

Sonnenblume



Tiroler Hospiz
Gemeinschaft

„WER DEN TOD AUSKLAMMERT, HAT KEINE AHNUNG VOM LEBEN“



KONSTANTIN WECKER ZU BESUCH IM HOSPIZ

Konstantin Wecker, Liedermacher und Poet, hat in seinen vielen, wunderschönen Werken immer schon *den Tod und das Sterben* mit hinein genommen. So erklärte er sich aufgrund einer einfachen E-Mail Anfrage spontan bereit, die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft in Innsbruck zu besuchen.



Team-Geist und die Lust an Bewegung



Marina Baldauf



Am 5. Mai beim Stadtlauf und eine Woche später beim Sparkassenlauf stellte sich bei unserer Hospiz-Mannschaft, aber auch bei vielen anderen Beteiligten, ein Gefühl der Freude und Zufriedenheit ein. Team-Geist und die Lust an Bewegung ließen den Stadtlauf zur Besonderheit werden.

Beim Sparkassenlauf kam die Herausforderung dazu, dass sich das Laufen für die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft wirklich lohnte. Jeder gelaufene Kilometer wurde mit einem Euro bewertet. So trugen viele dazu bei, dass uns die Tiroler Sparkasse eine Spende von insgesamt 7.500,- Euro übergab.

EIN HERZLICHES DANKESCHÖN UND GRATULATION ZU DIESER TOLLEN VERANSTALTUNG.

Das Laufen, als Ausdruck von „HEIL-BZW. GESUND-SEIN“ bis in die Knochen steht dem gegenüber, was wir in der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft als unsere Aufgabe sehen.

Für mich findet sich daher noch ein anderer Bezug zum Laufen. Der Lauf der Zeit, der persönliche Lebenslauf und der damit verbundene „Hinderislauf des Lebens“.

Zu uns kommen Menschen mit einem fortgeschrittenen und fortschreitenden Leiden. Auch wenn die Heilung der Krankheit nicht mehr möglich ist, kann immer noch viel getan werden, um Lebensqualität zu erhalten und sogar zu verbessern.

Auf diese Weise kann „Heil-Sein“ auch in einem kranken Körper möglich werden.

Auch wenn das Laufen nicht mehr im Vordergrund steht, versuchen wir, mit den Menschen auf ihrem letzten Lebensweg ein Stück weit mitzugehen.

Ich bedanke mich bei allen, die für unsere Idee in irgendeiner Form „laufen“ – Mitglieder, Sponsoren, Proponenten, Politiker und bei allen, die mithelfen, dem Sterben im Leben einen Platz zu geben.

Dadurch werden wir alle zu BotschafterInnen der Hospiz-Bewegung.

Marina Baldauf
Vorsitzende

Tiroler Hospiz-Gemeinschaft





Konstantin Wecker im ORF Interview

Bereits während der Fahrt auf die Hospiz- und Palliativstation erzählte er von seiner ganz persönlichen Begegnung mit dem Tod und über sein daraus resultierendes Engagement für die Hospizbewegung:

„Weil ich mich durch ein ganz persönliches Erlebnis in den letzten Monaten, nämlich durch den Tod meiner Mutter, und auch vorher schon, mit der Hospizbewegung auseinandergesetzt habe. Ich muss dazu sagen, dass diese ehrliche Auseinandersetzung für mich nicht möglich gewesen wäre, wenn ich nicht vor elf Jahren einen Zusammenbruch gehabt hätte. Ich habe ja eine schwere Drogensucht hinter mir, und da gab es einen gigantischen Zusammenbruch der mich an den Rand des Todes geführt hat.

Durch dieses persönliche Erleben einerseits, aber auch aus einem politischen Grund bin ich sehr engagiert.“

Diese Unterstützung zeigt sich in Lesungen und Benefizkonzerten. Im vergangenen Jahr schrieb Konstantin Wecker anlässlich des Besuches eines Kinderhospizes in Deutschland ein

eigenes Lied, ein Bärenlied, für diese Institution. Er spürt wohl gut die gesellschaftspolitische und persönliche Dimension, wenn wir den Tod vom Leben ausklammern.

