

Ungewöhnlich

Endlichkeit – bewusst – leben: Dafür steht das Hospiz im Werdenberg in Grabs. Als spezialisierte Palliative-Care-Abteilung bietet es unheilbar kranken Menschen, darunter auch vielen aus dem Sarganserland, einen Ort, um zur Ruhe zu kommen. Der «Sarganserländer» blickt tief in die Institution und all die Menschen, die dort trauern und weinen, aber auch lachen und glücklich sind. Eine vierteilige Serie.

von Nadine Bantli

Ich war zwar noch nie in einem Hospiz gewesen, und doch hatte ich diese vage, vielleicht sogar etwas schaurige Vorstellung davon. Denn darin waren vor allem Tod, Leid und Trauer sehr präsent – schliesslich «gehen die Leute zum Sterben dorthin», hatte ich des Öfteren gehört. Dann jedoch besuchte ich für diese Reportage das Hospiz im Werdenberg in Grabs. Und nebst wahnsinnig viel Empathie, Humor und Unterstützung traf ich dort auch eine Schnapsbar und den coolsten «Tschütelichaschte» der Region an.

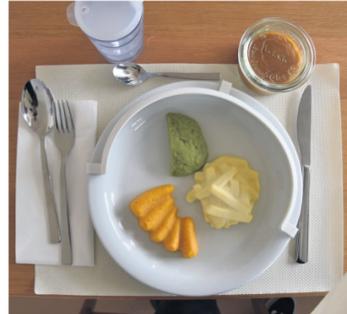
Eintritt in den letzten Abschnitt

Gleich nach meiner Ankunft setzt mich Claus Maier, Experte im Bereich Palliative Care, in einen Rollstuhl. «Heute nehmen wir mal den grössten, der schindet Eindruck», erklärt mir der warmherzige Deutsche, der mich für die nächsten Stunden betreuen wird. In dieser Zeit soll ich möglichst realitätsnah erleben, in was für eine Situation sich eintretende Patientinnen und Patienten begeben müssen. Der Rollstuhl bleibt also nicht meine einzige Einschränkung: Ohne ihn habe ich einen entsprechend unsicheren Gang, zudem verliere ich mein Sprechvermögen – pathologische Befunde, die einen Menschen tatsächlich von heute auf morgen treffen können.

Die Abteilung für Hospizpflege und Betreuung ist eine eigenständige Abteilung mit fünf gemütlichen Einzelzimmern, integrierten Nasszellen und Balkon. Organisatorisch ist das Hospiz der Institution «Pflege im Werdenberg» zugeteilt, die sich wiederum in die beiden Häuser Pflege und Wohngruppe aufteilt. Claus – im Hospiz wird die Du-Kultur gepflegt – schiebt mich durch die Gänge. Ich bin positiv überrascht von der hellen, offenen und freundlichen Innenausstattung der Institution und ich nehme bei unserem kurzen Rundgang eine angenehme Atmosphäre wahr. Obwohl das jeder anders empfinden dürfte, allen voran schwerkranke Patienten. Ich werde heute hier übernachten und morgen nach Hause in mein altes Leben zurückkehren. Sie hingegen kommen ins Hospiz – und bleiben in den allermeisten Fällen



Liebevoll gestaltet: Der Hospiz-Park, die Mahlzeiten und das «Stübli» verbreiten ein angenehmes Gefühl von Zuhause.



Bilder Nadine Bantli



«Die Patientin in Zimmer 5 hat nie etwas zu Essen bestellt.»

Sabina Parli
Pflegefachfrau

dort. Damit besiegelt der Eintritt zugleich den Antritt des letzten Abschnitts ihres Lebens.

Auf Privatsphäre verzichten

Während ich also im Rollstuhl sitze, spüre ich zum ersten Mal, wie ein riesiger Teil meiner Autonomie verloren geht. Plötzlich entscheide ich nicht mehr selber, wohin es als Nächstes geht. Das ist beängstigend.

Als wir schliesslich Zimmer 2 im Hospiz betreten, gibt mir Claus einen Moment, um anzukommen. «Ich komme gleich wieder, dass du mir ja nicht wegläufst», lässt er seinen schwarzen Humor durchblicken. Mir ist nicht nach Lachen zumute, stattdessen sitze ich ruhig und etwas verwirrt im Rollstuhl und schaue mich von da aus im Zimmer um. Ein wirklich schönes Zimmer zwar, aber ein fremdes.

