Neues aus der Hospizarbeit

Heft 02/2021

In dieser Ausgabe:

Grußwort	2
Ausbildungskurs abgeschlossen	3
Aromapflege	4
Clownfrau	6
Aufbau-Seminar	8
Woche für das Leben	10
Corona-Impfung	12
Buchtipp	14
Aus dem Verein	15
Termine	16

Uns gehört nur die Stunde.
Und eine Stunde, die glücklich ist, ist viel!

Theodor Fontane, Schriftsteller, (1819 - 1898)

Grußwort

Liebe Rummelsberger Hospizler,

mein Name ist Matthias Bräutigam und ich bin seit 2018 ehrenamtlicher Hospizbegleiter im Team von Angela Barth. Da ich Erfahrung im Schreiben von Artikeln habe, hat mich Angela gefragt, ob ich gelegentlich im Redaktionsteam von „Neues aus der Hospizarbeit“ mitarbeiten würde. Meine Kompetenz liegt dabei aber weniger in der eigentlichen Hospizarbeit im engeren Sinne sondern eher in naturwissenschaftlichen oder medizinischen Randthemen der Hospizarbeit.

Noch ein paar weitere Worte zu meiner Person:
Ich bin 65 Jahre alt, verheiratet mit drei erwachsenen Kindern und 4 Enkelkindern. Ich habe Pharmazie studiert und bin nach der Promotion in die medizinische Abteilung der Firma Sandoz (später Novartis) eingetreten. Dort war ich mein ganzes Berufsleben in der Arzneimittelentwicklung und im Bereich der medizinischen Information auf nationaler und internationaler Ebene beschäftigt. Zeitweise war ich auch Mitglied des Redaktionsteams einer wissenschaftlichen Firmenzeitschrift. Zudem habe ich etwa 100 Artikel in Fachzeitschriften veröffentlicht.

Im Alter von 60 Jahren bin ich zuerst in den Vorruhestand und dann vorzeitig in den regulären Ruhestand gegangen. Seitdem habe ich beim Aufbau eines internationalen Kliniknetzwerks zur Erforschung und Behandlung der Neurodermitis mitgearbeitet, ich berate eine Schweizer Pharmafirma im Bereich der medizinischen Kommunikation und mache aktuell Online-Sprechstunden und schreibe Artikel zum Thema Covid-19 (Corona) für Angehörige der Heilberufe (Ärzte, Apotheker).

Sie sehen schon, dass mein bisheriger Lebenslauf nicht zwangsläufig auf das Thema Hospizarbeit zuläuft. Allerdings war der Tod lange Jahre viel präsenter in meinem Leben als ich es mir gewünscht hätte. In dieser Zeit haben mir auch meine Schulung im Zen-Buddhismus bei den Franziskanern in Dietfurt und die tägliche Meditationspraxis geholfen. Hier hatte ich auch meinen ersten Kurs zum Thema Sterben von einem Lehrer, der als Arzt in der Hospizarbeit und Palliativmedizin arbeitete. So war schon fast die Brücke zur Mitarbeit im Hospizdienst geschlagen und als ich 2017 auf den Kurs von Johannes Deyerl aufmerksam wurde, wusste ich, dass ich dabei sein wollte.

Ihr Matthias Bräutigam

Ausbildungskurs

Statt dem 02.12.2020 wurde es der 08.06.2021.

Nach sechs Monaten des Wartens konnte der Zertifikatsabend stattfinden und unser „Corona-Ausbildungskurs“ 2020 war damit offiziell abgeschlossen. Die Inzidenzzahl von 34 in Nürnberg ermöglichte einen heiteren und unbeschwerten Abend und die Kursteilnehmerinnen konnten endlich ihre Zertifikate entgegennehmen.

Bild: Johannes Deyerl

Bild: Angela Barth

Hierzu das Feedback einer Kursteilnehmerin, wie sie die Teilnahme am Ausbildungskurs in Zeiten der Corona-Pandemie erlebte:

„Corona hat das Miteinander unter den Teilnehmerinnen erschwert, die Kommunikation war durch Maske und Abstand halten schwieriger. Durch das Tragen der Maske war das Erkennen der Mimik beeinträchtigt oder kaum möglich.

Schade war, dass keine gemeinsamen Mahlzeiten möglich waren, bis auf ein gemeinsames Mittagessen am 1. Kurssamstag. Trotz allem waren die Themen gut nachzuvollziehen und es war insgesamt trotzdem super, auch Gespräche und Austausch während der Kurseinheiten waren möglich.

Die Einheiten waren gut gemacht, das notgedrungene Ausweichen auf Online bei einigen Einheiten, war besser als ausfallen zu lassen. Das Praktikum in der Pflegeeinrichtung hat gefehlt, um einen Einblick in die Abläufe und das Leben in einer Einrichtung zu bekommen, dadurch war das Entscheiden für ein ehrenamtliches Engagement schwieriger.“

Er wird als Corona-Kurs in Erinnerung bleiben und war trotz aller Widrigkeiten insgesamt erfüllend und positiv. Wir freuen uns, dass sich viele ehrenamtlich engagieren und unser Team verstärken.

