

Angst vor schlimmer Sterbephase?

... Vergessen Sie das! ...

Liebe Patientin, lieber Patient!

Wirklich schlimmes – also **leidvolles Sterben** - ist in üblicher Palliativversorgung eine **Rarität**, dies passiert eher bei Apparatedizin (Intensivmedizin) oder in Film & TV.

Bei schwerer Krankheit hilft in aller Regel das „**körpereigene Leidlinderungsprogramm**“:

Durch den fehlenden Hunger und Durst werden Endorphine („körpereigenes Morphin“) ausgeschüttet, dies sorgt für zunehmende Müdigkeit, letztlich tiefen Schlaf und ruhiges Einschlafen. Wenn es doch mal anders kommt, lassen sich die meisten Beschwerden gut lindern, es braucht in der Regel nur eine enge Betreuung und die Notfallbox in Patientennähe. Bei sehr schweren Beschwerden darf ein Arzt zur Leidenslinderung eine Narkose einleiten (sog. palliative Sedierung), das garantiert ein leidarmes Lebensende.

Es gibt allerdings **Beschwerden, die lassen sich wenig verändern**, wie etwa die zunehmende Schwäche, die Hilflosigkeit, das Angewiesensein auf Pflege, eine mögliche Harn- und Stuhlschwäche. Und gerade hier sagen einige Menschen, davor habe ich große Angst, das will ich nicht erleben, das ist für mich würdelos, dann möchte ich eher sterben. Ist man in dieser Situation von künstlicher Lebensverlängerung (also etwa künstlicher Ernährung) abhängig, so kann man den Todeszeitpunkt vorverlegen: Leidverlängerung darf man ablehnen. Hier helfen **Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht**. Ebenso wird es als natürlich angesehen, wenn man zu Essen und zu Trinken aufhört. Wirklich leidarm ist dies nur in der Sterbephase.

Mit die leidloseste Methode zu sterben ist letztlich die **Freitodhilfe**, bei der man nach Starten einer Narkoseinfusion sehr rasch friedlich einschläft. Hierbei freiwillig angebotene Hilfe eines Arztes anzunehmen, ist laut eines Urteils des Verfassungsgerichts ein „Grundrecht“, es ist also völlig legal. Hier müssen allerdings 4 Voraussetzungen der Freiverantwortlichkeit vorher eingehend geprüft werden und eine Bedenkzeit von mindestens 14 Tagen eingehalten werden.

Patienten, die es schaffen, das Unausweichliche zu akzeptieren, die durch gute palliative Einstellung beschwerdefrei sind, die dankbar sind für das was geht (und nicht nur sehen was nicht mehr klappt), berichten uns immer wieder, dass dies **die schönste Zeit ihres Lebens** ist. Dafür arbeiten wir jeden Tag.

Wenn es noch Fragen oder Sorgen gibt, sprechen Sie uns ruhig an.

Mit herzlichen Grüßen

Matthias Thöns für das Palliativnetz Witten e.V.

Palliativnetz Witten e.V., Spendenkonto: IBAN: DE56452500350000692889, BIC: WELADED1WTN (Nr. 692889, Stadtparkasse Witten, BLZ 45250035)

Vorstand: Susanne Gramatke, Dr. Frank Koch, Beate Van Lengen, Dr. Matthias Thöns

