



Leben bis zuletzt

Aus der Arbeit des
Ambulanten Hospiz- und Palliativdienstes

Infobrief 26
Juni 2016



Liebe Fördererinnen und Förderer der ambulanten Hospizarbeit in Herne,

in dieser Ausgabe des Infobriefes finden Sie u.a. einen Bericht über die Palliative Praxis, eine gemeinsame Schulung für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in mehreren Altenpflegeheimen in Herne, in die Ehrenamtliche des AHPDs mit einbezogen werden. So ist das ein gutes Geben und Nehmen und Konkurrenzdenken kann gar nicht erst aufkommen.

Immer wichtiger ist dieser Bereich in den letzten Jahren für uns geworden. Wir sind sehr dankbar, dass unsere Begleitungen der Bewohner in Altenheimen von den Mitarbeitern und den Trägern tatkräftig unterstützt werden.

Übrigens begegnen wir immer wieder dem Missverständnis, als müsste eine Begleitung durch den Ambulanten Hospiz- und Palliativdienst ärztlich verordnet werden. Wir freuen uns sicherlich über alle Hinweise von Ärzten sowie Pflegediensten und Heimen.

Was bedeutet eigentlich... Ehrenamt auf der Palliativstation?

Bereits vor 24 Jahren, im März 1992, wurde im Evangelischen Krankenhaus Herne eine Palliativstation eingerichtet zur Versorgung von Tumorpatienten mit fortgeschrittener Erkrankung und einer begrenzten Lebenserwartung. An die Stelle der heilenden Behandlung treten die Linderung der Schmerzen und die Behandlung von Symptomen wie Luftnot, Übelkeit, Erbrechen und Appetitlosigkeit. Das Ziel ist die Verbesserung der Lebensqualität, wodurch die Möglichkeit gegeben ist, dass der Patient in seine gewohnte Umgebung zurückkehren kann.

Das hauptamtliche Team besteht aus einem Arzt, Pflegekräften, einer Sozialarbeiterin und einer Seelsorgerin, die alle in der Palliativversorgung qualifiziert sind.

Die Palliativstation im Erdgeschoss umfasst fünf helle und geräumige Zimmer mit Zugang zu einer Terrasse, die jeweils mit einem oder zwei Patienten belegt werden können. In der freundlichen Wohnküche bietet ein großer Tisch Gelegenheit zu einem gemeinsamen Frühstück, aber auch zu Gesprächen mit den Angehörigen und Mitarbeitern.

Der Ambulante Hospiz- und Palliativdienst Herne wurde im Jahre 1997 mit dem Ziel der Begleitung Sterbender und ihrer Angehörigen zu Hause und in Pflegeheimen gegründet. Gemeinsam mit der Palliativstation koordiniert er (seit 3 Jahren) die Einsätze der Ehrenamtlichen und sorgt für deren Erstqualifizierung und Fortbildung. Die Ehrenamtlichen sind entweder ausschließlich für die Palliativstation tätig oder auch im Wechsel mit ambulanten Einsätzen bei den

Patienten in deren eigener Wohnumgebung oder im Heim. Das bietet die Möglichkeit, auch nach der Entlassung Kontakt zu den Patienten zu halten.

Die Aufgaben der Ehrenamtlichen liegen nicht im medizinischen Bereich, sondern darin, den Patienten mit Hinwendung und Wertschätzung Gelegenheit zu einem Gespräch zu geben und ein offenes Ohr für ihre Gefühle und Ängste zu haben. So wird gelegentlich auf Wunsch des Patienten mit ihm auch gebetet oder gesungen. Die Zubereitung und das Anreichen des Essens gehört ebenso zum Einsatz der Ehrenamtlichen wie, wenn gewünscht, ein kleiner Spaziergang oder eine Fahrt durchs Haus. Für Gespräche mit den Angehörigen steht auf der Station ein gemütlich eingerichteter separater Raum zur Verfügung.

Einige unserer Ehrenamtlichen üben diese Tätigkeit bereits seit vielen Jahren aus und sind so ein fester Bestandteil der Station geworden. In ihren Aussagen zeigt sich, wie gern sie diesen Dienst leisten, der manchmal emotional belastend sein kann, aber immer auch tief befriedigend.

Wolf Eckert

Ehrenamtlicher Mitarbeiter

Palliativstation EvK Herne

Kontakt: Karola Rehrmann

02323/498-2307

www.palliativstation-herne.de



Pilgern im Pott

Zwölf Leute, altersmäßig gemischt, ein einziger männlicher Pilger zwischen elf Pilgerinnen, zwei Koordinatorinnen neben zehn Ehrenamtlichen – so setzte sich die Gruppe zusammen, die am Samstag des 12. März 2016 in der Kapelle des Ev. Krankenhauses an der Wiescherstraße zusammentraf, um zu pilgern und den Tag miteinander zu verbringen.