Angela Barth

Wenn Worte nicht mehr genügen - Aromapflege

Von nichts kommt nichts. Dreimal drei Tage verbrachte Heidi Stahl bei der GGSD, der gemeinnützigen Gesellschaft für soziale Dienste in Kaufbeuren, um sich gründlich in ein wohlriechendes Thema zum Wohle von Patienten und Bewohnern einzuarbeiten. Dass es ihr schwergefallen ist, sich auf das Thema einzulassen, kann sie nicht sagen, zumal sie sich schon seit langem für die Herstellung und Wirkungsweise natürlicher Düfte in Garten und Natur interessiert. Und nachdem die Anwendung von Ölen und Düften im palliativen Kontext eine bewährte Praxis ist, war es an der Zeit, sich professionell damit auseinanderzusetzen, damit qualifizierte Aromapflege angeboten werden kann.

Auf die Frage, ob Aromapflege mehr in Richtung Esoterik oder handwerkliches Arbeiten gehe, votierte sie klar für die zweite Option. Wenn Menschen früherer Zeiten Beschwerden hatten, versuchten sie mangels anderer Möglichkeiten oft, Linderung zu erreichen, indem sie sich Heiltees zubereiteten, zum Beispiel bei Erkältung einen Pfefferminztee, der mit seinen ätherischen Ölen die Atemwege befreien kann. Allerdings: Der Geruch wirkt nicht nur in der Nase, sondern auch auf einen urtümlichen Teil des Gehirns, das limbische System ein, welches abgespeicherte vergangene Erlebnisse mit Gerüchen und anderen Sinneseindrücken verknüpft. In der Anwendung von Ölen und Düften kann das Segen oder Fluch bedeuten.

Denn wenn einer Person, die sich nicht mehr klar durch Sprache oder auch sonstige Weise ausdrücken kann, ein bestimmter Duft präsentiert wird, kommt es darauf an, welche Duft-Erinnerungen in ihr ausgelöst werden. Je nachdem, welche Erinnerungen (wenn überhaupt) angetriggert werden, wird die Reaktion positiv, negativ oder neutral ausfallen. Die Aufgabe von Aromapflege ist es, einen positiven Stimulus zu verstärken oder zu stabilisieren, negative Reaktionen aufzufangen, oder einen anderen Duftstoff des Repertoires zu suchen, um das angestrebte Ziel, nämlich das Wohlbefinden zu erreichen. Daher sind bei der Anamnese Geduld, Achtsamkeit und Einfühlungsvermögen gefragt. Bei der Auswahl der Duftöle sind die Präferenzen der Klienten ausschlaggebend. Aromapflege kann nichts aufnötigen, weil es um individuelle Geschmacksvorlieben geht. Der Vergleich mit der Katze macht es deutlich: Sie mag Mäuse, wir eher nicht.

Wie nähert man sich einer Situation an, in der die Verwendung von Aromen angebracht erscheint? Zuerst geht es darum, die geruchlichen Vorlieben der Person zu bestimmen. Soll es z. B. eine blumige Duftnote (Blumen, Wald, Wiese) oder eine fruchtige (Sommerfrüchte, Zitrusfrüchte) oder eine orientalische (Vanille, Patschuli, Weihrauch) oder eine holzige (Sandelholz, Rosenholz) oder eine Duftnote aus dem Kräutergarten (Lavendel, Rosmarin) sein? Dabei können vor allem Angehörige mit Ihrem Wissen aus der Biografie von Patient*innen und Bewohner*innen etwas beitragen. Dann werden ätherische Duftöle, die augenscheinlich geeignet sind, auf einen Duftträger (z.B. Papiertaschentuch) aufgebracht. Nachdem der erste starke Duftschwall verflogen ist, entfaltet sich das

Aroma und die Reaktion darauf wird abgewartet. Interessant ist dabei, dass die Anwender*innen die Reaktion nicht vorhersagen können. Oft zeigen eine gerümpfte Nase, ein Abwenden des Gesichts oder das Aufleuchten der Augen, ein Lächeln, wie der Duft empfunden wird. Die Arbeit mit dem Duftträger aus Papier ist zu empfehlen, denn das, was ein Kollege erlebt hat, wird damit nicht passieren. Ein mitgebrachter Lavendelzweig wurde ihm vom Bewohner entzogen, der augenscheinlich den Verzehr des leckeren Krauts anstrebte.

Wenn ein Aroma akzeptiert wird, muss noch gesichert werden, dass das Duftöl keine allergischen Reaktionen auslöst. Ist das geklärt, wird eine Mischung von Duftöl und dem entsprechenden Pflegeöl als Träger des Aromas hergestellt (Hexenküche!). Als Trägeröl hat sich übrigens Jojobawachs bewährt. Damit können nun im Sinne der Aromapflege zum Beispiel Oberarme und Hände sanft eingerieben werden.

Was ist das Ziel von Aromapflege? Die Menschen sollen sich wohlfühlen können, positive Empfindungen sollen geweckt und Zuwendung erfahren werden. Der selbst ausgewählte Duft (das ist sehr wichtig) kann genossen werden. Ein angenehmer Nebeneffekt: Die Haut wird angenehm gepflegt.

Hospizbegleiter*innen können die Aromapflege, in die sie von Heidi Stahl bei der/dem jeweils begleiteten Bewohner*in eingeführt werden, im Anschluss selbständig praktizieren. Sie haben in der Regel Zeit für die Behandlung mit den speziell für diese Begleitung hergestellten und als angenehm empfundenen Ölen und Sprays. Eine Hospizkollegin berichtete bereits, dass die Anwendung der Essenzen bei der von ihr begleiteten Bewohnerin als sehr angenehm empfunden wurde.