„Und ich wage mal die kecke Behauptung, es hat auch damit zu tun, dass man am Sterben nicht so gut verdienen kann.

Sterben ist noch immer ein Tabu.

Das ist ganz deutlich zu sehen am Beispiel des Hospizes in München. Das liegt in einem Wohngebiet und da gab es Versuche der Bürger, eine Initiative dagegen zu starten. Der Grund ist, dass zweimal in der Woche der Leichenwagen vorbeifährt und das zeigt die tiefere psychologische Situation. Der Leichenwagen könnte einen auf den Gedanken des eigenen Todes bringen. Und genau das will man nicht wahrhaben, man versucht den eigenen Tod auszuklammern und das ist natürlich ein hoher Preis, den man da bezahlt.

Weil wer den Tod ausklammert, hat keine Ahnung vom Leben.

Diese Erkenntnis kann ein großer Gewinn sein. Das erlebe ich bei allen

Pflegern mit denen ich gesprochen habe. Dass es ein Gewinn ist, sich mit dem Tod, dem Sterben anderer zu beschäftigen. Und damit natürlich auch mit dem eigenen. Denn wir brauchen uns nichts vorzumachen. In dem Moment wo wir erleben, dass jemand schwer krank ist, denkt man als erstes: was wäre mit uns, wenn wir so schwer krank wären.“

HAT ER SELBST ANGST VOR DEM TOD?

„Natürlich. Ich setz mich zwar viel damit auseinander, viel mehr als früher, obwohl der Tod in meinen Liedern schon damals vorkam, es gibt nur wenige Momente in meinem Leben, in denen ich es gelassen, gelassener sehen würde. Aber wir alle wissen nicht wie es uns geht, wenn es uns wirklich erwischt, wenn uns die Diagnose wirklich ereilt und wenn wir kurz davor stehen, ich denke nur, man kann sich ein bisschen darauf vorbereiten, ich hab die Hoffnung. Die Buddhisten üben ihr ganzes Leben, das Erlernen des Sterbens und das ist in gewisser Weise schon auch eine hohe Kunst, der wir uns annähern sollten.“





Mundpflege



Viele Frauen und (hoffentlich immer mehr) Männer begleiten und betreuen ihre Angehörigen bis zum Tod. Naturgemäß haben die meisten Menschen bei der Pflege schwerkranker und sterbender Menschen wenig Übung, Erfahrung und Fachwissen. Daher wollen wir eine neue Serie starten, in der wir unser Wissen und unsere Erfahrungen in der Pflege, Begleitung und Betreuung sterbender und schwerkranker Menschen weitergeben.

Der Mund zählt zu den Sinnesorganen und ist ein sehr empfindungsstarker Bereiche des Körpers. Da der Mund ein Intimbereich ist, sollte man dementsprechend vorsichtig die Pflege gestalten.

In den letzten Lebenstagen leiden viele Menschen an trockener Mundschleimhaut. Voraussetzung für jegliche Form von Mundpflege ist, dass der Patient seinen Mund freiwillig öffnet.

Allgemein gilt:

- Mundpflege wenn nötig ein- bis zu zweistündlich durchführen

- Fetthaltige, fettige Lösungen verdunsten nicht so schnell wie Flüssigkeiten und halten somit die Mundschleimhaut länger benetzt
- Beläge lösen sich gut mit kohlen-säurehaltigen Getränken
- Anregung des Speichelflusses durch Zitronenöl in einer Aromalampe, vorausgesetzt, der Kranke mag den Duft
- Lippenpflege mit Mandelöl, etc.
- die Raumluft befeuchten

Möglichkeiten zum Anfeuchten des Mundes, wenn der Kranke noch schlucken kann:

- häufiges trinken kleiner Schlucke und
- ausspülen des Mundes mit Lieblingsgetränken (ev. mit Hilfe von Strohhalm, Schnabelbecher, Löffel, Pipetten)
- 1/2 TL Mandelöl oder Olivenöl mit Zitrone und Honig im Mund verteilen und ausspucken oder schlucken
- Stückchen Butter oder Schlagrahm auf die Zunge geben
- Eiswürfel aus verschiedenen Getränken (Milka-Herzen-Behälter eignen sich gut zum einfrieren! Evt.

