

MAI 2019

# SONNENBLUME



# VOM MUT, NEU LEBEN ZU LERNEN

„Die Geschichte von Rosalinde Seelos, die Sie in dieser Ausgabe der Sonnenblume lesen können, hat mich sehr beeindruckt.“

Elisabeth Zanon,  
ehrenamtliche Vorsitzende Tiroler Hospiz-Gemeinschaft

Eine junge Frau mit 23 Jahren hatte einen Autounfall und war von einer Sekunde auf die andere querschnittgelähmt. Für mich ist es selbstverständlich, dass ich in der Früh meine Beine aus dem Bett gleiten lasse, aufstehe, ins Bad gehe und weiter in die Küche, um mir mein Frühstück zu richten. Später setze ich mich auf mein Fahrrad und radle zur Arbeit. Den Gedanken, dass mir diese Fähigkeit geraubt werden könnte, schiebe ich weit, weit weg.

Teilweise ist das wohl auch gut so. Wir Menschen könnten uns nicht entfalten, uns nicht weiterentwickeln oder Neues, manchmal vielleicht auch Riskantes wagen, wenn wir uns ständig unserer eigenen Zerbrechlichkeit bewusst wären. Dennoch macht mich die Geschichte von Rosalinde Seelos nachdenklich. Wer wäre ich, wenn ich plötzlich im Rollstuhl sitzen müsste? Was bliebe von mir und meiner Persönlichkeit übrig, was müsste sich in mir verändern?

Zugleich gibt mir diese Geschichte Mut und Hoffnung, dass wir Menschen grundsätzlich die Fähigkeit besitzen, mit einem großen Verlust neu leben zu lernen. Obwohl Rosalinde mit 23 als alleinerziehende Mutter im Rollstuhl sitzen musste, hat sie ihren Mut, ihren Humor und ihre Liebe zum Leben nicht verloren. Natürlich hat sie diese Eigenschaften nicht von einem Tag auf den



anderen wiedergefunden. Auch sie musste tiefe Täler durchwandern und durchleiden, um ihre ganz persönliche Lebensqualität neu zu entdecken. Es lohnt sich, immer wieder zu fragen, was wirklich wichtig ist.

## ALLES LEBEN IST VERÄNDERUNG

Mehr als 20 Jahre hat unsere ärztliche Direktorin Elisabeth Medicus nicht nur die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft, sondern auch die „Palliativ-Szene“ in Tirol maßgeblich geprägt und mitgestaltet – dafür möchten wir uns herzlich bedanken und ihr alles Gute wünschen. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit unserer neuen ärztlichen Direktorin Andrea Knoflach-Gabis.

## Herzlich willkommen in der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft!

Vorsitzende Elisabeth Zanon, Pflegedirektorin Christine Haas-Schranzhofer, Geschäftsführer Werner Mühlböck

WIR DANKEN DER SPARKASSE KUFSTEIN  
FÜR IHRE LANGJÄHRIGE UNTERSTÜTZUNG  
DER HOSPIZARBEIT IM BEZIRK KUFSTEIN.

# MEDIZIN AUF AUGENHÖHE

**Andrea Knoflach-Gabis ist die neue ärztliche Direktorin in der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft. Zuletzt war sie ärztliche Direktorin und Leiterin der Palliativstation in der Privatklinik Martinsbrunn in Meran.**

Andrea Knoflach-Gabis, ärztliche Direktorin Tiroler Hospiz-Gemeinschaft, im Gespräch mit Maria Strelj-Wolf

**ÄRZTINNEN HABEN DEN AUFTRAG, LEBEN ZU RETTEN. WIE KAM ES, DASS DU DICH IN DEN DIENST STERBENDER GESTELLT HAST?**

**Andrea Knoflach-Gabis:** Zu Beginn meiner ärztlichen Tätigkeit hatte ich immer den Eindruck, dass Sterbende von uns ÄrztInnen zu wenig Aufmerksamkeit bekommen. Wahrscheinlich aus unterschiedlichen Gründen: weil wir damals noch nicht viel übers Sterben wussten, weil wir dachten, dass wir ohnehin nicht mehr helfen können, und vielleicht, weil wir uns vorm Sterben und dem Tod gedrückt haben. Die letzte Lebensphase meiner Schwiegermutter hat mir dann klargemacht, dass ich als Ärztin etwas für die Lebensqualität sterbender Menschen tun möchte. Seitdem hat sich zum Glück auch in der Öffentlichkeit viel zum Positiven verändert.