Aufgrund der finanziellen Unterstützung der Evangelischen Stiftung Hospiz ist es möglich geworden, dass der ambulante Hospizdienst den bisherigen Vorrat an reinen Duftölen, Fläschchen und Sprays erweitern konnte. Wenn es wieder erlaubt ist, Weiterbildungen in Präsenz durchzuführen, wird Heidi Stahl in die Grundlagen der Aromapflege einführen und aufzeigen, wie diese Behandlung in die Hospizarbeit integriert werden kann.

Vielleicht ist es Ihnen aufgefallen, dass im ganzen Artikel das Wort Aromatherapie nicht verwendet wird. Aromatherapie wird als medizinischer Ansatz zur Heilung verstanden, während Aromapflege einzig zur Steigerung des Wohlbefindens dient. Dementsprechend sind Absolvent*innen entsprechender Aromapflegekurse keine Aromatherapeut*innen, sondern Expert*innen der Aromapflege. Wir gratulieren Heidi Stahl ganz herzlich zur bestandenen Weiterbildung!

Der Beitrag ist aus einem Interview entstanden, das Erhard Spiegel mit Heidi Stahl geführt hat.

Die Clownfrau - ein virtueller humorvoller Fortbildungsabend mit Lea Schmocker

Vor ihren Bildschirmen hatten sich 18 erwartungsvolle, auf die Wirkung des Humors gespannte Fortbildungswillige eingefunden. Angela Barth gab die Manege frei und das Spektakel konnte beginnen.

Humor in der Hospizarbeit – was geht mit Humor? Im Vorfeld hatte sich jeder, der wollte, eine rote Nase abholen können, die dann eine wesentliche Rolle spielte. Die Clownfrau erzählte zuerst über die Intention ihrer Clownarbeit und den Umgang mit den Menschen, zu denen sie kommt. Ihren Gästen verspricht sie für den Abend eine angst- und stressfreie Zeit und lädt sie ein auf ihre Experimentierbühne, auf der es bei allem, was ausprobiert wird, weder Spaßzwang noch Witzdruck geben werde. Niemand müsse lustig sein, der sich nicht danach fühlt.

Die rote Ballonnase gewähre einen unheimlich leichten Zugang zu den Leuten, sagt sie, sie komme in die Zimmer mit dieser Nase und werde wahrgenommen als ein merkwürdiges Wesen, das nicht ganz zugeordnet werden kann. So könne sie einen unbefangenen Kontakt aufnehmen. Ganz wichtig ist ihr, zu erklären, dass sie keine Nummer durchziehe, deren Ziel sei, dass gelacht wird. Sie gehe mit ihrem Partner oft zu Menschen, die sich nicht wehren können. Da müsse erst erspürt werden, wie es der Person geht, was ein schönes Thema sein könnte und wie die Begegnung ablaufen könnte. Daraus entstehe dann die Spielsituation. Sie sei keine Zirkusclownin, sondern vertrete eine subtile Art von Clown. Ein Clown könne keine Gefühle verstecken, es gehe um ein Andocken beim Gegenüber, bei dem der Fokus auf etwas anderes gelenkt werden solle als das Gesundheitsthema. Was können wir zusammen erleben? Das sei das Thema. Sie gehe natürlich nicht in ein Sterbezimmer. Sie gehe nur in Zimmer, in denen der Mensch „nein“ sagen könne. Sobald jemand sage, „bitte nicht“, sei die Clownfrau weg. Clowns gehen zu zweit. Sie können etwas vorspielen oder mit den Bewohnern spielen. Der Clown muss spüren, was passt, was nicht passt und auch, wann es genug ist. Clowns kommen als Figuren. Sie sei Annerösli und sehe aus wie eine Kugel. Sie sei nicht zugeschminkt, habe nur die Nase auf. Der Auftritt sei immer improvisiert. Sie habe aber Requisiten dabei. Sie habe ihre treue Sau Susi, mit der sie immer spiele. Sie sei kein Clownroboter, sondern Schauspielerin und könne sich mit der Figur identifizieren. „Clown ist etwas, das wir in uns drin haben“, meint sie, „das wir rausholen müssen. Man kann nur den Schalk rausholen, den man in sich drin hat. Sonst kann niemand lachen“. Es ist ein Unterschied, ob sie in eine Kinderstation gehe oder ins Hospiz. Sowohl die Spielebenen als auch die Einstiege seien unterschiedlich. Bei Kindern könne sie viel mehr Spaß machen. Aber es gehe nicht nur um Spaß, das sei viel tiefschichtiger. Sie nehme wahr, was los ist, benenne Gegenstände um, bewerte den Ort anders bei Kindern. Sie habe schon ein Repertoire, aber oft gehe es darum, welche Spiele man zusammen findet.

Im praktischen Teil der Veranstaltung spielten wir ungefähr eine Dreiviertelstunde Clownspiele. Zum ersten Spiel sollen wir aufstehen, uns vorstellen, unser gesamter Körper sei mit einer eng anliegenden elastischen Hülle umgeben. Diese sollte nun solange gedehnt werden, bis sie sich wie ein Ballon aufbläht und platzt. Beim Dehnen sollte man Töne der Anstrengung hören lassen – Stöhnen – Gähnen – richtiges Jammern. Auch das Platzen der Blase sollte hörbar sein. Und zum Schluss der Übung folgte die Aufforderung: „Jetzt lasst ihr alles hängen und macht ´brrrr´ und schlabbert mit allem.“ Zur Musik von Dancing Queen tanzten wir zusammen, ließen uns von den Bewegungen der anderen animieren und spielten mit Perspektiven.

