

WIR IM HOSPIZ

Nr. 23

Ausgabe November 2021

**Liebe Mitglieder,
liebe Freunde des Fördervereins!**

*„Herr es ist Zeit,
der Sommer war sehr groß,
leg Deine Schatten auf die
Sonnenuhren und auf den Fluren
lass die Winde los ...“*

*Die beginnende Entschleunigung –
der Zeit nach dem Sommer und
der Ernte, die fallenden Blätter,
der heraufziehende Winter und
die erzwungene Besinnung auf sich
selbst.*

*Kann man schöner und treffender
Natur und Lebensverlauf beschreiben
als es Rainer Maria Rilke in seinem
„Herbstlied“ es getan hat? –
Die Antwort ist: wohl eher nicht!*

*Ich wünsche Ihnen die Ruhe, Besinn-
lichkeit und die Erkenntnis, dass wir
alle Teil dieses Kreislaufs sind.
Im Gedenken an alle, die uns in
diesem Jahr verlassen haben.*

Herzlichst Ihr

C. Rosak

Prof. Dr. Rosak, Vorsitzender des
Fördervereins Evangelisches Hospiz

Aus dem aktuellen Inhalt

- *Wohlfühlen bis zuletzt*
- *Es hilft schon, dass Sie hier sind*
- *Unterstützung im Hintergrund*

*Unsere dreiundzwanzigste Ausgabe
von „Wir im Hospiz“ ist dem Thema
„Wohlbefinden“ gewidmet“.*

Wohlfühlen bis zuletzt

In der letzten Lebensphase eines Menschen können Dinge wichtig werden, die vorher alltäglich und selbstverständlich sind. Sich noch einmal die Haare schneiden zu lassen oder eine Fußpflege zu erhalten, erscheint Außenstehenden manchmal absurd, nutzlos oder überflüssig. Man könnte denken, diese Menschen befinden sich wenige Tage oder Wochen vor ihrem Lebensende, wieso sollte man für solche Äußerlichkeiten Geld ausgeben und die wenige verbleibende Energie für solche Dinge verschwenden?



Foto: D. Müller

Allerdings wird dabei der hohe emotionale Wert dieser Handlungen ausgeblendet. Zum einen stellt das äußere Erscheinungsbild einen Teil der individuellen Persönlichkeit dar und zum anderen ruft

die Pflege Wohlbefinden hervor. Somit zeugt das Verlangen nach Alltäglichem wohl von dem Wunsch, das Gewöhnliche und Gewohnte beizubehalten, um so ein wenig Normalität aufrechtzuerhalten.

Fortsetzung auf S. 2

Entsprechend kann es in der letzten Lebensphase für Menschen enorm wichtig sein, für diese Gebräuchlichkeiten Energie aufzuwenden. Etwas Alltägliches und zuvor Selbstverständliches zum letzten Mal im Leben zu tun, hat einen ganz besonderen Stellenwert und kann mitunter auch schon einmal zelebriert werden.

Der Erhalt des individuellen Selbstwertgefühls

Die letzte Lebensphase ist bei vielen Menschen von einer längeren Krankheitsgeschichte mit sehr unterschiedlichen Stationen im Gesundheitswesen geprägt. Während dieser Zeit fällt es nicht immer leicht, auf sein Wohlbefinden zu achten. Im Hospiz finden die Menschen einen Ort, an dem sie zur Ruhe kommen können. Es ist ein Ort, wo sie ihren persönlichen Vorstellungen Raum geben können, um wieder zu sich selbst zu finden. So ist ein Teil der Identität mit dem Selbstbild verbunden. In der letzten Lebensphase ist es Menschen wichtig, dieses aufrechtzuerhalten und auch zu pflegen. Daher sollten Angehörige und Professionelle versuchen, den Wunsch nach «Alltäglichem» zu ermöglichen. Manche erkrankte Personen legen weiterhin großen Wert auf ihr äußeres Erscheinungsbild. Ausgewählte Kleidung, Schminke oder lackierte Nägel können beispielsweise das Selbstwertgefühl ei-

ner Person stärken. In den letzten Tagen des Lebens kann es für einen Menschen einen hohen Wert darstellen noch Attraktivität auszustrahlen, um so in guter Erinnerung zu bleiben. Dafür wird schon einmal eine hohe körperliche Anstrengung in Kauf genommen.