**WAS IST LEBENSQUALITÄT FÜR STERBENDE?**

**Andrea Knoflach-Gabis:** In erster Linie geht es bei der medizinischen Betreuung unter anderem um die Behandlung und Linderung von belastenden Symptomen wie Schmerzen, Atemnot oder starker Übelkeit. Wer starke Schmerzen hat, hat eine stark reduzierte Lebensqualität. Ich erinnere mich noch an eine Patientin in Meran, deren Schmerzen wir gut behandeln konnten. Eines Tages hat sie dann mit Schrecken den grauen

Nachwuchs ihrer rot gefärbten Haare im Spiegel gesehen. Sie war entsetzt, so haben wir Haarfarbe gekauft und den Nachwuchs wieder rot gefärbt. Mit ihren frisch gefärbten Haaren saß sie zufrieden im Bett. Auch das ist Lebensqualität! Wir dürfen den Menschen nicht unsere eigenen Vorstellungen von einem guten Leben und Sterben überstülpen.

**WO SIEHST DU ENTWICKLUNGSFELDER FÜR DIE PALLIATIVMEDIZIN?**

**Andrea Knoflach-Gabis:** Die Palliativmedizin wird sich, wie die Medizin insgesamt, weiterentwickeln, sich verändern und den Menschen noch besser Linderung verschaffen. Meinen persönlichen Auftrag sehe ich darin, die hohe Qualität und Bedeutung einer interdisziplinären palliativen Betreuung nach außen zu tragen. Konkret heißt das, ÄrztInnen – wie alle beteiligten Professionen – sollten sich immer radikal an den Patientinnen und Patienten orientieren, mit ihnen offen, klar und vor allem auch verständlich kommunizieren und sich – und das ist mir sehr wichtig – genügend Zeit für Gespräche auf Augenhöhe nehmen. Es macht doch einen großen Unterschied, ob ich mich für ein Gespräch in Ruhe ans Bett einer Patientin setze oder ob ich dieses Gespräch im Stehen von oben herab am Fußende des Bettes führe. Es kostet nicht einmal mehr Zeit!



# NEU LEBEN LERNEN



Rosalinde Seelos lebte mit ihrer Querschnittlähmung gerne und gut. Im September 2018 bekam sie Unterleibskrebs und kam zum Sterben ins Hospiz.

Rosalinde Seelos im Gespräch mit Maria Strelj-Wolf

Zimmer 12 auf der Palliativstation im Hospizhaus Tirol. Ich öffne die Türe einen kleinen Spalt und sehe unter einer dicken Daunendecke mit rot-weiß kariertem Bezug eine zarte Frau im Bett liegen. „Kommen Sie herein“, meint Rosalinde Seelos und strahlt mich an. Ich nehme mir einen Stuhl, setze mich zu ihr ans Bett und reiche ihr die Hand. „Sag bitte Rosalinde zu mir“, meint sie fröhlich, „und du kannst mich alles fragen, was du von mir wissen möchtest.“ Diese Einladung nehme ich gerne an. Also fange ich ganz vorne an.

Wie war das, als sie nach dem Autounfall vor 33 Jahren nach drei Monaten aus dem Koma erwachte und bemerkte, dass sie ihre Beine nicht mehr bewegen konnte?