Das nächste Spiel bestand in einer gegenseitigen emotionalen Begrüßung. Die Reaktion der Angesprochenen sollte immer die vorgegebene Emotion spiegeln und auch mimisch ausgedrückt werden: weinerlich – überrascht – müde – burschikos! Die entstehenden Kurzdialoge wirkten bisweilen etwas gekünstelt und übertrieben. Das war vielleicht gewollt, denn es bewirkte am Ende allgemeines Lachen. Auch Grimassen schneiden gehörte ins Repertoire. Dabei sollten sich die Spielenden anschauen und solange grimassieren, bis sich eine Form des Gesichtsverziehens durchgesetzt hatte. Als das geschehen war, erschallte wieder allgemeines Lachen.

Wir sollten die Wirkung der Nase erfühlen: „Was macht die Nase mit uns? Setzt euch die Nase auf, schaut neugierig, was passiert! Uiuiuiuiui - schaut, wer alles da ist, nur gucken, wundern! So viele Clowns! Oh, was ist denn das? Oh - uiuiuiuiu - versucht Töne zu machen! Was passiert denn da gerade? Was macht es mit euch?“ Das Ausrufen von „Hey du!“ in vielen gekünstelten Tonvarianten zeigte, was die Nase mit uns machte.

Jetzt konnten wir zu zweit oder zu dritt in einzelnen Räumen in Kontakt kommen, erst ein Tänzchen machen, schauen, wie wir uns als Clowns bewegten und dann mit einander sprechen. Erlebtes sollte hinterher gezeigt werden. Verlegenheitsgewinsel über die Nase kam bei den Zuschauer*innen gut an. Die weinerliche Passage war besonders schön. Es ging uns bestens!

Abschlussübung: Alle stellten sich vor, sie hätten ein Insekt in ihrer Kachel. Erst sollten wir für uns üben und überlegen! Nase aufsetzen! Geräusch des „Viechs“ machen! Ende suchen! Die verschiedenen lautmalerischen und pantomimischen Reaktionen auf das lästige Insekt riefen spontanes Lachen bei den zusehenden Mitspieler*innen hervor. Von Ameisen über Schmeissfliegen zu Spinnen und Läusen war alles an Ungeziefer in den Kacheln.

Abschlussrunde: Was habt ihr erlebt? Wie ist das Befinden? Die Rückmeldungen waren durchweg positiv: „Es war schön.“ „Ich fand´s toll, euch mal so anders kennen zu lernen.“ „Ich fand es beeindruckend, Emotionen zu fühlen.“ „Ich fand´s total Klasse, was man machen kann.“ „ Es war schön, dass man sich selbst gesehen hat.“ Und auch die Skeptikerinnen waren sich einig, dass sie das Annerösli mit der treuen Sau Susi nicht wegschicken würden.