Eingeladen zu diesem Ereignis hatte Karola Rehrmann, eine der drei Koordinatorinnen des AHPD, und Seelsorgerin des EvK Herne. Pilgererfahrungen hatten die wenigsten, man ließ den Tag auf sich zukommen. Das Wetter spielte mit, es war zwar kalt und der Wind war eisig, aber anfangs schien sogar die Sonne und es blieb trocken. Feste Schuhe und warme Jacken verstanden sich daher von selbst.

Nach einer Begrüßung, einer Vorstellungsrunde und einem Pilgersegen starteten wir durch die Hintertür der Kapelle hinaus in den Tag, vorbei an zwei Kindertagesstätten mit der Aufgabe, sich auf dem weiteren Weg mit seinen Mitpilgern über seine Kindheit und das, was man sich bewahrt hat und das, was verloren gegangen ist, auszutauschen. Unterdessen wurde ein großes Feld in Richtung Südfriedhof durchschritten. Das typische Ruhrgebiet stellt man sich anders vor.

Der Südfriedhof in Herne ist ein städtischer Friedhof und ist mit etwa 37.000 Grabstellen gegenwärtig der größte Friedhof auf Herner Stadtgebiet. Nach den Gedanken über die eigene Kindheit folgte nun ein Gedankenaustausch über den Tod: Die meisten der Mitpilger gingen gerne über Friedhöfe, auch im Urlaub bei Auslandsaufenthalten wird gerne die andersartige Friedhofs-Kultur beachtet. Der ein oder andere hatte Hospiz-





Begleitungen an diesen Friedhof verloren, manch einer Verwandtschaft. Auch über Bestattungskultur wurde gesprochen. An den zahlreichen neuen Kolumbarien schieden sich die Geister: Die einen mochten die Art der Urnengräber in Kubenform, deren Inhalt mit einer Steinplatte – versehen mit Namen und manchmal mit, manchmal ohne Geburts- und Sterbedatum – verschlossen wurde. Die anderen lehnten diese Form der Bestattung für sich persönlich ab („Das erinnert mich an eine Hochhaussiedlung“).

Danach war Schweigen angesagt: Einige Kilometer wanderten wir ohne zu sprechen durch den Gysenbergwald am Ostbach entlang. Anfangs zwar etwas befremdet, da man ohne zu sprechen neben seinen Mitpilgern herlief, aber ziemlich schnell gewöhnte man sich daran und konzentrierte sich auf seine Sinne: Was hört man, was sieht man, was riecht man? Die Ziegen im kleinen Tierpark des Gysenbergparks auf jeden Fall! Man traf auch andere Wanderer, die sich über die seltsame, schweigende Gruppe wunderten. Den meisten von uns hatte dieser Schweigemarsch gefallen, man hörte Vogelstimmen, Flugzeuge, das Rauschen des Baches - es gab kein sprichwörtliches Schweigen im Walde, nur unseres.

Quatschend verbrachten wir den weiteren Weg zur Ev. Christus-Kirche in Bochum-Gerthe. Pause wurde im Tee-Haus gemacht, einer Einrichtung dieser Gemeinde, die nur von Ehrenamtlichen getragen wird. Es gab Brötchen und Kaffee - und Tee natürlich! Die beiden Damen im Teehaus waren auf unseren Besuch eingerichtet und erfüllten uns alle möglichen Wünsche. Sie erzählten, wie es zu dem Tee-Haus gekommen ist, dass es gut angenommen wird, aber leider der ehrenamtliche Nachwuchs ausbleibe. So geht es ja leider fast jedem Ehrenamt.

Der anschließende Besuch der Christus-Kirche wurde von Frau Berghoff gestaltet, einer zertifizierten Kirchenführerin, die uns mit Schokolade begrüßte, uns die Kirche von außen und innen nahebrachte und im Anschluss jedem eine Jakobsmuschel überreichte, das Pilgerzeichen.

Der Weg führte weiter über das Gelände der ehemaligen Zeche Lothringen, an deren stilisierten Türmen wir vorbeigingen in Richtung Bochum-Harpen, wo die nächste Pilgerkirche auf uns wartete. Durchquert wurde wieder landwirtschaftlich geprägtes Gelände gemischt mit Industriedenkmälern, die an vergangene Zeiten erinnern sollen. Am Horizont konnte man allerdings



wieder das uns bekannte Ruhrgebiet erahnen, mit seiner dichten Bebauung und der ein oder anderen markanten Erhöhung, die einem sagte, wo man sich befand.