- mit Zahnstochern zum Halten)
- kleine, ev. gefrorene Fruchtstückchen, z.B. Wassermelone oder Speiseeis

Wenn Patienten nicht mehr bei Bewusstsein sind, muss die gesamte Mundpflege für sie übernommen werden:

- Mit Hilfe von dicken Watteträgern oder rosa Polygonswaps aus der Apotheke, eingetaucht in die Lieblingsgetränke des Kranken, oder Mandelöl, etc. vorsichtig den Mund auswischen und befeuchten. Mit den Lippen beginnen, ev. vorher mit einer kleinen „Gesichtsmassage“ beginnen, um die Speicheldrüsen zu stimulieren. Gleichzeitig bereitet man so den Kranken auf die Mundpflege vor.
- Nicht geeignet sind Glycerin-Zitronenstäbchen aus der Apotheke
- Anfeuchten der Mundschleimhaut mit verschiedenen Flüssigkeiten mittels Sprühfläschchen

Die Mundpflege kann so zu den Pflegemaßnahmen gehören, die dem sterbenden Menschen gut tun.

Auf diese Art und Weise kann man auch in den letzten Lebenstagen dem Sterbenden viel Gutes tun.

Verena Koppensteiner-Lienhart,
Diplomkrankenschwester,
Mobiles Hospiz- und Palliativteam



ein Kinoerlebnis

Am 06. Oktober 2007 findet der Welthospiztag statt.

Auch wir in Tirol klinken uns natürlich in den weltweiten Reigen von Veranstaltungen als Plädoyer für die Hospiz-Bewegung ein. Wir bieten diesmal einen besonderen Filmabend an mehreren Orten im ganzen Land gleichzeitig an.

Am Welthospiztag können Sie unseren neuen Hospizfilm **„LEBEN IM STERBEN“** erstmals sehen.

Seit Jänner dieses Jahres dreht die ehemalige ORF-Redakteurin Christl Finkenstedt gemeinsam mit dem Kameramann Daniel Pöhacker einen

Film über die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft.

In ca. 15 Minuten soll unser Tun und Wirken auf der Hospiz- und Palliativstation, im Mobilen Hospiz- und Palliativteam und in den ehrenamtlichen Gruppen in den Regionen gezeigt werden. In erster Linie geht es uns darum, mit dem Film ein Gefühl darüber zu vermitteln, was hinter dem Begriff „Hospiz“ steht. Mit welcher Haltung gegenüber dem Menschen, dem Leben, Sterben und dem Tod wir unsere Arbeit machen.

Anschließend zeigen wir den berührenden Erfolgsfilm **„WIE IM HIMMEL“**, der unser Thema subtil, feinfühlig und in besonderer Tiefe anspricht.

Wir hoffen, dass die Kombination aus den beiden Filmen, die Basis für

einen besonderen Abend und für einen würdigen Welthospiztag werden kann.

„Wie im Himmel“ erzählt von einem Musiker, dessen Lebenstraum sich erfüllt, als er nach langer Irrfahrt lernt, die Menschen und sich selbst zu lieben. Ein mitreißender und humorvoller Film über das Abenteuer, sein eigenes Paradies zu finden - ein vielstimmiges und gefühlsvolles Meisterwerk.

Das Kinoerlebnis findet am **06. Oktober 2007** in mehreren Regionen in Tirol gleichzeitig statt.

Die Vorbereitungen sind im vollen Gange. Wir werden die Veranstaltungsorte rechtzeitig bekannt geben.



Je schöner und voller die Erinnerung
desto schwerer ist die Trennung.
Aber die Dankbarkeit
verwandelt die Erinnerung in eine tiefe
Freude.
Man trägt das Vergangene Schöne
nicht wie einen Stachel,
sondern wie ein kostbares Geschenk in sich.



Dietrich Bonhöffer

Dass ein tiefer Schmerz es vermag
sich in eine tiefe Freude zu wandeln,
berührt mich immer wieder aufs Neue!
Manchmal spüre auch ich
etwas von diesem Wandel und
das schenkt mir in schwierigen Lebenslagen
Vertrauen und Zuversicht.