## GROSSE VERZWEIFLUNG UND KLEINE LICHTBLICKE

„Zuerst wollte ich es einfach nicht wahrhaben. Ich habe diese niederschmetternde Tatsache, wahrscheinlich aus Selbstschutz, völlig verdrängt. Irgendwann, als meine Tante zu Besuch kam und ihren Blick auf meine Beine

richtete, wusste ich, was los war.“ Fast ein Jahr lang war sie in der Klinik und auf Reha in Bad Häring – eine Zeit großer Verzweiflung, aber auch kleiner Lichtblicke. „Zum Glück“, meint sie nachdenklich, „haben die hellen Momente irgendwann die Oberhand gewonnen und ich habe mich entschieden, aus meinem Schicksal etwas Sinnvolles zu machen.“ Sie zog mit ihrem Rolli in ein barrierefreies Haus in Nassereith – als Alleinerzieherin gemeinsam mit ihrer vierjährigen Tochter Jasmin. „Jasmin war immer schon aufgeweckt. Ein keckes Mädli. Natürlich musste sie früh selbstständig werden und meinte schon als Fünfjährige, dass sie mich, wenn ich einmal aus dem Rolli stürzen würde, ganz alleine wieder in meinen Rollstuhl hineinsetzen könne – was sie natürlich nicht konnte“, meint Rosalinde schmunzelnd.

## „DA WAREN MIR DIE WÜRSTEL DANN ,WURSCHT“

„Einmal war ich vormittags alleine zu Hause und hatte ein Paar Frankfurter Würstel am Herd, während ich



Ihr Rolli, wie sie ihren Rollstuhl nannte, war ihr treuer Begleiter und half ihr, selbstständig zu leben.

mit meinem Rolli losfuhr, um hinter dem Haus ein paar Holzscheite für den Ofen zu holen. Weil ich nicht wollte, dass die Würstel platzen, bin ich viel zu schnell mit meinem Rolli auf die Terrassentür zugesaut, gegen den Türrahmen geprallt und mit meinem Rolli umgestürzt. Am Boden liegend, musste ich mich mit meinen Armen zum Handy ziehen und meinen Bruder um Hilfe bitten. Die Würstel waren mir dann wirklich ‚wurscht‘, lacht sie vergnügt.

#### **GESCHENKTE ZEIT**

Der Unfall, so kann sie es heute sehen, habe ihr nicht nur Lebensqualität genommen. Er habe ihr auch etwas Kostbares geschenkt, nämlich Zeit, die sie sonst nicht gehabt hätte. Zeit für sich, Zeit zum Lesen und Zeit sich zu fragen: Wo komme ich her? Wozu bin ich hier? Und wo gehe ich nachher hin? Ob sie sich sicher sei, dass es ein Leben nach dem Tod gibt? „Natürlich. Ich sehe, wie mir meine Mama ihre Hand entgegenstreckt und mich

zu sich hinüberzieht. Mein Papa wartet auch auf mich, aber er steht wie immer ein paar Schritte hinter meiner Mama, weil es immer sie war, die die ‚Hosen angehabt hat‘, meint sie schmunzelnd.

#### **EIN PAAR BRIEFE ZUM ABSCHIED**

In den letzten Monaten ist ihr zusehends die Kraft ausgegangen. Das Leben zu Hause wurde ihr zu anstrengend, und so ist sie zuerst ins Krankenhaus und dann ins Hospizhaus nach Hall gekommen. Rosalinde ist bereit zu sterben. Nur ein paar Briefe möchte sie noch schreiben. An ihre Tochter und ihre Enkelkinder. Sie sollen wissen, dass sie immer auf sie aufpassen wird.

Ihre Familie und die diensthabende Krankenschwester Dani Trixl spürten am Abend vor ihrem Tod deutlich, dass Rosalinde lieber alleine sein wollte. So hat sich Rosalinde am Morgen des 21. Februar 2019 alleine und in aller Ruhe auf den Weg zu ihren Eltern gemacht.