An der St. Vincentius Kirche in BO-Harpen hatte unsere Pilgergruppe fast zwölf Kilometer Weg zurück gelegt. Wie eine kleine Trutzburg stand sie leicht erhöht über Harpen, gebaut aus Buntsandstein und vier Kirchenfenster zeigten Motive mit Bergleuten. Der Bus der nahegelegenen Haltestelle und zwei weiter Umstiege brachten uns wieder in Richtung Ausgangspunkt unserer Pilgerwanderung – der Kapelle des EvK.

Hier reflektierten wir in einer Abschlussrunde unsere Eindrücke und verabschiedeten uns mit einem Lied.

Das Fazit war eindeutig: Allen Pilgerinnen und Pilgern hat es gut gefallen und alle möchten dieses Erlebnis gerne noch einmal wiederholen.

In meinem Auto sitzend und nach Hause zurück in meinen Alltag fahrend, fühlte ich, dass sich ein warmes, inneres Strahlen in mir breitgemacht hatte. Das Radio blieb aus und auch der Einkauf eines vergessenen Lebensmittels war unwichtig geworden. Nichts sollte dieses angenehme Gefühl jetzt unnötig stören. Ich bin gespannt, wie lange es anhalten wird...

Christine Weigelt

Ehrenamtliche Mitarbeiterin

Ev. Christuskirche Bochum-Gerthe

www.gerthe-evkirchebochum.de.101nm.host-ing.eu/

Ev. Vincentius-Kirche Bochum-Harpen

www.harpen.ekvw.de/st-vinzentius-kirche/

Ohne die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter könnte der AHPD gar nicht existieren. Sie sind das Herz des Dienstes. Auch die Palliativstation erlebt sie als Bereicherung. Um dem kontinuierlich wachsenden Wunsch nach einer Begleitung nachkommen zu können, freut sich das Team immer über Zuwachs.

Doch wer sind wir Ehrenamtlichen? Warum haben wir uns für diese Tätigkeit entschieden? In unserer Serie „Wir Ehrenamtlichen“ können Sie uns kennenlernen. Und vielleicht haben dann auch Sie Lust, Teil unseres Teams zu werden. Wir würden uns freuen.

Wir Ehrenamtlichen

Angelika Linden, 59 Jahre

Durch die Diagnose Brustkrebs musste ich mich vor einigen Jahren, wie ich damals fand, viel zu früh, mit ihm Thema Tod und Sterben und somit auch einem bisher nicht dagewesenen Blick auf das Leben auseinandersetzen.

Das ist auch weiterhin so geblieben, wird aber inzwischen von mir als Bereicherung meiner Lebensqualität empfunden.

Während der Krankenhausaufenthalte und Therapien habe ich mich allerdings überwiegend einem Gesundheitssystem ausgeliefert gefühlt, in dem für die Individualität, Ängste und Nöte der einzelnen Patienten selten Raum und Zeit war.

Manchmal gab es sie aber doch auch dort: Menschen, die sich Zeit nahmen, ein offenes Herz und Ohr boten, eine zugewandte Geste oder ein Lächeln schenkten.

Einen Teil der Zeit, die ich als Rentnerin nun selbstbestimmt leben und planen kann, möchte ich darauf verwenden, die guten menschlichen Erfahrungen weiterzugeben.

In den Zielen und Ansprüchen des AHPD habe ich diesen Ansatz wiedergefunden und an einer vorbereiteten Schulungsmaßnahme für Ehrenamtliche teilgenommen.

Seit Sommer letzten Jahres bin ich nun einmal wöchentlich gerne auf der Palliativstation im Einsatz.

Die Hauptamtlichen haben es mir leicht gemacht, mich freundlich, offen und unterstützend aufgenommen.

Es ist eine richtig gute und auch beruhigende Erfahrung, dass empathischer Umgang mit den Patienten hier ganz selbstverständlich gelebt wird.



Erste Ehrenamtliche im AHPD erhält Zertifikat der „Palliativen Praxis“

„Leben bis zuletzt“, möglichst selbstbestimmt bis ins hohe Alter und ohne schwere Erkrankung – das wünschen wir uns alle. Die Diagnose Demenz stellt das Leben der Betroffenen auf den Kopf. Sich von Fähigkeiten, Wünschen und Hoffnungen zu verabschieden, löst Angst, Unsicherheit und Verzweiflung aus. Häufig fahren die Gefühle Karussell.