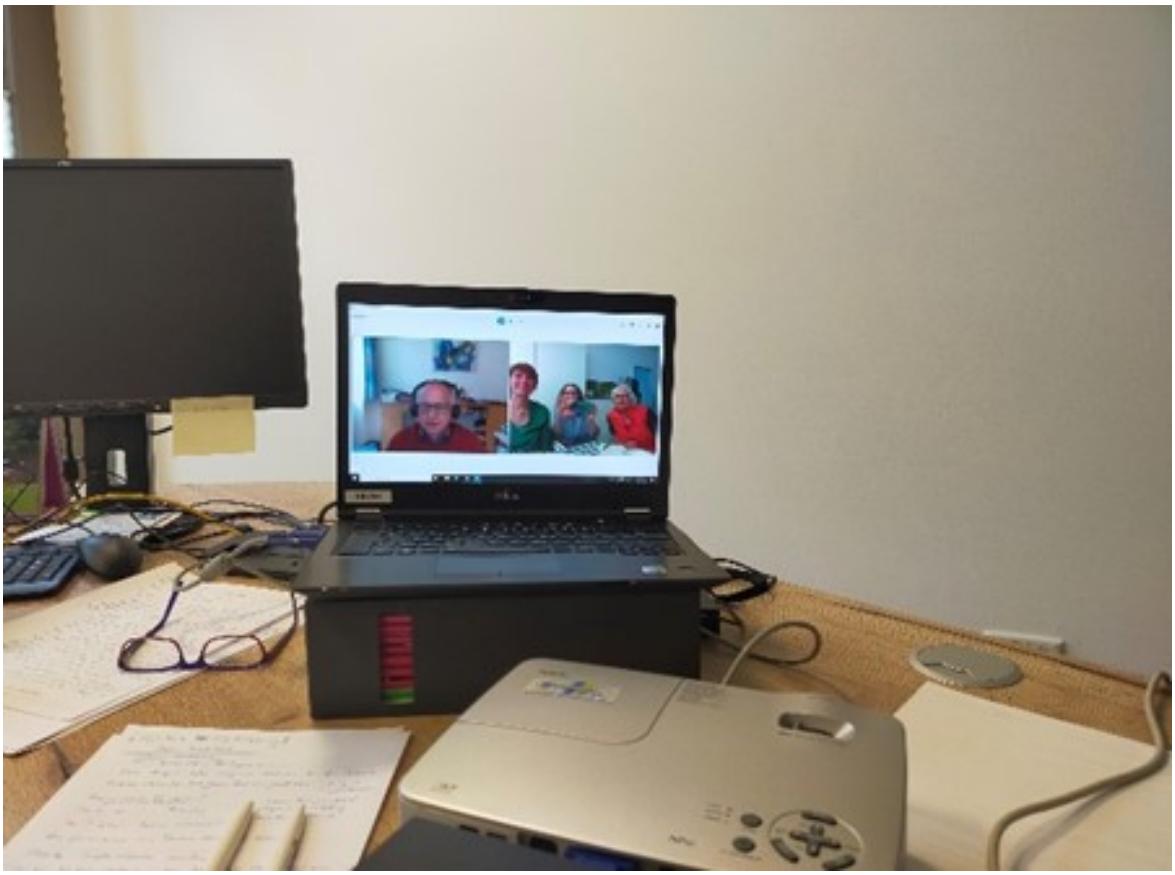
zetge

Aufbauseminar für Koordinatoren

Eigentlich war es geplant in der Palliativakademie im Juliusspital Würzburg und dann saßen wir online im Hospizbüro Nürnberg-Langwasser.

Eigentlich, schon wieder dieses Wort eigentlich, eigentlich haben wir uns das Ausbauseminar für Koordinatoren im Juliusspital in Würzburg anders vorgestellt. Drei Tage miteinander in Präsenz vor Ort sein, gemeinsam den Themen folgen, einen regen Austausch mit Kolleginnen (es waren wirklich nur Frauen) aus verschiedenen Orten der Republik haben, das Verwöhnt werden an den Seminartagen genießen, sich mal wieder an einem anderen Ort aufhalten, abends mal am Main entlang schlendern und zum Abschluss des Tages vielleicht noch ein Glas Frankenwein genießen. Ja eigentlich, es war so schön in unseren Vorstellungen. Aber der Inzidenzwert hat einen dicken Strich durch diese Vorstellungen gemacht, er war immer noch zu hoch für ein Präsenztreffen.

Also wieder alles online, wieder sich vertraut machen mit einer neuen Plattform, aber dann doch wieder überrascht sein, was online bei einem dreitägigen Seminar machbar ist.



Unser Konferenzraum

Wir drei Kolleginnen hatten den Vorteil, dass wir dem Seminar gemeinsam folgen konnten und hatten auch gleich direkten Austausch miteinander. So haben wir uns im Nürnberger Büro unseren eigenen Seminarraum eingerichtet, waren erleichtert, dass das WLAN stabil war, für unsere Verpflegung haben wir gemeinsam gesorgt, und haben uns auch selbst ein wenig verwöhnt. Die Mittagspause haben wir genutzt, um nach dem langen Sitzen die Beine zu vertreten und gleichzeitig die nähere Büroumgebung kennenzulernen, wir waren überrascht, wie grün diese ist.

Auch wenn Gespräche mit den anderen Seminarteilnehmerinnen bei Kaffee und beim Mittagessen nicht möglich waren, wenn der Austausch in Kleingruppen sehr reduziert war, nimmt man aus diesen drei Seminartagen doch viele Impulse und Anregungen mit. Das Einbringen aktueller Themen und Fragen, an Fallbeispielen gemeinsam zu arbeiten und sich mit dem Thema „Digitalisierung“ auseinanderzusetzen, es war sehr vielfältig.

Besonderes die beiden Begrifflichkeiten „Rasender Stillstand“ und „Digitale Erschöpfung“ waren interessante Aspekte, und zeigen auf, was die momentane Situation und die notwendige Digitalisierung von uns abverlangt.

Einige Anregungen und Ausführungen von Hr. Mittelstädt (Dipl.– Kommunikations-Designer, Würzburg) waren richtige Aha-Erlebnisse, z.B. dass der fehlende Augenkontakt untereinander für das Gehirn eine große Anstrengung bedeutet, da das Gehirn nach Augenkontakt sucht und diese vermehrte Anstrengung kann Kopfschmerzen verursachen. Und auch seine kurzen Ausführungen zu „Rasender Stillstand“: Wir sitzen verstärkt (statisch) und nehmen ohne mobil zu sein, gleichzeitig an vielen Veranstaltungen teil, die ansonsten eine Mobilität erfordert hätten. Gleichzeitig entstehen bei Online-Begegnungen keine „Begleit-Emotionen“. Und auch Begleitkontakte und kleine Gespräch können bei Online-Seminaren nicht stattfinden, die Folge davon benannte Hr. Mittelstädt als „Digitale Erschöpfung“.

In Anbetracht der zur Verfügungen stehenden Möglichkeiten waren wir insgesamt sehr froh, dass uns das Online-Format eine Teilnahme an dem Aufbauseminar ermöglicht hat (2020 musste es komplett abgesagt werden) und gleichzeitig sind wir zuversichtlich und freuen uns auf das geplante Aufbauseminar 2022 in Präsenz.

Angela Barth

Woche für das Leben

In Augsburg wurde am 17. April 2021 von der evangelischen und der katholischen Kirche mit einem ökumenischen Gottesdienst die *Woche für das Leben* eröffnet. Sie stand dieses Jahr unter dem Motto »Leben im Sterben« und widmete sich den seelsorglichen, ethischen und medizinischen Aspekten einer menschenwürdigen Sterbebegleitung sowie den Möglichkeiten der Hospiz- und Palliativversorgung.

