

Sterbende begleiten

Kurse in Letzter Hilfe bietet das Ambulante Palliativnetzwerk demnächst an. Darin geht es um Basiswissen und Orientierungen sowie einfache Handgriffe.

Von Claudia Hyna

Minden (mt). Das Ambulante Palliativnetzwerk im Mühlenkreis (PAN) bietet ab Herbst kreisweit Kurse in Letzter Hilfe an. Dabei lernen die Teilnehmer, was sie für einen nahestehenden Menschen am Ende des Lebens tun können. Mit einer Spende der Schülerinnen und Schüler des Freiherr-vom-Stein-Kollegs Minden kann die Idee nun in die Tat umgesetzt werden.

Dem Umgang mit Lebensende und Sterben stehen viele Menschen hilflos gegenüber. Früher ist selbstverständliches Wissen schleichend verloren gegangen, erläutert Daniela Möller-Peck, Koordinatorin beim Netzwerk PAN. „Sterbebegleitung ist jedoch keine Wissenschaft, die nicht auch in der Familie und Nachbarschaft möglich ist.“

Den Kursteilnehmern sollen Angst und Unsicherheit genommen werden, das ist der Wunsch von Anne-Meike Thöne vom PAN-Vorstand. PAN möchte allen Interessierten Grundwissen an

Abschied nehmen ist ein Modul des neuen Kurses

die Hand geben und ermutigen, sich Sterbenden zuzuwenden. „Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten benötigen“, sagt Daniela Möller-Peck. Die Sorge um den Mitmenschen wieder mehr in den Mittelpunkt zu stellen, ist ebenfalls ein Ziel des Netzwerkes.

Die kostenlosen Kurse sollen vier Stunden dauern und alles Wichtige rund um das Thema Sterben vermitteln. Es umfasst vier Module: In „Sterben ist ein Teil des Lebens“ geht es darum, was beim Sterben passiert. Bei „Vorsorgen und Entscheiden“ wird der rechtliche Rahmen erläutert (Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht), dazu kommen medizinische und ethische Entscheidungen, Reaktionen auf begrenzte Lebenszeit. Körperliche, psychische, soziale und existenzielle Nöte lindern ist ein weiteres Thema, der Umgang mit belastenden Symptomen und Beschwerden, Flüssigkeitsgabe und Er-



Freiwillige Helfer begleiten Schwerkranken beim Sterben. In Kursen bekommen sie demnächst Basiswissen vermittelt. Foto: Friso Gentsch/dpa

nährung, Mundpflege. Und schließlich geht es ums Abschied nehmen: Rituale, Bestattung und Bestattungsformen, Trauern ist normal, Tod und Trauer in verschiedenen Kulturen sind Inhalt.

Es sei durchaus so, dass die Teilnehmer nicht alles können müssen. Wich-

tig sei es auch, sich zu fragen, was kann ich aushalten? – und sich möglicherweise einzugestehen, das manches zu viel sei. Neben den körperlichen Symptomen von Sterbenden geht es in den Kursen vor allem auch um die Gestaltung der letzten Stunden – etwa mit Ri-

Palliativnetzwerk

■ Das Netzwerk PAN besteht seit zehn Jahren, im vergangenen Jahr gab es rund 1000 ambulante Begleitungen. 15 Mediziner übernehmen Dienste, sie werden von vier Koordinatoren unterstützt, die mit Hausärzten eine Begleitung ermöglichen.

■ Kurs-Interessierte können sich auf eine Liste setzen lassen. Kontakt (01 51) 50 74 80 24, koordination@pan-im-muehlenkreis.de.

■ Weitere Infos gibt es unter www.pan-im-muehlenkreis.de

tualen wie einem gemeinsamen Lied, dem Vorlesen eines Buches, Luftballons steigen zu lassen und auch der richtigen Beleuchtung.

Das von Palliativmedizinern entwickelte Konzept ist bereits von rund 1500 Menschen erprobt worden. Die Kurse sollen sich im Kreisgebiet etablieren und immer wieder angeboten werden.

Seit rund 15 Jahren sammeln die Schülerinnen und Schüler des Freiherr-vom-Stein-Kollegs Minden Spenden für einen guten Zweck. Unterstützt wurden in dieser Zeit beispielsweise die Tafel, die Kinderkrebstation sowie die Jugendhäuser Westside und Juxbude, erläutert Lehrer Ulrich Loos. Von der Idee der Letzte-Hilfe-Kurse waren die Schüler sofort begeistert, erzählt Daniela Möller-Peck. Denn viele von ihnen können sich gut an die Erste-Hilfe-Kurse erinnern, die für den Führerschein erforderlich waren.

Vor Weihnachten zogen daher einige Kollegs Schüler von Klasse zu Klasse – und stießen auf großes Interesse der Mitschüler, wie Alex Gies berichtet. Das Palliativnetzwerk und seine wichtigsten Aspekte wurden vorgestellt. Am Ende hatten die Schüler 1100 Euro gesammelt, auch dank der Großzügigkeit von Eltern und Lehrern. „Eine stolze Summe“, stellt Anne-Meike Thöne dankend fest. Mit der Summe können jetzt die notwendigen Qualifizierungen der Kursleiter bezahlt werden.