Der lange Weg der Erkrankung belastet ebenso die Familie, Freunde, Nachbarn, die professionellen Mitarbeiter und ehrenamtlich Tätige.

„Am Ende geht es um den Menschen“

Alte Menschen am Ende ihres Lebens entlang ihrer Bedürfnisse und Wünsche zu begleiten und zu versorgen, stellt eine große Herausforderung in den gemeinsamen Bemühungen von Hospizarbeit und Palliativmedizin dar.

Das Wahrnehmen von Beschwerden, Leidenerfahrung, Verlusten sowie Wünschen erfordert eine sensible Wahrnehmung und einen kontinuierlichen Kontakt mit den Betroffenen.

Dazu ist es notwendig, dass neben den Angehörigen alle an der Versorgung beteiligten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, mit und ohne Fachqualifizierung und die engagierten Ehrenamtlichen, nicht nur Basiskenntnisse in Palliative Care und Hospizkultur erhalten, sondern auch ihre Haltung dazu entwickeln und vertiefen können.

„Schulung in Altenheimen“

Ziel ist, dass sich dort eine Palliative Praxis durchsetzt, wo alte Menschen leben und sterben. Dies gilt insbesondere für die wachsende Gruppe der Demenzkranken, die eine

Förderprojekte in Herne finanzieren Demenzbegleitung + Fortbildung

Die Begleitung von Menschen mit Demenz am Lebensende wird im AHPD seit 2010 vom Förderverein Lukas-Hospiz e.V. finanziell getragen. Ebenso unterstützt er seit 2013 die Fort- und Weiterbildung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in mehreren Altenheimen in Herne. Auch Ehrenamtliche des AHPD nehmen daran teil. Durchgeführt werden die Seminare durch die Palliativakademie in Herne.

www.apph-ruhrgebiet.de

besondere Form der Palliativ- und Hospizbetreuung benötigt.

An der 40-stündigen Fortbildung „Palliative Praxis“ nehmen alle Berufsgruppen mit oder ohne fachlichem Hintergrund sowie Ehrenamtliche teil. Der Lehrplan lehnt sich an die handlungsorientierte *Story-Line-Methode* an. Sie folgt einer Geschichte (*Story*-), die die Moderatorin gemeinsam mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern Schritt für Schritt entwickelt. Ähnlich wie bei einem Drehbuch schließen sich die einzelnen Episoden sinnvoll aneinander an. Es entsteht so etwas wie ein roter Faden, eine Linie (*-Line*). Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden dabei zu einer Vielzahl von Aktivitäten aufgefordert, Inhalte werden emotional angesprochen, es entsteht ein innerer Zusammenhang. Das Verstehen wird so erleichtert und das selbst Erlernte haftet besser im Gedächtnis. Nach Abschluss erhalten alle das Zertifikat „Palliative Praxis“ der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin (DGP) und des Deutschen Hospiz- und PalliativVerbandes e.V. (DHPV).

Interview mit der ehrenamtlichen Teilnehmerin Ingrid Bembenek

Frau Bembenek, Sie unterstützen Angehörige und Mitarbeiter in den Heimen durch Ihre Besuche. Sie sind für den Bewohner ein Teil des Puzzles in der Versorgung am Lebensende. Sie haben als erste Ehrenamtliche des Ambulanten Hospizdienstes an dieser Fortbildung teilgenommen. Was war für Sie anders als sonst?

Anders war, dass wir als erstes alle gemeinsam „unsere Frau Charlotte von Stetten“ kreativ geschaffen, ihr neben ihrem Gesicht, einen Namen und ihre ganz persönliche Lebensgeschichte gegeben haben. Vom ersten Moment an haben alle zusammen gearbeitet, obwohl wir aus verschiedenen Arbeitsfeldern kamen.

Was hat Ihnen an dieser Art der Fortbildung gefallen?

Dass wir alle den Weg von Frau von Stetten mit all ihren Beschwerden, ihrem Leid und ihren Wünschen vom Einzug in ein Altenheim bis zu ihrem Lebensende in Abschnitten mitgegangen sind. Dabei haben wir die Angehörigen nicht vergessen. Jeder von uns konnte sich auf seine ganz persönliche Art und Fähigkeit einbringen.

Was hat sie besonders berührt?

Mit verschiedenen Methoden Inhalte zu erarbeiten und durch Rollenwechsel auch verschiedene Blickwinkel zu bekommen. Das führte zunehmend zu einer emotionalen Bindung zur Betroffenen und ihren Angehörigen. Das ging richtig unter die Haut. Ich hatte manchmal das Gefühl, mitten drin zu sein in der Geschichte.