Von der Möglichkeit einen Wunsch äußern zu können

Es kann zu der Situation kommen, in denen Wünsche wie zum Beispiel einen Frisör zu bestellen geäußert wird; dies eingeleitet wird und am Termin selbst dann die Kraft fehlt, um es wirklich umzusetzen. Trotzdem ist es für den erkrankten Menschen wichtig, diese Wünsche äußern zu dürfen und sich dadurch ernst genommen zu fühlen. Im Evangelischen Hospiz gibt es die Möglichkeit, Termine für Maniküre, Pediküre und Haare schneiden zu vereinbaren. Mobile Kooperationspartner*innen kommen dann ins Hospiz. Die letzte Lebensphase von Menschen kann zudem von sich schnell wechselnden Zuständen geprägt sein. Darauf wird in der palliativen Versorgung explizit Rücksicht genommen. Denn auch in der letzten Lebensphase bleibt der Wunsch bestehen, gepflegt zu sein und sich wohl zu fühlen.

Lena Budecker



Was es zum „Wohlfühl“ alles braucht

- *Musik*
- *Berührung*
- *Lieblings-Duft*
- *Blumen*
- *kleine Aufmerksamkeit*
- *in der Natur sein*
- *freundliche Gespräche*
- *Besuch*
- *Komplimente*
- *Geplauder*
- *Massage*
- *besondere Leckereien*
- *Post*
- *Frisör*
- *Zeit geschenkt zu bekommen*
- *Sonnen-Spaziergang*
- *gemeinsames Glas Sekt*
- *Schlaf*
- *Fotoalbum anschauen*
- *...*



Foto: privat

Es hilft schon, dass Sie hier sind

Im Rahmen meines Studiums der Sozialen Arbeit absolvierte ich ein mehrmonatiges Praktikum im Evangelischen Hospiz. Ich wollte mich bewusst den Themen Sterben und Tod widmen und mit meinen Mitmenschen darüber ins Gespräch kommen. Zudem wollte ich meinen Beitrag leisten beitragen, die letzte Lebensphase der Erkrankten so angenehm wie möglich zu gestalten.

Nachdem ich mich in den ersten Wochen in der Hauswirtschaft eingearbeitet und mit den Abläufen und Patienten vertraut gemacht hatte, verbrachte ich viel Zeit mit ihnen. Häufig führten wir Gespräche, andere Male machte ich mit ihnen Spaziergänge oder las ihnen etwas vor.

Akzeptanz oder Ablehnung

Es gab einige Patienten, die mein Ange-

bot, ihnen Gesellschaft zu leisten, bereitwillig annahm. Dann investierte ich gerne Zeit und Kraft in die jeweilige Begegnung. Zu einigen hatte ich wirklich eine sehr gute Verbindung, so dass mit meinen regelmäßigen Besuchen zunehmendes Vertrauen und Wohlbefinden beiderseits einhergingen. Zu anderen Patienten hatte ich wenig bis keinen Zugang. Sie lehnten meine Angebote regel-

Fortsetzung auf S. 3

mäßig dankend ab. Während mir diese Abweisung am Anfang noch zu schaffen machte, lernte ich mit der Zeit, diese zu respektieren und keinesfalls persönlich zu nehmen.

Das Wohlbefinden hat Vorrang

In der Hospizarbeit gilt es, sich selbst zurückzustellen. Das Wohl der Patientinnen und Patienten steht an erster Stelle. Wann immer ich ein Zimmer betrat, fragte ich vorab, ob sie gerade Kontakt oder lieber Zeit für sich wünschten. Dabei versicherte ich ihnen, dass sie auch ohne schlechtes Gewissen das Angebot ablehnen bzw. mich jederzeit „rausschmeißen“ dürften. Dies meinte ich auch so, da ich schließlich niemanden zu etwas drängen wollte!