Minuten vergehen, bevor es kurz an der Tür klopft und Claus wieder hereinkommt, bevor ich überhaupt reagieren kann. Langsam merke ich, dass ich hier im Hospiz ebenfalls lernen muss, auf einen Teil meiner Privatsphäre zu verzichten. Der Palliativ-Experte will mir noch das «Stübli» zeigen. Er hilft mir aus dem Rollstuhl und stützt mich beim Gehen am Arm – mir ist das unangenehm. Eigentlich habe ich keine Probleme mit Nähe und Claus ist mir sehr sympathisch, aber mich hat selten jemand einfach ungefragt angefasst. Wenn auch nur am Unterarm.

Nicht alleine sein wollen – oder?

Wieder zurück im Zimmer versuchen Claus und ich, einseitig nonverbal mit

einander zu kommunizieren. Viele der Patientinnen können nicht oder nicht mehr richtig sprechen und müssen ihre Wünsche auf eine andere Art und Weise äussern. Ich bin wahrlich beeindruckt: Jede leichte Veränderung in meinem Gesichtsausdruck und jede noch so kleine Regung von mir interpretiert Claus richtig. Seine langjährige Erfahrung erweist sich definitiv als eine Erleichterung für mich.

Bis zum Mittagessen bleibt mir nochmals Zeit für mich. Ich bin froh, kurz alleine sein zu können, weil ich Mühe habe mit dieser permanenten Beobachtung – andererseits jedoch will ich gar nicht alleine sein in dieser neuen und unbekannteren Situation. Ich schalte den Fernseher ein. Und warte.

Schnabelbecher und Breikost

Mein Essen steht schon bereit, als ich das «Stübli» betrete. Mmh, Breikost. Ausserdem werde ich mit dem Schnabelbecher bekannt gemacht: Darin befindet sich Wasser, das mit Instantpulver angedickt wurde. Beides Präventivmassnahmen, um allfälligen Schluckbeschwerden vorzubeugen. Das Wasser sieht zwar etwas gewöhnungsbedürftig

aus, ist am Ende jedoch auch nur Wasser – denke ich mir und nehme einen kräftigen Schluck. «Wäh!», rutscht es mir raus. Die Quittung dafür, den doch relevanten Einfluss der Konsistenz auf die Geschmacksnerven unterschätzt zu haben.

Man sollte keinen Fehler zweimal machen, weshalb ich mich nun nicht gleich auf die Breikost stürze. Das hingegen ist unberechtigt, wie ich nach den ersten Bissen feststelle. Glück gehabt. Aber allein schon der Anblick lässt meine Mundwinkel nach oben wandern. Mit Förmchen haben die Köche das pürierte Gemüse nämlich schön drapiert: Die Kartoffeln sehen aus wie Pommes frites, die Karotten wie Marzipan-Rüebli und der Spinat... wie Spinat eben. Noch dazu schmeckt das Essen wirklich gut, Suppe und Dessert inklusive. Trotzdem bin ich die Einzige, die heute im «Stübli» – dem Aufenthaltsraum – isst. Manche der Patienten können nicht, andere wollen nicht hier essen. Sie nehmen ihre Mahlzeiten auf dem Zimmer ein, wenn sie denn überhaupt essen.

Den Blickwinkel ändern

«Die Patientin in Zimmer 5 hat nie etwas bestellt», sagt Pflegefachfrau Sabina Parli zu mir, während sie eine übrig gebliebene Portion beiseitestellt, «vielleicht möchte ihr Mann später etwas essen.» Er sei frühmorgens direkt von der Arbeit gekommen und seither nicht von der Seite der Krebspatientin gewichen. Eine junge Mutter, die im Sterben liegt.

Ich bin ein wenig perplex und froh darüber, dass ich gerade keine Zeit habe, viel nachzudenken. Es folgt ein Wechsel in der Mitarbeitenden-Konstellation. Normalerweise arbeitet das Pflegepersonal in Zweier-Teams, morgens wie abends. Die Nachtschicht wird alleine auf der Abteilung geleistet. Claus verabschiedet sich ebenso wie Sabina, die Berufskollegin Claudia Eder in Empfang nimmt und dann morgen früh wieder im Hospiz erscheinen wird. Auch ich wechsele in meine gewohnte Rolle als Journalistin zurück. Die nächsten Stunden werde ich selbst wieder Beobachterin sein können und die Möglichkeit nutzen, vor allem Sabina und Claudia bei der Arbeit über die Schulter zu schauen.