# RADFAHRT ZUM HOSPIZHAUS

Wenn Sie gerne Radfahren und die Arbeit der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft unterstützen wollen, dann sollten Sie sich den 25. Mai 2019 in ihrem Kalender rot markieren.



Die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft lädt zu einer Sternradfahrt zum Hospizhaus Tirol ein. Radfahrfreudige Menschen, egal ob groß oder klein, fahren zum Beispiel von ihrem Wohnort zum Hospizhaus nach Hall in Tirol und bitten Freunde und Bekannte, einen Euro pro gefahrenem Kilometer zu spenden. Beim Hospizhaus angekommen, erhalten alle RadlerInnen von Elisabeth Zanon und Werner Mühlböck eine Urkunde fürs Mitmachen.

Zur Stärkung und als Dankeschön findet im Anschluss ein Sommerfest vor unserem Hospizhaus statt. Alle TeilnehmerInnen geben ihre geradelten Kilometer an, damit wir am Ende der Veranstaltung wissen, wie viele Kilometer insgesamt fürs Hospiz geradelt wurden.

## HOSPIZARBEIT MÖGLICH MACHEN

Jede/r TeilnehmerIn kann auf unserer Website [www.hospiz-tirol.at](http://www.hospiz-tirol.at) eine individuelle Spendenseite anlegen, sein/ihr Spendenziel festlegen und Freunde und Bekannte einladen, das Hospiz zu unterstützen. Natürlich ist es auch möglich, die gesammelten Spenden am Veranstaltungstag in bar zu übergeben oder sie im Vorhinein auf unser Spendenkonto zu überweisen.

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um Ihre Anmeldung. Telefon: 05223/43700-33600 oder [office@hospiz-tirol.at](mailto:office@hospiz-tirol.at)

## I RADL FÜRS HOSPIZ

Mit der Sternradfahrt werden die Hospizarbeit – insbesondere die „Letzte Hilfe Kurse“ – und die Anschaffung eines neuen Autos für das Mobile Team im Wert von 13.000 Euro finanziert.

**SAMSTAG, 25. MAI 2019**  
(bei jedem Wetter)

**ANKUNFT**  
**AB 14 UHR**  
im Hospizhaus Tirol

**SPENDENKONTO –**  
**TIROLER HOSPIZ-GEMEINSCHAFT**  
**IBAN: AT20 3600 0000 0075 0000**  
**VERWENDUNGSZWECK: HOSPIZRADELN**

# GEMEINSCHAFT IN BEWEGUNG



Im Oktober startet die nächste Hospizausbildung

## INFORMATIONSENTWENDE EHRENAMTLICHE HOSPIZAUSBILDUNG

Mittwoch, 8. Mai 2019, 19–21 Uhr  
Montag, 20. Mai 2019, 19–21 Uhr

Beide Abende finden im Hospizhaus Tirol, Milser Straße 23, Hall in Tirol, in der Akademie statt. **Eine Anmeldung für die Infoabende ist nicht erforderlich.**



Ehrenamtliche schenken Zeit und Zuwendung

## ABSCHLUSS DER AUSBILDUNG EHRENAMTLICHE HOSPIZBEGLEITUNG

„Es kommt auf mich an, aber es hängt nicht von mir ab.“

Dieser Satz, den Claudia Mich in der Ausbildung Ehrenamtliche Hospizbegleitung gehört hat, ist für sie und ihr Sein Motivation und Entlastung zugleich. Sie ist eine der 16 AbsolventInnen der letzten Ausbildung. **Wir gratulieren herzlich!**



Bildung öffnet neue Horizonte

## VORTRAG UND SEMINAR

**Vortrag:** In Würde leben bis zuletzt  
Mittwoch, 8. Mai 2019, 19 Uhr

Mit Werner Mühlböck, Geschäftsführer Tiroler Hospiz-Gemeinschaft  
Schülerheim Don Bosco, Bahnstraße 49, Fulpmes  
**Anmeldung nicht erforderlich**