Sensibilität ist notwendig

Ein sensibler Umgang ist entscheidend, um die Bedürfnisse und Grenzen des anderen wahrzunehmen. Das ist ein Lernprozess, der Erfahrung und Zeit braucht. Selbst wenn ich neugierig war, fragte ich deshalb die Erkrankten nicht aus, sondern ließ sie bestimmen, über was sie reden wollten. Weil nicht nur über die Sprache kommuniziert wird, übte ich mich auch darin, auf nonverbale Mitteilung – also auf die Körpersprache – zu achten und darauf einzugehen.

Gegenseitige Wertschätzung

Das Besondere an all den Begegnungen war, dass beide Seiten davon profitierten – ja sogar davon zehrten. Es war ein beidseitiges Geben und Nehmen. Wenn

sich Patienten dafür bedankten, dass ich ihnen meine Zeit schenkte, erwiderte ich diesen Dank, da mich die Begegnungen genauso bereicherten. Es erfüllte mich, wenn sie ihre Wertschätzung ebenso zum Ausdruck brachten, ob durch einen herzlichen Händedruck, ein Lächeln oder durch Worte. So versicherte mir beispielsweise eine Patientin am Ende meines Besuches: „Solch ein anregendes Gespräch hatte ich schon seit Monaten nicht mehr.“ Ein anderes Mal bat ich einen Patienten mir zu sagen, wenn ich etwas für ihn tun könne. Er antwortete: „Es hilft schon, dass Sie hier sind.“

Marion André

*„Es ist ein ungeheures Glück, wenn man fähig ist,
sich freuen zu können.“*

George B. Shaw

Unterstützung im Hintergrund

*Seit zwölf Jahren werden im Evangelischen Hospiz Frankfurt Menschen in der letzten Lebensphase und Ihre Angehörigen durch ein multiprofessionelles Team (Pflegerkräfte, Hauswirtschaftler*innen, Verwaltungsmitarbeiter*in, Leitungsteam, Pfarrer*in) sowie Ehrenamtliche betreut und begleitet. „... den Tagen mehr Leben schenken“ – das ist unser erklärtes Ziel.*

Wir alle wünschen uns, dass wir auch in der letzten Phase unseres Lebens als Individuum mit unseren eigenen Bedürfnissen und Nöten wahrgenommen werden. Dieser Wunsch nach individueller Wertschätzung bedeutet für das Hospiz: Wir stellen ein Betreuungsangebot einschließlich der erforderlichen Hilfsmittel bereit, das über ein medizinisch-pflegerisches „Standard-Angebot“ hinausgeht.

Ein Stück Selbstständigkeit

Herr A. ist schwerhörig, kann nur noch den linken Arm bewegen. Er ist überwiegend bettlägerig und benötigt zudem eine 24h-Medikamentenpumpe, damit

er keine Luftnot hat und ihm nach dem Essen nicht übel wird. Herr A. genießt es sehr, dass die Pflegekräfte zweimal täglich mit einem muskelentspannenden Aroma-Öl seinen rechten Arm massieren und ihn bewegen, so dass er keine Kontrakturen entwickelt und keine Schmerzen hat. Herr A. kann mit der linken Hand sehr einfach über einen Funkschalter das Licht ein- und ausschalten, was ihm ein Stück Selbstständigkeit ermöglicht und ihm in der Nacht die Angst vor der

Dunkelheit nimmt. Er kann zu jeder Zeit mit einem Funkkopfhörer fernsehen und im Radio seinen Lieblingssender hören, ohne dass er andere Patienten im Hospiz stört.

Qualität hat ihren Preis.

Die Kostenträger (Pflege- und Krankenkassenversicherungen) übernehmen 95 % der Betriebskosten. Dazu gehören u. a. die Personalgehälter, Miete, Strom, Wasser, Lebensmittel für die Verpflegung der Pa-



