



Leben und Sterben

18.11.2013

Von Ingeborg Dorn

Eine Frage des Lebens: Wie will ich sterben?

Der Tod ist gegenwärtig: Über die Medien wird er tausendfach in die Wohnzimmer getragen. Aber gleichzeitig das Sterben in eine unfassbare Ferne.

Die meisten Menschen sterben in Krankenhäusern und Pflegeheimen – häufig ohne Beistand der Angehörigen. Wie wir sterben wollen, ist ein Gebot des Lebens, sagt Ingeborg Dorn, Krankenhausseelsorgerin im Agaplesion Bethanien Krankenhaus Heidelberg.

Wer sich mit seinem Sterben auseinandersetzt, beginnt anders zu leben. Wer von der Endlichkeit des eigenen Lebens her denkt und handelt, lebt anders. Vieles, was wir Menschen gerne auf »später« verschieben, wird jetzt gelebt. Es ist eine spirituelle Haltung, die das Leben prägt und trägt. Aber wo es um das eigene Sterben geht, stellt sich oft Angst ein. Häufig höre ich als Krankenhausseelsorgerin: »Angst vor dem Tod habe ich nicht.« Dahinter steht ein tiefes Vertrauen, dass etwas sein wird – ohne es konkretisieren zu können. »Aber das Sterben, der Weg, macht Angst.« Angst vor Abhängigkeit, die bevormundet.

Angst davor, Spielball medizinischer Möglichkeiten zu werden, weil Apparatemedizin als bedrohlich und grenzenlose Verlängerung des Leidens verstanden wird.

Fragen nach dem Sterben führen zu uns selbst

Angst ist ein schlechter Ratgeber. Es braucht einen Prozess der Auseinandersetzung mit dem eigenen Leben: Wie bin ich der Mensch geworden, der ich bin? Was hat mich geprägt? Was ist mir wichtig für mein Leben, mein Sterben? Das kann ich anfangs alleine tun, brauche aber immer wieder auch Menschen, mit denen ich meine Gedanken besprechen kann. Letztlich braucht es auch medizinische Beratung, um sich mit Möglichkeiten und Konsequenzen von zu treffenden Entscheidungen befassen zu können.

Immer wenn wir über das eigene Sterben mit vertrauten Menschen ins Gespräch kommen, sind Gefühle da und rufen Reaktionen von Abwehr bis Zustimmung hervor. Wie ich mir mein Sterben vorstelle, sollten Angehörige von mir wissen. Was ich will und was nicht. Für die Angehörigen ist das Schwerstarbeit, weil es um das Akzeptieren von Entscheidungen geht, die mit dem Tod eines geliebten Menschen zu tun haben werden.

In guten Tagen bedenken und entscheiden

Was ist zu tun? Es ist sinnvoll, wenn ich mir in »guten« Tagen erstens Gedanken mache und mich fachkundig beraten lasse, vom Hausarzt zum Beispiel. Zweitens bespreche ich meine Entscheidung mit denen, die mich vertreten sollen. Und drittens halte ich dies in einer Patientenverfügung mit Vorsorgevollmacht schriftlich fest, um so meinen Willen im Sterben auszudrücken. Ernährung ist ein markantes Beispiel. So kann das »Nicht-mehr-schlucken« und damit »Nicht-mehr-essen-können« bei der Diagnose Demenz in einem letzten Stadium dazugehören, oft nach Jahren der Erstdiagnose. Das entspricht dem natürlichen Verlauf der tödlichen Erkrankung, so dass eine Aussage über künstliche Ernährung in der Patientenverfügung sinnvoll ist. Und weiter: Möchte ich beatmet werden? Sollen lebenserhaltende Maßnahmen ergriffen werden oder Dialyse und manches mehr? Auch die Frage danach, ob ich bereit bin, im Falle der Diagnose Hirntod meine Organe zu spenden. Ein letzter Hinweis: Es gibt fachkompetente Menschen in Ihrer Nähe, auch die Seelsorgenden in unseren Krankenhäusern können hier weiterhelfen. Wagen Sie es, diese anzusprechen, zu Veranstaltungen in der Gemeinde oder zu Hauskreisen einzuladen und beginnen Sie, sich auf den Weg zu machen.

Ingeborg Dorn