Hierzu einleitende Gedanken von Prof. Dr. Claudia Bausewein, Präsidentin der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin. Diese würdigte die Entwicklung der Hospiz- und Palliativversorgung. »Trotzdem bedarf es weiterer Anstrengungen, dass alle Menschen, zum Beispiel auch solche, die keine Krebserkrankung haben und eine spezielle Unterstützung bei fortgeschrittener Erkrankung und am Lebensende brauchen, diese auch erhalten.« In der Hospiz- und Palliativversorgung sei die Arbeit im multiprofessionellen Team wesentlich, um den vielfältigen Bedürfnissen von Patientinnen und Patienten und ihrer Angehörigen gerecht zu werden: »Dazu gehören neben Ärzten, Pflegenden, Sozialarbeitern und Therapeuten auch Seelsorgende, die die spirituellen und existentiellen Belange der Betroffenen besonders im Blick haben«, so Prof. Bausewein. Mit den Möglichkeiten der Hospiz- und Palliativversorgung könne die Lebensqualität vieler Menschen in der letzten Lebensphase durch Linderung von belastenden Symptomen, aber auch von Sorgen und Ängsten deutlich verbessert werden.

Noch eine Hintergrundinformation über die Entstehungsgeschichte der ökumenischen „Woche für das Leben“: Die Aktion geht auf eine Initiative der Deutschen Bischofskonferenz und des Zentralkomitees der deutschen Katholiken (ZdK) zurück. Mit der Wiedervereinigung Deutschlands war die Neuregelung der Abtreibungspraxis wegen unterschiedlicher Handhabe in Ost und West notwendig geworden. Die *Woche für das Leben* sollte nach dem Willen ihrer Initiatoren die kirchliche Position in der aktuellen Debatte vermitteln. So war der Titel der ersten *Woche für das Leben* 1991 Programm: »Schutz des ungeborenen Kindes«.

Seit 1994 wird die *Woche für das Leben* gemeinsam mit dem Rat der Evangelischen Kirche in Deutschland durchgeführt. Mit dieser gemeinsam getragenen, in Westeuropa einzigartigen Aktion leisten die Kirchen seit mehr als 20 Jahren einen wichtigen Beitrag zur Bewusstseinsbildung für den Wert und die Würde des menschlichen Lebens.

Die Rummelsberger Hospizarbeit gestaltete für diese Woche einen gemeinsamen Gottesdienst in der Laurentiuskirche in Altdorf.

Hierzu einen Auszug aus dem Gruß zum Wochenende von Karin Hacker vom 23.04.21.

Am Mittwoch feierten wir einen, wie ich finde, sehr schönen Gottesdienst anlässlich der Woche für das Leben in der (leider sehr kalten) Laurentiuskirche in Altdorf. Unsere Veehharfengruppe sorgte zusammen mit Dr. Schleicher an der Orgel für den musikalischen Rahmen, Dekan Adel hat gepredigt. Einige Hospizbegleiterinnen stellten sehr engagiert und herzlich in kurzen Interviews ihre Haltung und unser Anliegen der Hospizarbeit dar. Vielen Dank an alle, die mitgemacht und teilgenommen haben. So konnten wir unserer Arbeit in einer kleinen Öffentlichkeit mal wieder ein Gesicht geben.

Eine künstlerische und ausdrucksstarke Darstellung dazu schenkt uns Dela Jordan.

Ein herzliches Dankeschön nochmal an alle, die dazu beigetragen haben, den Gottesdienst lebendig und eindrücklich zu gestalten.

Angela Barth

Corona-Impfung

Für viele bedeutet das, endlich keine Angst mehr vor einer schweren Erkrankung haben zu müssen, für andere ein Teil wiedergewonnener Freiheit. In einer Umfrage standen nur 13% der Befragten der Impfung ablehnend gegenüber. Fast die Hälfte der für die Impfung infrage kommenden Personen in Deutschland hat zumindest eine Dosis erhalten. Dies bedeutet bereits einen etwa 80%-igen Schutz gegen schwere Verläufe. Zum Schutz gegen leichte Infektionen ist noch eine zweite Dosis nötig, die dann je nach Impfstoff 65-95% Schutz auch vor leichten Infektionen bietet.

Die Menschen bekommen nach und nach ihre alten Freiheiten zurück und die Inzidenzwerte sinken weiter. Selbst in Nürnberg bleibt die 7-Tage-Inzidenz aktuell unter 50/100000. Im Januar bei Beginn der Impfkampagne hatte Deutschland eine Zeit lang jeden Tag ca 1000 Covid-Tote zu beklagen, jetzt sind es „nur“ noch etwa 100 Covid -Tote täglich. Die Sterblichkeit, die bei über 80-jährigen bei 25-30% lag ist durch die Impfungen drastisch zurückgegangen und sogar die Altersheime öffnen wieder ohne vorherige Testung die Pforten für Besucher.

Ist die Seuche damit schon besiegt?

Leider nein! Es wird angenommen, dass für eine Herdenimmunität mindestens 80% der Bevölkerung immun sein muss. Dafür fehlen die Impfverweigerer und erst einmal wahrscheinlich ein Großteil der 16% Kinder. Auch lässt die Wirksamkeit der Impfstoffe mit der Zeit nach - speziell gegen bestimmte Mutationen, das heißt, auch Geimpfte können sich wieder infizieren – wenn auch normalerweise mit mildem Krankheitsverlauf.

