

Symptomlinderung: Die Unruhe sterbender Menschen

„Unruhig ist unser Herz, bis es ruht in Dir.“
smart-Q Kongresse
(Augustinus)

Susanne Kränzle, MAS Palliative Care
Hospiz Esslingen/N.

Hospiz- und PalliativVerband Baden-Württemberg e. V.

Symptombild:

- Starke Unruhe motorisch und psychisch – Bewegung, Reden, Schreien, sich ausziehen, Aufstehversuche
- Ungeahnte Kraft, Handgreiflichkeiten
- Halluzinationen
- „wie in Trance“, scheinbar kaum Durchdringen möglich
- Wirkt wie Wut, Verzweiflung, Aufbäumen, Wehren
- Meist wenige Tage bis Stunden vor dem Tod
- Erzeugt Hilflosigkeit und auf die Dauer auch Wut in der Umgebung – Spiegel!?
- Kommt übrigens auch bei Säuglingen und Tieren vor

Mögliche Ursachen für die Unruhe sterbender Menschen:

- Körperliche Ursachen: Schmerzen, Unwohlsein, hirnorganische Veränderungen, Obstipation v. a. bei Opiatgabe, Reizüberflutung durch übersteigerte Sinneswahrnehmungen, Fieber...
- Lebensbilanz - Unerledigtes, Versäumtes, nicht Gelebtes, nicht „Gegönntes“, erlittene Verluste, Traumata
- Identitätskrise „der Mensch erkennt sich selber nicht wieder“
- Verlassenheitsgefühle
- Angst vor dem, was kommt (Frage der religiösen Beheimatung)
- Mögliche beängstigende Verbindungen in eine andere Ebene (Träume, Stimmen von Verstorbenen...)
- Vielleicht das Spüren, dass Körper und Seele sich trennen

Möglichkeiten, der Unruhe sterbender Menschen zu begegnen:

- Körperliche Ursachen lindern oder beheben
- Musik – gewohnte, entspannende
- Informationen an den sterbenden Menschen geben zu Uhrzeit, Wochentag, Datum, Tageszeit (die bekannten Koordinaten!)
- Licht nur auf Wunsch ganz ausschalten, ansonsten nur dimmen, kleine Lampe auf Boden stellen o. ä.
- Vertraute Gegenstände sichtbar hinstellen oder in Hand oder Arm geben (Bilder, Stofftiere o. ä.)
- Bequeme Lage suchen, Bewegungsdrang nachgeben durch Aufsetzen, an den Bettrand setzen lassen, ggf. mit zwei Personen vors Bett stehen, Matratze vors Bett legen...
- Vorlesen, Singen, Beten – je nach Wunsch und Gewohnheit

Möglichkeiten, der Unruhe sterbender Menschen zu begegnen (2):

- Aromatherapie – dazu ist spezielles Wissen nötig über Düfte und über die Vorlieben/Abneigungen des sterbenden Menschen
- Körperkontakt mit großer Achtsamkeit zum Sterbenden und zu sich selber
- Evtl. Einreibungen, Massagen, v. a. Fußmassagen – nur wenn beide Seiten das möchten!
- Hand nur leicht auflegen (nicht „an die Erde drücken“), eigene Hand *unter* die des sterbenden Menschen legen, damit er/sie die Hand zurückziehen kann
- Für Schlaf sorgen
- Raum zum Alleinsein geben, sofern keine Eigengefährdung vorliegt
- Bei Halluzinationen nicht „mitspielen“, da später daraus Vertrauensverlust resultieren kann

Oder auch.....

IN RUHE AUSRASTEN

smart-Q Kongresse

???

Was können Helfende für sich tun?

- Empfundene Verantwortung reflektieren/teilen
- Interventionen beim Sterbenden ausprobieren
- Bewusst auf den eigenen Atem achten
- Fußmassage bei sich selber durchführen
- Sich „erden“
- Eigene Grenzen wahrnehmen, ggf. das Zimmer zeitweise verlassen, sofern keine Eigengefährdung des betroffenen Menschen vorliegt
- Mit dem Sterbenden aushalten und durchhalten in der Gewissheit, dass diese Phase vorübergeht!

....ganz schöner Balanceakt!

smart-Q Kongresse

DANKESCHÖN fürs Zuhören!

smart-Q Kongresse