



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Pflege daheim – leicht(er) gemacht!  
Kurse für pflegende Angehörige

KURS: 1 2 3 4 **5** 6



## GEMEINSAM DEN SCHWEREN WEG GEHEN

BEGLEITUNG UND BETREUUNG VON SCHWER KRANKEN  
UND STORBENDEN MENSCHEN

# Die Begleitung und Betreuung schwer kranker und sterbender Menschen erfordert viel Kraft

Schwer kranke und sterbende Menschen bedürfen einer besonders intensiven Zuwendung und Pflege. Auch die pflegenden Angehörigen stehen dabei unter einer großen psychischen und oft auch physischen Belastung. Unser Kursangebot kann Ihnen dabei helfen, diese schwierige Zeit für alle Beteiligten möglichst gut zu gestalten.

## Beispiele für konkrete Pflegemaßnahmen:

- Mund- und Lippenpflege
- Hilfe bei der Nahrungsaufnahme und beim Trinken
- behutsame Körperpflege
- vorsichtiges Umlagern
- Unterstützung der Atmung
- Schmerzbekämpfung

Es geht bei der Begleitung und Betreuung aber bei weitem nicht nur um körperliche Pflege:

## Geben Sie Sicherheit:

- mit Ihrer Anwesenheit
- durch Ihre Körpersprache
- durch Berührung
- indem Sie auf Befürchtungen eingehen und Maßnahmen ergreifen, die Sicherheit schaffen
- durch eine aufrichtige und ehrliche Kommunikation.

## Geben Sie das Gefühl von Zugehörigkeit:

- Laden Sie andere, für den Betreffenden wichtige Menschen ein, ebenfalls zu kommen und da zu sein.
- Bringen Sie Briefe, Bilder und Geschichten von der „Welt draußen“ ans Krankenbett.
- Fragen Sie um Meinung und Rat.

## Geben Sie das Gefühl von Zuneigung:

- Seien Sie aufmerksam.
- Zeigen Sie, dass Sie gerne mit der betreuten Person zusammen sind.
- Respektieren Sie ihre Persönlichkeit.
- Nehmen Sie sich Zeit.

**Achten Sie bei alledem auch auf sich selbst und Ihre eigenen Bedürfnisse! Sie werden merken, wie gut diese Zuwendung auch Ihnen selbst tun kann.**

Existenzielle Lebensphasen oder Krisen bergen oftmals auch Chancen in sich. So kann die Begleitung eines schwer kranken Menschen eine nachhaltige Bereicherung für Sie persönlich aber auch für die gesamte Familie bewirken.

## Das Sterben sollte vorbereitet werden

Wer einen sehr alten oder schwer kranken Menschen pflegt, muss sich darauf gefasst machen, dass die betreute Person sterben wird.

Der Gedanke an Sterben und an Tod macht den meisten Menschen Angst. Die Angst hängt mit dem Unfassbaren an sich zusammen und auch mit dem drohenden Verlust einer Person. Auch ganz konkrete Befürchtungen im Zusammenhang mit dem Sterben verstärken die Angst und führen dazu, dass das Thema häufig ganz verdrängt wird.

Je besser man auf dieses Ereignis vorbereitet ist, desto eher kann man sich innerlich darauf einstellen und ist freier für ein bewusstes Erleben und „Da-Sein“. Ungeklärte Dinge belasten und verunsichern.

Mögliche Fragen, die man sich (gemeinsam) stellen könnte:

- Welche Menschen sollten den Schwerkranken möglichst noch besuchen?
- Was sollte möglichst noch mitgeteilt oder besprochen werden?
- Was möchte die betreute Person gerne noch einmal sehen, hören, spüren, riechen, schmecken?
- Wer will und soll in der letzten Phase dabei sein?
- Wo sollen die letzten Tage und Stunden verbracht werden? Zu Hause, im Hospiz ...?
- Welche Maßnahmen sind zu treffen, welche Hilfsmittel bereitzuhalten?
- Welche formalen Dinge müssen geklärt bzw. bereitgestellt werden (Testament, Dokumente, Adressen/ Telefonnummern von Bestattungsunternehmen ...)?
- Wer muss wann benachrichtigt werden (und wer übernimmt das)?

**Der betreuende Arzt und eine Pflegefachperson sollten unbedingt rechtzeitig in die Vorbereitung und Organisation eingebunden werden!**

Vielerorts gibt es die Möglichkeit, auch ambulante Hospizdienste in die Betreuung einzubinden.

## Grundsätze und Aufgaben der Hospizarbeit

Im Mittelpunkt der Hospizidee steht die Sorge um schwer kranke und sterbende Menschen wie auch um deren Angehörige. Es geht um Lebensqualität bis zuletzt. Dabei wird der Mensch in seiner Ganzheit wahrgenommen, daher erfolgt auch das Handeln auf den unterschiedlichen Ebenen des Menschseins:

- physisch (Symptomkontrolle)
- psychisch (seelisches Gleichgewicht als Teil und Voraussetzung für Lebensqualität)
- sozial (Stärkung bestehender Beziehungen, Wegbegleitung auf Zeit)
- spirituell (Bereitschaft zum Dialog, respektvoller Umgang mit individuellen Lebensentwürfen und Glaubensentscheidungen)

Betroffene und Angehörige entscheiden selbst, welchen Weg sie gehen und wie weit oder wie intensiv sie begleitet werden möchten.

Weitere Informationen: [www.hospiz.at](http://www.hospiz.at)