Gudrun Wallner,
Diplomkrankenschwester
Hopiz- und Palliativstation Innsbruck



KONTAKT

Einsatzkoordinatorin:
Angelika Ulsess
Tel.: 0699/115 66 787 oder
0 56 72/64 601-838

Hospizkoordinatorin für
Außerfern:
Angelika Schmid
Tel.: 0676/873 06 701

Es freut uns, dass am 1. Juni die nunmehr 14. Hospizgruppe in Tirol diesmal in Reutte offiziell ihre Arbeit aufgenommen hat. Der neue Zweigverein der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft ist dem Wohn- und Pflegeheim Ehrenberg angegliedert.

Die gut ausgebildeten ehrenamtlichen MitarbeiterInnen unter der Obfrau Angelika Ulsess begleiten Menschen nicht nur innerhalb des Pflegeheimes. Bei Bedarf und unter der Voraussetzung freier Kapazitäten

bieten die 15 AbsolventInnen des Ausbildungslehrganges ihre Unterstützung auch im Krankenhaus und in den Regionen Reutte, Vils, Weißbach und Heiterwang an.

Die MitarbeiterInnen der Hospizgruppe nehmen sich vor allem **ZEIT** für die von ihnen betreuten schwerkranken, sterbenden Menschen und ihren Angehörigen.

SIE BIETEN BEGLEITUNG, ENTLASTUNG, DA-SEIN UND KLEINE HILFEN AN.

Der ausgezeichnet organisierte, überaus stimmige und sehr gut besuchte Eröffnungsakt war ein würdiges Ritual für einen gelungenen Start. Dabei beeindruckten besonders das Gefühl der vollen Akzeptanz der Gruppe in ihrer Region und die gute Einbettung im Wohn- und Pflegeheim Ehrenberg.

Wir wünschen allen Mitgliedern der Hospizgruppe alles Gute und viel Erfüllung in Ihrer wertvollen Aufgabe.

Besonders bedanken möchten wir uns bei Angelika Schmid, unserer Hospizkoordinatorin im Außerfern. Ohne ihren unermüdlichen Einsatz wäre die erste Hospizgruppe im Außerfern noch nicht zustande gekommen.

Warum setzt du dich für die Hospizidee ein?

Das Sterben, der Tod und die Trauer sind mir Begleiter in meinem Leben geworden. Und da gab es immer Menschen, die einfach nur da waren ohne Fragen - und erst recht ohne Antworten. Sie waren einfach nur da, und haben meine Trauer ausgehalten. Dieses **DA-SEIN** von Menschen

ist eine große Bereicherung für jede Familie und für jede Einrichtung. Es geht mir darum, die Menschen an eine Kultur des Abschiednehmens zu erinnern - sie dafür wieder sensibler zu machen.

Hoffnung gibt mir:

Der Glaube an einen Gott, der es liebt, auf krummen Zeilen gerade zu schreiben.

Meine Eltern, die mir bis heute vorleben, dass man seine Träume und Visionen niemals aufgibt und es immer noch eine Möglichkeit gibt.

Wie jeder Grashalm, der sich durch die Betondecke schiebt.



Angelika Schmid

Freude macht mir:

Ein kulinarisches Meisterwerk von Monika, begleitet von spirituellen Höhenflügen und einem Glas Cuvée mit Hermann. Mein morgendlicher Rundgang durch den Garten. Eine Bachkantate.

Meine letzten Worte sollen sein:

Schön, dass ihr **DA SEID**.



... für die Unterstützung beim Benefizkonzert



Brigitte Fassbaender

Unser heuriges Benefizkonzert vom 22. April 2007 war ein ganz besonderes musikalisches Erlebnis und ein großer Erfolg. **WIR MÖCHTEN UNS DAFÜR BEDANKEN** bei

- Wolfgang Kostner für die musikalische Leitung und für die ausgezeichnete Zusammenarbeit
- Frau Ks Brigitte Fassbaender für die einfühlsame Rezitation mit dem tiefen Bezug zum Leben und zum Sterben
- den Tiroler Barockinstrumentalisten – vokalensemble NovoCanto
- bei allen Helferinnen und Unterstützern und
- bei den Sponsoren, die es wiederum ermöglicht haben, dass der Gesamterlös aus dem Kartenverkauf für unser Anliegen verwendet werden kann.