Wir werden also mit dem Virus leben müssen. Die gegenwärtigen Impfstoffe – speziell die mRNA-Impfstoffe werden schon an die Mutationen angepasst. Es wird erwartet, dass alle 6-12 Monate eine Auffrischungsimpfung benötigt wird. Aktuell sind 223 Impfstoffe gegen Covid-19 in Entwicklung. In absehbarer Zeit wird es möglicherweise eine Schluckimpfung oder eine Impfung über ein Mund-/ Nasenspray geben. Die Vektorimpfstoffe von Astra-Zeneca und Johnson & Johnson werden wahrscheinlich verschwinden. Ein Wechsel auf moderne mRNA -Impfstoffe ist wohl problemlos möglich und mit höherer Wirksamkeit und Sicherheit verbunden.

Während die Vorteile einer Impfung zumindest bei mRNA-Impfstoffen quer durch alle Altersgruppen klar auf der Hand liegen, ist die Situation bei zwei Gruppen nicht so eindeutig. Zur ersten Gruppe gehören auch viele unserer „Kunden“ – Personen, die bereits kurz vor dem Tode stehen. Die Corona-Impfung kann einen Stress für den Körper bedeuten, der für sehr geschwächte Menschen zu viel sein kann. Eine Impfung kann hier mehr schaden als nutzen und sollte sorgfältig abgewogen werden.

Die zweite Gruppe sind die Kinder und Jugendlichen. Hierbei sollte man zwischen Kindern bis 12 Jahren und Jugendlichen unterscheiden. Der Impfstoff von Biontech/Pfizer ist nun von der Europäischen Zulassungsbehörde für Minderjährige ab 12 Jahren zugelassen, die Ständige Impfkommission empfiehlt die Impfung aber bisher nur für Minderjährige mit Begleiterkrankungen. Grund ist nicht ein höheres Risiko durch die Impfung, sondern das niedrige Risiko für schwere Verläufe bei Kindern und die geringe Datenbasis bei Kindern. Wir werden in Deutschland also erst einmal abwarten und sehen, ob in anderen Ländern bei Kindern seltene Impfnebenwirkungen auftreten. Falls das nicht der Fall ist, wird die Impfempfehlung auch in Deutschland wahrscheinlich auch auf Kinder oder zumindest Jugendliche ausgeweitet werden.

Grundsätzlich muss das mögliche Risiko einer Impfung gegen das einer Infektion abgewogen werden. Das Infektionsrisiko ist bei niedrigen Inzidenzen geringer als bei hohen, so dass die gegenwärtige deutsche Strategie des Abwartens durchaus sinnvoll sein kann. Im Herbst werden die Infektionszahlen wahrscheinlich wieder ansteigen und dann muss neu bewertet werden, zumal wir bis dahin wahrscheinlich keinen Impfstoffmangel mehr haben werden.

Eine derart dramatische Situation wie in den vorausgegangenen Pandemie-Wellen wird aber aufgrund der bis dahin hohen Impfquote bei Erwachsenen von den Experten nicht mehr befürchtet.

Matthias Bräutigam

Wenn der Sommer zu heiß wird:

Eine Eisbombe zum Kühlen.

Bild: E. Spiegel

Luise Reddemann - Schlusstücke - Gedanken über Vergänglichkeit und Tod

Luise Reddemann, bekannt u. a. als Psychoanalytikerin, Psychotherapeutin, Traumatologin beschäftigt sich in ihrem Buch mit Fragen wie „Wie geht Abschiednehmen?“, „Wie können wir uns mit der Tatsache unserer Vergänglichkeit anfreunden?“, „Wie gelingt ein guter Tod?“ Das Buch basiert auf der Vorlesungsreihe während der Lindauer Psychotherapiewochen 2017. Die Vorlesung war für sie auch ein Abschiednehmen.

„Das einzig Unveränderliche ist die Veränderung“ – nach ihrem Lebensmotto begegnet die Autorin dem Leben und Sterben mit einer offenen und vorurteilsfreien Haltung, geprägt von tiefer Demut, Akzeptanz und menschenfreundlicher Achtsamkeit.

Luise Reddemann nimmt auf ganz unterschiedliche, aus verschiedenen Jahrhunderten (vom Mittelalter zum 20. Jahrhundert bis in die heutige Zeit) stammenden Texte, Gedanken, Anregungen aus Philosophie, Spiritualität, Literatur Bezug und stimmt sie mit persönlichen Erfahrungen sowie Erkenntnissen aus Psychologie und Psychotherapie ab.

Sie erzählt von der Musik als Kraftquelle, die direkt oder auch indirekt mit Vergänglichkeit und Tod zu tun hat und beleuchtet die Biographien der Komponisten (z. B. Bach, Beethoven, Brahms), die ihre Erfahrungen mit Verlust, Trauer, Krankheit in ihrer Musik aufgearbeitet haben. Diese Einblicke haben mich inspiriert, manche Musikstücke auf mich wirken zu lassen und meine (wenigen) Kenntnisse in diesem Bereich künftig etwas erweitern zu wollen.

Der Gedanke, das Leben als Ganzes zu akzeptieren, mit allen Freuden und allem Leiden, zieht sich wie ein roter Faden durch das Buch. Wenn es uns gelingt, einverstanden zu sein mit dem, was das Leben bringt („ein Liebes oder Leides“) – wie der Schriftsteller und Pfarrer Eduard Mörike dies in einem Gebet ausgedrückt hat, dann geschieht Erlösung. Jedoch ist dieses Ziel loszulassen, geschehen lassen, zu sehen und sagen, was ist, gerade in Krisen, bei Krankheit oder am Ende des Lebens eine der größten Herausforderungen.