Was haben Sie für sich aus der Fortbildung mitnehmen können?

Ich habe schon mehrere Fortbildungen mitgemacht, die mir Wissen und Handwerkzeug für meine Begleitungen mit auf den



Weg gegeben haben. Ich fühle mich gestärkt und bestärkt, das gibt mir Sicherheit. Mein persönliches Fazit: alles was haupt- und ehrenamtlich Tätige für Sterbende und ihre Angehörigen tun, funktioniert nur dann, wenn wir alle gemeinsam durch Offenheit, Akzeptanz des Anderen und des Anderssein, mit Sensibilität und Kreativität zusammenarbeiten. Es wird immer eine Herausforderung bleiben, der wir uns aber gerne immer wieder neu stellen.

Herzlichen Dank, Frau Bembenek.

Annegret Müller

Koordinatorin AHPD, Schwerpunkt Demenz
Projektverantwortliche APPH Ruhrgebiet
und Moderatorin Palliative Praxis

DEMENSCH

Für einen menschenfreundlichen Umgang mit Demenz – Buchtipp



Vor Jahren war das Wort Demenz noch ein Fremdwort und über Alzheimer wurden spöttische Witze gemacht. Man sprach nicht darüber, sondern versteckte die Menschen. Jetzt aber, im 21. Jahrhundert, hat man gelernt, damit umzugehen. Die beiden Herausgeber des Buches Thomas Klie und Peter Gaymann haben aus dem Tabuthema ein öffentliches gemacht. Mit dementen Menschen sollen wir ganz normal umgehen: Nicht über sie reden, sondern mit ihnen; nicht nur das sehen, was sie nicht mehr können – es sind Menschen wie du und ich: ihre Menschenwürde ist unantastbar.

Viel Liebe, Verständnis und Humor machen es ihnen und uns leichter, den Alltag zu bewältigen. Tun wir's doch!

Im Vorwort heißt es: *Texte von Prominenten und Experten, die sich seit vielen Jahren mit dem Thema Demenz befassen und den Zugang über Humor als überlebenswichtig ansehen, einen Essay, der einlädt, sich den vielen Facetten der Demenz und seinen Deutungen zu nähern und Cartoons, die sich auch als Schule eines anderen Blickes auf die Erscheinungsformen von Demenz verstehen lassen.*

Als betroffene Angehörige betreue und pflege ich seit 3 Jahren meinen an Demenz erkrankten Mann. Sein Wesen hat sich verändert, er ist egoistisch und vergesslich geworden. Trotzdem bleibt er für mich der Gleiche, weil er mir sehr wichtig ist und seine Lebenswürdigkeit nicht verloren hat. Alle, die Menschen mit dieser Krankheit betreuen, brauchen viel Geduld, Verständnis, Liebe und auch Humor.

Wirklich mitreden kann man bei diesem Thema, wenn man selber mit diesen Menschen zusammen lebt. Theorie und Praxis gehen weit auseinander. Viele Beiträge in diesem Buch kann ich aus meiner Sicht bestätigen, manch andere sind mir persönlich zu philosophisch oder theologisch.

Doch die humorvolle Zugangsweise habe ich als sehr wohltuend empfunden. Dazu Dr. Eckart von Hirschhausen: „Humor hilft heilen, auch wenn was nicht zu heilen ist.“ Dr. Verena Wetzstein ergänzt dazu: „Indem Karikaturen nicht in erster Absicht unterhalten, sondern nachdenklich machen wollen, üben sie einen Dienst an der Gesellschaft aus.“

Inge Reinholdt

Ehrenamtliche Mitarbeiterin

Demensch: Für einen menschenfreundlichen Umgang mit Demenz

Texte und Zeichnungen

Peter Gaymann

Thomas Klie

medhochzwei Verlag, 2015

ISBN 978-3862162246

„Auf der Rückseite der Trauer gibt es eine Vision... , die Phantasie braucht.“

Klaus Kleffner

Dieser Impuls und Gedanke eines geistlichen Freundes und Weggefährten berührt mich sehr – er spricht mich immer wieder an.

Dass das so ist, hat zu tun mit meinen lebensgeschichtlichen Erfahrungen, die mich oft an die Grenzen meiner menschlichen Möglichkeiten geführt haben. Tod und Trauer in der Familie haben mich seit dem 13. Lebensjahr unumgänglich begleitet.

Eigenes Überleben unterschiedlicher Unfallsituationen prägen Sinn und Gefühl.