Foto: D. Müller

Fortsetzung auf S. 4

tienten, Pflegehilfsmittel (wie bspw. Spritzen, Handschuhe, Inkontinenzversorgung), Desinfektions- und Reinigungsmittel, Wartungsgebühren für die technischen Geräte und vieles andere mehr. 5 % der Betriebskosten muss das Hospiz selbst finanzieren. Es wird dabei, seit der Inbetriebnahme 2009, vom Förderverein des Evangelischen Hospiz Frankfurt unterstützt. Die fast zweihundert Mitglieder leisten mit ihrem jährlichen Beitrag eine wichtige finanzielle Hilfestellung. Darüber hinaus sammelt der ehrenamtliche Vorstand in Vertretung durch seinen Vorsitzenden Prof. C. Rosak, den Schatzmeister Dr. J. Than sowie der Schriftführerin S. Dorn, Spenden in der Öffentlichkeit. Durch die langjährigen und intensiven Kontakte des Vorstandes zum Rotary Club Frankfurt, wird jedes Jahr im Rahmen der Weihnachtsspende für das Evangelische Hospiz gespendet. Davon wurden für die Patienten u. a. Spritzenpumpen, Rollstühle, spezielle Weichlagerungsmatratzen, moderne Fernseher, eine Musikanlage und WLAN in den Patientenzimmern finanziert. Auch war es möglich, die Ausstat-

tung des Hospizes zu erweitern bzw. zu modernisieren.

Wertschätzung durch Spenden

Ein besonderes Anliegen des Fördervereins ist die Wertschätzung und Gesunderhaltung des haupt- und ehrenamtlichen Hospizteams. Daher werden z. B. Fort- und Weiterbildungen, das Jahresfest, gesundheitsfördernde Maßnahmen sowie Fahrtkosten finanziell unterstützt. In diesem Jahr wurde die Hospizküche umfassend modernisiert und damit insbesondere die wichtige Arbeit der Hauswirtschaft als Teil des Hospizteams honoriert.

Ein herzlicher Dank

Diese Unterstützung durch den Förderverein, trägt maßgeblich zum Wohlbefinden unserer Patienten und deren Angehörigen bei und stärkt durch die erlebte Wertschätzung nicht zuletzt auch das Wohlbefinden unseres multiprofessionellen Teams. Wir danken ganz herzlich dafür!

Dagmar Müller

Seelenbalsam

Seit Jahren hat sich die Handmassage in der Versorgung im Hospiz etabliert. Eine der ehrenamtlich tätigen Menschen hat eine Ölmischung eingeführt, die heute noch gerne angewendet wird.

Das «Öl gegen Traurigkeit»:

- 50 ml Jojoba- oder Mandelöl
- 1–2 Tropfen Geranie
- 1–2 Tropfen Thymian
- 1–2 Tropfen Vetiver

Die ätherischen Öle dem Trägeröl zugeben und 24 Stunden ruhen lassen. Es reichen sehr wenige Tropfen für die Handmassage.

Nicht zu vernachlässigen ist auch die Wirkung auf den Massierenden. Denn Wohlfühlgefühl ist für uns alle gut. Anderen Menschen eine Massage anzubieten, sollte eine gewisse eigene innere Ruhe voraussetzen.

Spendenkonto

Förderverein für das
Evangelische Hospiz Frankfurt am Main
Ev. Kreditgenossenschaft e. G.
Stichwort: Spende
IBAN: DE86 5206 0410 0004 0024 23
BIC: GENODEF1EK1

Bei Spenden bis einschließlich 200.– Euro gilt die Kopie des Überweisungsauftrages in Verbindung mit dem Kontoauszug Ihrer Bank als Spendenbeleg.

Kontakt

Wenn Sie Fragen haben, dann zögern Sie bitte nicht, sich mit uns in Verbindung zu setzen – telefonisch oder per E-Mail.

Evangelisches Hospiz
Frankfurt am Main gGmbH
Rechneigrabenstraße 12
60311 Frankfurt am Main
Telefon: 069 299879-0
Telefax: 069 299879-60
E-Mail: info@hospiz-frankfurt.de
Web: www.hospiz-frankfurt.de

Redaktion

V.i.S.d.P.
Dr. Dagmar Müller
Prof. Dr. Christoph Rosak
Monika Laube

Diakonie

Diakonisches Werk
für Frankfurt
und Offenbach



**Die nächste Ausgabe
erscheint voraussichtlich:
im Mai 2022**

www.hospiz-frankfurt.de

EVANGELISCHES HOSPIZ
FRANKFURT AM MAIN