Luise Reddemann weist darauf hin, dass es Mitgefühl, Hoffnung und Trost braucht, bevor man Schweres annehmen kann. Erst wenn Schmerz und Trauer mit Mitgefühl, liebevoller Zuwendung, Achtung vor dem Leid und Trost gewürdigt werden, kann man zum Einverständnis mit dem, was ist, gelangen. „Von der Trauer in die Zuversicht….“

Auch in Zeiten von Leid, Angst, Krankheit, Schmerz kann es dennoch immer wieder Grund zur Freude und Zuversicht geben, wie es Rose Ausländer in einem Gedicht beschreibt:

„Noch bist du da / Wirf deine Angst / in die Luft / Bald / ist deine Zeit um / bald / wächst der Himmel / unter dem Gras / fallen deine Träume / ins Nirgends / Noch / duftet die Nelke / singt die Drossel / noch darfst du lieben / Worte verschenken / noch bist du da / Sei was du bist / gib was du hast.“

Ein Trauerprozess verläuft nie linear und wie viel Zeit es braucht, um Verlust und Trauer verarbeiten und annehmen zu können, ist immer individuell.

Besonders die Gedanken zu den Themen „Umgang mit Leid und Leidvollem“, „Alter“ und „Trauer - Umgang mit Verlusten“ sehe ich als hilfreiche Anregungen und praktische Ratgeber für meine künftige Tätigkeit als Hospizbegleiterin.

In ihrem sehr persönlich gehaltenen Buch lädt Luise Reddemann die Leserschaft ein, inne zu halten, nachzuspüren, mit Anderen in Austausch zu treten und Eigenes zu entdecken.

All dies hat das Lesen bei mir ausgelöst – das Buch hat mich sehr beeindruckt und berührt.

Helga Schlegel

Verlag: Klett-Cotta; 2. Ausgabe 2018, ISBN: 3608962425, 201 Seiten, 20,00 Euro

Aus dem Verein

Das gemeinsame Sommerfest findet am Donnerstag, 22.07.21 statt, Beginn ist um 18.00 Uhr in Rummelsberg.

Die Ausbildung "Ehrenamtliche Hospizbegleitung "Herbst 2021 in Nürnberg findet statt. Der Informationsabend ist am Mittwoch, 14. Juli um 19.00 Uhr in den Räumen von SIGENA Langwasser. Weitere Informationen bei Angela Barth und Johannes Deyerl.

In Gesprächen gab es immer wieder positive Reaktionen auf den Artikel „Eine missglückte Begleitung.“ Wir freuen uns, wenn Sie Ihre eigenen positiven oder negativen Erfahrungen in Begleitungen mit uns teilen!

Termine

Datum	Uhrzeit	Thema Ort	Referenten
22.06.	18.00 h	Meditativer Spaziergang am Valznerweiher, Nürnberg	
24.06.	19.30 h	Einführung in die Aromapflege	**Heidi Stahl**
22.07.	18.00 h	Was geht eigentlich beim Gehen ab? Sommerfest	
16.09.		Kollegiale Beratung / Supervision in Rummelsberg	**Johannes Deyerl**
30.09.	19.30 h	Gesetzliche Betreuung - Grenzen der Selbstbestimmung	**H. Sandermann**
02.10.		Ausflug – Bleibt gespannt auf das Thema!	
19.10.		Möglichkeiten der digitalen Trauer, Nürnberg	**Jutta Schwartz**
28.10.	19.30 h	Möglichkeiten der digitalen Trauer, Rummelsberg	**Jutta Schwartz**

Bitte beachten Sie, dass eine Teilnahme aufgrund der geltenden Infektionsschutzverordnung nur mit Anmeldung möglich ist!

Die Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angegeben, im Stephanushaus Rummelsberg statt. Änderungen können aus organisatorischen Gründen möglich werden.
Veranstaltungen in Nürnberg finden im Hospizbüro, Neusalzer Strasse 4 statt.

So erreichen Sie uns / Impressum:

Verein Rummelsberger Hospizarbeit, Rummelsberg 46, 90592 Schwarzenbruck
Ambulanter Hospiz- und Palliativer Beratungsdienst
Telefon: 09128 / 50 25 13
Einsatzleitung Handy: 0175 / 162 45 14
bei Anfragen für Sterbebegleitung

E-Mail: hospizverein@rummelsberger.net
Internet: http://www.hospizverein-rummelsberg.de
http://www.trauernetzwerk-nuernbergerland.de/

Die Bibliothek ist jeweils 1/2 Stunde vor den Veranstaltungen geöffnet.

Ehrenamtliche Vorstandsmitglieder: Dr. Caira Knoch, Dr. Peter Schleicher
Vorsitzende: Gisela Ziegler-Graf

Hospizkoordination: Angela Barth (Nürnberg)
Diakonin Karin Hacker, Heidi Stahl, Diakon Johannes Deyerl

Redaktionsteam: Angela Barth, Karina Englmeier-Deeg, Sonja Högner, Gisela Ziegler-Graf, Erhard Spiegel

Bankverbindung: Rummelsberger Diakonie e.V.
Evangelische Bank,
IBAN: DE47 5206 0410 0202 5010 15
BIC: GENODEF1EK1

Rummelsberger Diakonie