Zuletzt sind das nach langer Brustkrebserkrankung Sterben meiner Frau Barbara sowie der (Krebs-)Tod meiner Mutter intensive Gefühls- wie Erlebensfelder gewesen.

Während dieser Zeiten ist es mir manchmal unglaublich schwer gefallen, die Dinge und Umstände so anzunehmen, wie sie wirklich waren.

Gleichwohl kann ich sagen, dass es dennoch ein nicht verstummendes besonderes Empfinden gab, das mich dahingehend bestärkte: es wird gut gehen – gleich wie und das auch Dank anderer Wegbegleiterinnen und -gefährten.

Hier mögen manche Menschen nicht ganz unberechtigt einwenden: Geht so etwas überhaupt... Ist das nicht geradezu zynisch? Was mein Erleben betrifft, kann ich das aufrichtig verneinen. Ich glaube daran, dass Sterben und Tod Aufgaben sind, die das Leben uns Menschen stellt. Es liegt an uns, wie wir damit umzugehen versuchen. Ich kann für mich sagen, dass es den oftmals harten Weg bewusst zu gehen lohnt.

Deshalb vermag ich auch das Leitmotiv des AHPD „Leben bis zuletzt“, für den ich seit

2014 ehrenamtlich tätig bin, aus tiefer Überzeugung mitzutragen und zu leben.

Eine fundierte erfahrungs- wie lebensnahe Basisqualifikation für die ehrenamtliche Begleitung von schwerstkranken und dementen Menschen an ihrem Lebensende (wie auch deren Angehörigen) lässt mich meinen persönlichen Dienst gut gerüstet und kreativ tun.

Ich bin zutiefst davon überzeugt, dass wir Menschen einander besonders am Lebensende – etwas ganz Elementares geben können, nämlich füreinander dasein – in welcher Weise und Form auch immer. Hier wird das, was dem zu begleitenden Menschen gut tut zum Maßstab meines Handelns. Dabei sind unserer individuellen Phantasie kaum Grenzen gesetzt..., da gibt es keine Unmöglichkeiten.

Und nach meiner Erfahrung sind die professionell Pflegenden dankbar für diesen begleitenden Dienst.

So erlebe ich auch den Austausch, die Fortbildung und Supervision meiner ehrenamtlichen Tätigkeit als etwas, was mich unbedingt weiterführt und meine individuelle Phantasie beflügeln kann.

Ich fühle mich gut befähigt, erlebe tief bewegendes Miteinander sowie eine aufrichtige Fröhlichkeit, ohne die bedrückenden Seiten meiner Arbeit dabei zu ignorieren.

Das ist für mich die Perspektive: „Leben bis zuletzt“!

Andreas-U. Haarmann
Ehrenamtlicher Mitarbeiter

Ohne die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter könnte der AHPD gar nicht existieren. Sie sind das Herz des Dienstes. Auch die Palliativstation erlebt sie als Bereicherung. Um dem kontinuierlich wachsenden Wunsch nach einer Begleitung nachkommen zu können, freut sich das Team immer über Zuwachs.

Doch wer sind wir Ehrenamtlichen? Warum haben wir uns für diese Tätigkeit entschieden? In unserer Serie „Wir Ehrenamtlichen“ können Sie uns kennenlernen. Und vielleicht haben dann auch Sie Lust, Teil unseres Teams zu werden. Wir würden uns freuen.

Wir Ehrenamtlichen

Andreas-U. Haarmann, 59 Jahre

In den Jahren 2005-2011 habe ich meine an Brustkrebs erkrankte Frau Barbara in mehreren deutschen Kliniken sowie daheim begleitet. Während der verschiedenen ambulanten wie stationären Therapien bin ich u. a. mit Sozioonkologen und Palliativmedizinern in Kontakt gekommen und habe deren unterschiedlichen Arbeitshorizonte kennen- und wertschätzen gelernt. Ich konnte in dieser für mich schwierigen Zeit hilfreiche Entlastung sowie professionellen und ehrenamtlichen Zuspruch in der Lebens- und Sterbegleitung erfahren.



Nach dem Tod meiner Frau Anfang 2011 habe ich im Frühjahr 2014 - durch meine Erlebnisse gestärkt - den angebotenen Qualifikationskurs „Leben bis zuletzt“ beim AHPD in Herne mit großem persönlichen Gewinn besucht. Seither habe ich drei Menschen auf ihren je eigenen Wegen in Pflegeeinrichtungen bzw. auf der Palliativstation im Ev. Krankenhaus Herne begleitet.

