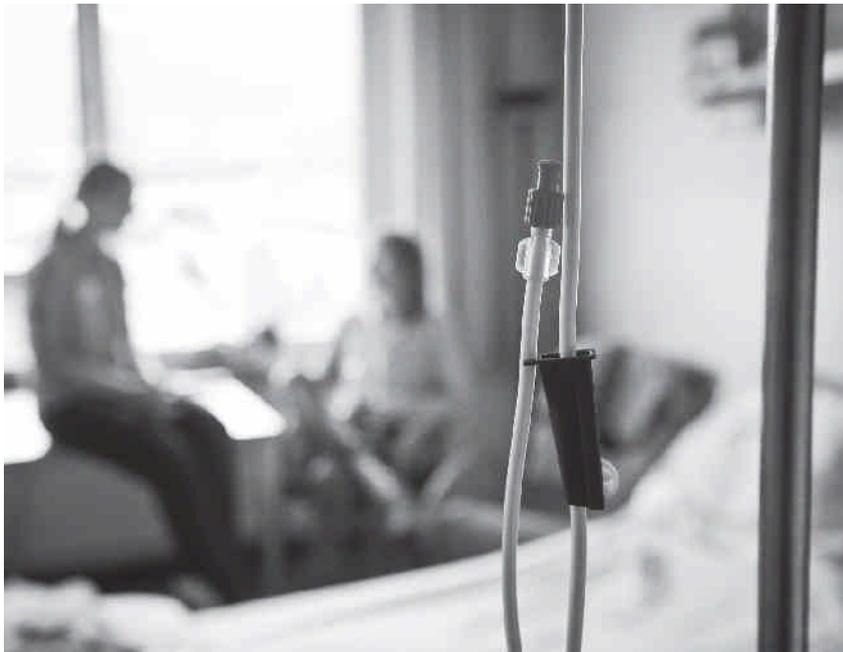
zischen Maßnahmen oder innere Widerstände gegen den Tod?

Ich kann nur am Bett sitzen und ihm für eine Stunde die Freiheit gewähren, sich am Kopf zu kratzen...

Zwei Tage nach Weihnachten werde ich um 6 Uhr morgens vom Krankenhaus verständigt, dass er gerade verstorben ist.

Ich bin so schnell als möglich dort und fühle noch den warmen Körper, **ich bin dankbar dass er nun frei ist, dort zu sein, wo er immer am glücklichsten war** und was er im Altersheim am meisten vermisst hat, seine Alm und den Geruch von Kühen.

Elisabeth Ziegler-Duregger
Leiterin Stadtbücherei Lienz und Autorin





Ihre Menschlichkeit lindert die Einsamkeit

2.600 Tirolerinnen und Tiroler sind fördernde Mitglieder der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft



Niemand möchte in seinen letzten Stunden einsam sein.

Der Atem geht schwer, ein leises Röcheln durchdringt das leere Krankenzimmer, die Sekunden zwischen den Atemzügen werden immer länger. Die Überwachungsgeräte tun ihren Dienst, im Notfall schlagen sie Alarm, damit das Leben weitergeht. Einsamkeit erfüllt den Raum.

Das Pflegebett von Anna steht im Wohnzimmer, dort fühlt sie sich am wohlsten. Josef kümmert sich schon seit vielen Wochen liebevoll um sie. Heute ist Anna unruhig, das Atmen fällt ihr schwer. Am frühen Abend werden ihre Atempausen immer länger. Josef weiß nicht mehr weiter und bekommt Angst. Er ruft beim Mobil-Team an. Nach einem kurzen Gespräch ist klar, dass er Hilfe braucht und nach 15 Minuten läutet es an der Tür. Eine Krankenschwester vom Mobil-Team ist da.

Ein menschliches Sterben

Der Tod hat viele Gesichter. Er kann ein sanftes Entschlafen oder ein letzter verzweifelter Kampf sein. Aber eines ist sicher: Niemand möchte in seinen letzten Stunden einsam sein.

Gemeinsam mit den 2.600 fördernden Mitgliedern und zahlreichen UnterstützerInnen setzt sich die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft dafür ein, dass das Sterben wieder menschlicher wird. Mit moderner (Palliativ-)Medizin, Schmerztherapie, liebevoller Pflege und der Sorge um das Wohl des ganzen Menschen gelingt es oft, ein erfülltes Leben bis zuletzt zu ermöglichen.

Wir sagen „Danke“!

„Immer mehr TirolerInnen teilen unser Anliegen und werden förderndes Mitglied unserer Bewegung“, sagt Werner Mühlböck, Geschäftsführer der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft:

„Diese treue Unterstützung sichert unsere Arbeit nachhaltig ab und lässt mich darauf hoffen, dass wir diese menschliche Herausforderung gemeinsam meistern.“

Dafür möchte ich Ihnen allen von Herzen danken!“

Fördernde Mitgliedschaft

Sterbende und schwer kranke Menschen und ihre Angehörigen dauerhaft unterstützen.

Jetzt förderndes Mitglied mit einem Jahresbeitrag von 40 Euro werden!

Tel.: 0512 / 7270-38

E-Mail: office@hospiz-tirol.at

Hotline

Täglich (auch Sonn- und Feiertags) von 8.00 - 20.00 Uhr für Betroffene, pflegende Angehörige, ÄrztInnen, Heime und andere Einrichtungen

0810/969878

IMPRESSUM Zeitschrift der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft Nr. 1/Jänner 2012

Heiliggeiststr. 16 • 6020 Innsbruck • Tel.: 0512/7270-38 • Fax: 0512/7270-5 • office@hospiz-tirol.at • www.hospiz-tirol.at

Inhaber und Verleger: Tiroler Hospiz-Gemeinschaft, Verein der Caritas • F.d.I.v.: Werner Mühlböck und Maria Strelj-Wolf;

Gestaltung: Stadthaus38 • Druck: Athesia-Tyroliä Druck GmbH., Innsbruck

DVR: 0803618