**Seminar:** Es menscht im Team  
(für Fachkräfte im Sozial- und Gesundheitswesen)  
Freitag, 24. Mai 2019, 14–17.30 Uhr  
Hospizhaus Tirol, Milser Straße 23, Hall in Tirol

Mit Christine Haas-Schranzhofer, Pflegedirektorin Tiroler Hospiz-Gemeinschaft, und Tillie Egger, Radioonkologin, Psychotherapeutin und Psychoonkologin  
**Anmeldung erforderlich.** Telefon: 05223/43700-33676

# NASH & DALIA HABEN EIN STÜCK FAMILIE GEFUNDEN



Sozialarbeiterin Ulli und Dalia vor dem Gurgler Ferner  
in den Öztaler Alpen.

Nash und seine Frau Dalia kamen aus England nach Tirol. Weil sie die Tiroler Berge so liebten, hatten sie sich entschlossen, sich im Ötztal niederzulassen. Sie hatten große Pläne (die Sprache schnell lernen, arbeiten, sich am neuen Ort bald heimisch fühlen ...), doch alles kam anders. Als Nash am Ankunftstag aus seinem Auto ausstieg, wurde ihm schwindelig und er fühlte sich nicht gut. Kurz darauf wurde ein Hirntumor diagnostiziert.

„Nach zahlreichen Krankenhausaufenthalten wurde Nash schließlich auf der Hospiz- und Palliativstation aufgenommen“, erzählt Sozialarbeiterin Ulrike Reitmeir: „Nash war mittlerweile ein schwerer Pflegefall und brauchte sehr viel Unterstützung.“

## TRAUER UND GLÜCK

Nash und Dalia fühlten sich im Hospiz sehr wohl und fanden hier in der Fremde ein Stück Familie. Freud und Leid wurden miteinander geteilt und lagen oft nahe beieinander. Auch Dalias Geburtstag wurde auf der Station gefeiert. Als Dalia ihrem Mann eine Rückkehr ins Ötztal ermöglichen wollte, wurde eine zwischenzeitliche Entlassung mit professioneller Unterstützung des Sozialsprengels und der ehrenamtlichen Hospizgruppe Ötztal organisiert.

## DEN ABSCHIED GESTALTEN

Der Gesundheitszustand von Nash verschlechterte sich zusehends und er kehrte wieder auf die Hospiz- und Palliativstation zurück. Nach seinem Tod wurde er im kleinen Kreis, auch mit den ehren- und hauptamtlichen HospizmitarbeiterInnen, in seiner neuen Heimat beerdigt. „Die Abschiedsfeier, die von der Hospizgruppe

Ötztal äußerst persönlich und liebevoll gestaltet wurde, war für mich ein sehr berührendes Ereignis“, fügt Ulrike Reitmeir hinzu. Dalia ist im Ötztal geblieben. Nach wie vor besteht der Kontakt mit der Tiroler Hospiz-Gemeinschaft und auch die Sozialarbeit kann ab und zu beim Aufbau ihres neuen Lebens beratend zur Seite stehen.

## SCHENKEN SIE ZEIT UND ZUWENDUNG

Mit Ihrer Spende von zum Beispiel 25 Euro schenken Sie Menschen wie Nash und Dalia eine umfassende und liebevolle Begleitung. Menschen wie Sie machen unsere Arbeit erst möglich. Vielen herzlichen Dank dafür!

### KONTONUMMER

IBAN: AT20 3600 0000 0075 0000  
BIC: RZTIAT22  
RAIFFEISEN-LANDESBANK TIROL AG

DANKE!

### FÖRDERNDE MITGLIEDSCHAFT

Unterstützen Sie schwer kranke und sterbende Menschen dauerhaft.  
**Jetzt förderndes Mitglied mit einem Jahresbeitrag von 45 Euro werden!**

05223 43700-33600  
E-MAIL: OFFICE@HOSPIZ-TIROL.AT