Darüber hinaus habe ich mich in einer universitären Fortbildung bei Prof. Dr. Arnold Langemayr (Essen) 2014-2015 für eine „Professionalisierung in der Trauerbegleitung“ weiterqualifiziert.

Dies habe ich u.a. auch in dem Bewusstsein getan, dass es neben unseren konkret zu begleitenden Menschen eben auch Angehörige gibt, die genauso intensiver Zuwendung in der Lebens- und Sterbegleitung bedürfen.



Neues aus dem Gesetzbuch

Hospiz- und Palliativgesetz HPG verabschiedet

Am 5.11.2015 hat der Bundestag das Hospiz- und Palliativgesetz HPG verabschiedet.

Es soll der Verbesserung der hospizlichen und palliativen Versorgung dienen.

Zunächst wird mit diesem Gesetz der Anspruch eines jeden Versicherten auf eine angemessene Versorgung und Begleitung in seiner letzten Lebensphase gefestigt. Medizinische und pflegerische Leistungen sollen besser vergütet werden, insbesondere die ländlichen Strukturen sollen unterstützt werden. Auch hospizliche Leistungen werden ab 2016 finanziell mehr unterstützt. So erhalten sowohl die stationären Kinder- als auch Erwachsenen Hospize einen höheren Zuschuss.

Ich möchte hier nun einige Punkte herausgreifen, die direkt oder indirekt die Arbeit des Ambulanten Hospiz- und Palliativdienstes betreffen. Auch die Ambulanten Hospizdienste werden zukünftig eine höhere Förderung erhalten, mit der neben Personalkosten auch Sachkosten bezuschusst werden können. Das gibt den Diensten eine höhere Planungssicherheit.

Das Gesetz betont, dass die ehrenamtliche Sterbebegleitung sowohl in der eigenen Wohnung als auch im Behinderten- oder Pflegeheim sowie im Krankenhaus notwendig und unterstützenswert ist. Dafür sind die Grundlagen geschaffen worden.

Einen besonderen Schwerpunkt bildet der Anspruch auf Beratung. Jeder Versicherte hat die Möglichkeit, sich bei seiner Krankenkasse zu den Möglichkeiten der Hospiz- und Palliativversorgung beraten zu lassen. Ebenso hat jeder Pflegeheimbewohner ein Anrecht darauf, sehr persönlich zu seiner Versorgungsplanung im Hinblick auf sein Lebensende im Pflegeheim beraten zu werden. An dieser Stelle hoffen wir als Hospizdienst mit 20 Jahren Erfahrung, dass wir mit den Krankenkassen und den Pflegeheimträgern hier eine enge Zusammenarbeit finden werden.

Eine gelungene Unterstützung am Lebensende braucht viele Netzwerkpartner, die diese Herausforderung gemeinsam angehen. Ein Dienst oder ein Person alleine kann das nicht schaffen.

Karin Leutbecher
Koordinatorin AHPD

Eine Zusammenfassung und einen Verweis zum kompletten Text finden Sie hier:

- www.bmg.bund.de/presse/pressemitteilungen/pressemitteilungen-2015-4/hospiz-und-palliativgesetz.html
- www.palliativ-portal.de/hospiz-und-palliativgesetz-hpg-0

Aus Großmutters Hausapotheke

Sich selbst und anderen Zeit und Nähe schenken



Haben Sie schon einmal eine Handmassage ausprobiert?

Schenken Sie doch einmal sich selbst, Ihrem Partner, einem lieben Menschen oder einem kranken oder dementen Menschen etwas Besonderes.

Dazu brauchen Sie nicht viel Vorbereitung. Schnell haben Sie ein kleines Handtuch oder eine Küchenrolle, Handcreme oder Bodylotion zur Hand. Etwas Besonderes ist eine Mischung aus 10 ml Jojoba- oder Mandelöl gemischt mit 8-10 Tropfen 100% ätherischem Öl ihrer Wahl (z.B. Lavendel, Grapefruit).

Annegret Müller
Koordinatorin

Anleitung für eine kleine Handmassage

Reiben Sie die Hand und den Unterarm mit der Creme oder Ölmischung ein.