... Intersport Okay

DANKE an das Sporthaus Intersport OKAY aus Innsbruck.

Mit dem zur Verfügung gestellten neuen Fahrrad, wird das Pendeln unseres Geschäftsführers zwischen dem Büro und der Hospiz- und Palliativstation wesentlich erleichtert.

Jetzt ist er nicht nur schneller, er bleibt auch gesünder - hoffentlich.



Auch beim diesjährigen Stadtlauf der Stadt Innsbruck war die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft, wie man sieht, stark vertreten.



... Firma Mussmann/Ragg

Loni Mussmann überreichte im Auftrag der Firma Mussmann/Ragg anlässlich ihres 60-jährigen Firmenjubiläums der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft einen Scheck über 3000,- Euro.

Mit ihrer großzügigen Spende können etliche Betreuungstunden des Mobilien Hospiz- und Palliativteams finanziert werden. Stellvertretend den vielen Spenderinnen und Spendern, die die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft unterstützen - **EIN HERZLICHES DANKESCHÖN!**



Lebensbegleitung bis zuletzt

Menschen in schwerer Krankheit und am Lebensende in meinem Beruf begegnen

* Seminarreihe mit Mag. Claudia Schwaizer und Brigitte Oberlohr

Start • 24. September 2007

Haus der Begegnung • Innsbruck

Zielgruppe: Pflegende Berufe, Ärzte und andere Berufe
Kosten: 210,- Euro
Anmeldung, Detailprogramm und weitere Termine: 0512/7270-38

Trauer leben - Trost finden

Gruppe für Menschen in Trauer

* Gruppenleiterinnen: Helene Mair-Kogler und Mag. Susanne Jäger

Start • 24. September 2007

Hall/Umgebung

Zielgruppe: Angehörige, Trauernde
Kosten: 50,- Euro
Anmeldung, genauer Ort und weitere Termine: 0512/7270-38

Ehrenamtliche Hospizbegleitung

Ausbildungskurs

Start • Herbst 2007

Zielgruppe: Männer und Frauen, die ehrenamtlich für die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft arbeiten wollen
Anmeldung und weitere Informationen: 0512/7270-38



Tabu Suizid

Vorträge, Begegnungen, Ritual

* Vortragende: Prof. Ulrich Meise, Prof. Christian Haring, Diakon Johannes Heil, Sr. Maria Judith Tappener, Mag. Regina Seibl

Termin • 3. November 2007

Haus der Begegnung • Innsbruck

Zielgruppe: Angehörige, Betreuungspersonen, haupt- und ehrenamtliche BegleiterInnen
Kosten: 20,- Euro inkl. Mittagessen
Anmeldung: Haus der Begegnung 0512/58 78 69, hdb.kurse@dibk.at

Ärztelehrgang für Palliativmedizin

Therapeutische Möglichkeiten zur Kontrolle belastender Symptome

* Leitung: Dr. Elisabeth Medicus, Ärztliche Leiterin Hospiz- und Palliativstation IbK und Dr. Angelika Drobil-Unterberger, Ärztin Mobiles Hospiz- und Palliativteam IbK

Start • Anfang 2008

Zielgruppe: ÄrztInnen aller Fachrichtungen
Ausmaß: 70 Stunden, 5 Blockveranstaltungen je 1,5 Tage • Abschluss: Diplom für Palliativmedizin
Anmeldung: Tiroler Ärztekammer Tel.: 0512/52 05 80

Das Modul „Kommunikation“ wird auch für Pflegende und andere Berufsgruppen ausgeschrieben.

IMPRESSUM Informationsorgan der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft, „Sonnenblume“ Nr. 2 | Juni 2007

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

Inhaber und Verleger: Tiroler Hospiz-Gemeinschaft, Verein der Caritas • F.d.I.v.: Mag. Werner Mühlböck, Mag. Maria Strel-Wolf und das Hospiz-Team • Gestaltung: Stadthaus38 • Druck: DIE DRUCKEREI EGGGER GmbH., Imst

Alle in dieser Publikation erwähnten Berufsbezeichnungen sind geschlechtsneutral. • DVR: 0803618 • Zeitungsnummer: 00Z020030C