Beim letzten Gang begleitet werden – egal wo

Im Sarganserland gibt es zwar kein Angebot wie jenes in Grabs – dafür ist hier die Hospizgruppe Sarganserland sehr engagiert.

von Nadine Bantli

Mels. – Die Hospizgruppe Sarganserland feiert heuer ihr 10-Jahr-Jubiläum, nachdem 2011 die örtlichen Hospizgruppen von Bad Ragaz, Vilters-Wangs, Sargans, Mels, Flums und Walenstadt zusammengelegt wurden. Im gemeinnützigen Verein engagieren sich mittlerweile rund 60 Freiwillige in der Begleitung und Betreuung von schwerkranken und sterbenden Menschen. Wo und in welchem Rahmen diese Begleitung geschieht, ist ganz den Menschen überlassen, die das breite Angebot der Hospizgruppe nutzen möchten.

Zu Hause oder im Heim begleitet

Da eine schwere Krankheit nicht nur die Betroffenen selbst, sondern auch ihre Angehörigen an deren Grenzen führen kann, bieten ihnen die geschul-

ten und einfühlsamen Helferinnen und Helfer der Hospizgruppe Sarganserland Unterstützung an – auch dann, wenn die schwerkranken Menschen ihre letzte Lebensphase zu Hause in ihrem vertrauten Umfeld verbringen möchten. Während der Begleitung werden die Angehörigen am Tag und in der Nacht entlastet und es wird versucht, eine ruhige Atmosphäre zu schaffen, pflegerische oder hauswirtschaftliche Aufgaben werden jedoch keine übernommen.

Ebenso gut können aber auch Menschen, die sich in einer palliativen Situation in Alters- und Pflegeheimen, Spitälern oder Kliniken befinden, von der Hospizgruppe Sarganserland begleitet werden. Zu den Institutionen, in denen dies möglich gemacht wird, gehören beispielsweise die Palliativstation im Spital Walenstadt oder das Haus Smaragd in Wangs. Ziel der Begleitenden

ist es, Angehörige egal wo zu entlasten und Unterstützung zu bieten.

Grosses Anliegen verwirklicht

Jemand, der zwar noch im eigenen Heim wohnt, dort aber nicht sterben möchte, kann in der Hospizwohnung betreut den letzten Gang antreten. Die Wohnung ist einmalig: Bis vor wenigen Jahren gab es in der Region noch keine Hospizbetten, stationäre Hospize waren erst projektiert oder im Aufbau. Unter der aktuellen Präsidentin der Hospizgruppe Sarganserland, Elisabeth Warzinek, wurde 2017 schliesslich die Hospizwohnung in Mels aufgebaut – ein kleines, liebevolles Angebot in der Region, das schon Warzineks Vorgängerin Helen Hidber ein Anliegen gewesen war. Angehörige sollen damit möglichst wohnortnah die Möglichkeit haben, würdig Abschied von ihren geliebten Menschen zu nehmen.

Warzinek beschreibt die Wohnung als «ein privates, gemütliches Zuhause für die letzten Lebenstage, in denen

die Spitez Sarganserland zusammen mit der hausärztlichen Unterstützung die Pflege und medizinische Versorgung des sterbenden Mitmenschen übernimmt. Begleitende der Hospizgruppe stehen für die Betreuung zur Seite. Wir ermöglichen ein Sterben in häuslicher Umgebung, wenn dies zu Hause nicht möglich ist.»

Zeit und Achtsamkeit schenken

Die helle und freundliche Wohnung soll ein zeitlich begrenztes Zuhause und ein Ort der Ruhe sein, wo sich Angehörige in der Betreuung einbringen können. Sie erhalten damit aber auch die Möglichkeit, sich selbst zurückzuziehen und Energie zu tanken.

Die Mission der ehrenamtlichen Begleitenden besteht darin, den Angehörigen Zeit, Achtsamkeit und Aufmerksamkeit zu schenken – dazu werden sie fachlich weitergebildet und betreut.



«Unsere Hospizwohnung ist ein privates Zuhause für die letzten Lebenstage.»

Elisabeth Warzinek
Präsidentin Hospizgruppe