- Legen Sie den Unterarm zwischen Daumen und Finger ihrer Hand und ziehen diese mit etwas Druck Richtung Ellenbeuge hoch. Das wiederholen Sie langsam 8 bis 10 Mal.
- Handrücken: Streichen Sie zwischen den Handknochen vom Fingeransatz in Richtung Handgelenk aus und gehen in kreisenden Bewegungen auf dem Handknochen wieder zurück. Dann den Handrücken mit dem flachen Daumen Richtung Handgelenk ausstreichen
- Handinnenfläche: Drehen Sie die Hand um und massieren die Handinnenfläche mit dem Daumen, gehen Sie mit streichenden Bewegungen über die Muskelstränge, den Ballen unterhalb des Daumens
- Finger: Umfassen Sie jeden Finger einzeln mit der ganzen Hand und massieren Sie die einzelnen Finger zu den Fingerspitzen hin, vergessen Sie dabei nicht die kleinen Fingergelenke. Streifen Sie mit leichtem Zug jeden einzelnen Finger aus. Ziehen Sie die Zwischenräume zwischen den Fingern aus.

Zum Abschluss legen Sie die massierte Hand zwischen Ihre Hände und drücken sie mit einem leichten Druck, wie bei einer Verabschiedung.

Denke immer daran, dass es nur
eine wichtige Zeit gibt:
Heute. Hier. Jetzt.

Leonid Tolstoi



Termine

Informationsnachmitage AHPD-Treff

Jeden 1. Dienstag im Monat,
15.30 – 17.30 Uhr
Themen entnehmen Sie zeitnah unserer
Homepage und der Presse

Themensprechstunden

Demenz: jeden 3. Dienstag im Monat,
16.00 – 17.30 Uhr

Patientenverfügung: jeden 4. Dienstag
im Monat, 16.00 – 18.00 Uhr

Kurs „Leben bis zuletzt“

Erstqualifizierung für neue Ehrenamtliche
Start: Oktober 2015,
Informationsabend: 01. September 2016

Jubiläum

2017 feiern der AHPD und die Palliativstation im EvK Herne gemeinsam ihr Jubiläum: 20 bzw. 25 Jahre sind Grund zu feiern und Anlass für verschiedene Aktionen und Veranstaltungen

Impressum

Redaktionsteam (ehrenamtlich):

Wolf Eckert, Hilke Harmel, Margaritta Kosfeld, Inge Reinholdt und Christine Weigelt
Redaktionsteam (hauptamtlich): Karin Leutbecher, Annegret Müller, Karola Rehrmann

Gestaltung und Lektorat: Susanne Jacoby, Andrea Wocher

Bildnachweis: ALekss, fotolia (2), Karin Leutbecher (4, 5, 6, 10, 12), Vitaly Krivosheev, fotolia (7, 12),

Angelika Linden (7), Annegret Müller (9), reel, fotolia (13), foto ARTs, fotolia (14),

ryszard filipowicz, fotolia (15), Volker Beushausen (16)



„Wir betreuen schwerstkranke und demente Menschen am Lebensende und ihre Angehörigen in ihrem häuslichen Umfeld und im Alten- und Behindertenheim.“

Karola Rehrmann,
Karin Leutbecher,
Annegret Müller,
Koordinatorinnen AHPD

Aus der Arbeit der Palliativstation entstand 1996 der Ambulante Hospiz- und Palliativdienst (AHPD). Unsere Arbeit wird von ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern getragen und drei hauptamtliche Koordinatorinnen geleitet. Die individuell gestalteten Besuche der Ehrenamtlichen werden durch das Angebot der Beratung von Schwerkranken und Sterbenden, Angehörigen und Betreuungsteams ergänzt. Darüber hinaus bieten wir Trauerbegleitung und die Vermittlung von Informationen und Ansprechpartnern zu speziellen Fragen an.

Als aktives Mitglied im Palliativ-Netzwerk Herne, Wanne-Eickel, Castrop-Rauxel arbeiten wir eng mit den Partnern im Gesundheits- und Sozialwesen zusammen.

Spendenkonto

Palliativstation im Evangelischen Krankenhaus Herne und
Ambulanter Hospiz- und Palliativdienst (AHPD) e.V.

Deutsche Bank Herne

BIC Code DEUTDEDE430

IBAN DE42 4307 0061 0631 3399 00

Volksbank Herne

BIC Code GENODEM1BOC

IBAN DE18 4306 0129 0172 5126 00

Stichwort „Ambulanter Hospiz- und Palliativdienst“
Empfänger „Palliativstation im EvK Herne und AHPD e.V.“

Ambulanter Hospiz- und Palliativdienst

Bahnhofstraße 137, 44623 Herne

Telefon 02323/988 29 0

Fax 02323/988 29 10

E-Mail info@ahpd-herne.de

Internet www.ahpd-herne.de

Sprechzeiten:

Dienstag 16 – 18 Uhr

Mittwoch 10 – 12 Uhr

Koordinatorinnen:

Karin Leutbecher, Annegret Müller, Karola Rehrmann