

Gute Hospiz- und Palliativarbeit ist vielfach auch Suizidprävention

Viele ältere Menschen entscheiden sich angesichts des nahenden Endes und möglicher Schmerzen zum Suizid. Doch es gibt Alternativen: gute Hospizarbeit.

Laut der Deutschen Gesellschaft für Suizidprävention (DGS) nahmen sich im Jahr 2024 in Deutschland 10 372 Menschen das Leben – 0,7 Prozent mehr als im Vorjahr und 7,1 Prozent mehr als im Durchschnitt der letzten zehn Jahre. 71,5 Prozent der Verstorbenen waren Männer, 28,5 Prozent Frauen. Darunter sind auch viele ältere Menschen.

Die Deutsche Gesellschaft für Suizidprävention (DGS) schreibt: „Oft entstehen Sterbewünsche in existenziellen Krisen – diese können geprägt sein von Hoffnungslosigkeit, Einsamkeit oder schwerer seelischer und körperlicher Not.“

ANGST VOR WÜRDEVERLUST, AUTONOMIE UND SCHMERZ

Und der Palliativmediziner Prof. Hardinghaus, ehemaliger Vorstandsvorsitzender des Deutschen Hospiz- und Palliativverband e.V. und Mitglied im Nationalen Ethikrat, führt weiter aus: „Wir wissen aus der Erfahrung heraus, dass es häufig eine Angst vor einem Würdeverlust ist, vor einem Verlust der Selbstbestimmung und Autonomie, und auch die Angst davor, Schmerzen zu haben, leiden zu müssen. Das sind die drei Hauptgründe, die angeführt werden. Wir wissen auch, dass viele Menschen depressive Erkrankungen haben, denen man helfen könnte. Das alles muss bedacht werden.“

VERLETZLICHKEIT IST KEINE SCHWÄCHE

„In der Hospizarbeit und Palliativversorgung vertreten wir die Haltung, Verletzlichkeit nicht als Schwäche zu sehen. Wenn es gelingt, Verletzlichkeit und Leiden als Lebensrealität anzuerkennen und anzunehmen, können Bewältigungsprozesse eingeleitet werden“, so der Thüringer Hospiz- und Palliativverband. „Wer palliativ handelt ist fähig, unheilbar kranken Menschen die wichtigste Kernerfahrung zu vermitteln: Anerkennung und Partizipation an ihrem



Mitgefühl und Hinwendung ist mit das Wichtigste, was sterbende Menschen brauchen. Gute Hospiz- und Palliativarbeit kann in vielen Fällen helfen, dass Menschen angesichts des nahenden Endes und möglicher Schmerzen eben nicht den Suizid wählen, sondern sich für ein Ende in Würde entscheiden.

PIXABAY

Leiden.“ In palliativen Situationen sehen sich die Betroffenen im Angesicht ihrer Begrenztheit, ihres unaufhaltsamen Schwindens und ihrer Zerbrechlichkeit. Palliative Care hat zum Ziel, Menschen in ihrem individuellen Erleben im Angesicht des Sterbens so zu begleiten, dass die Integrität der Persönlichkeit gewahrt bleibt.

NIEMAND DARF ZUM SUIZID GEDRÄNGT WERDEN

„Palliare“, das „Einhüllen“ kann in diesem Sinnbild auch als schützende Umhüllung des zerbrechlichen Inneren gesehen werden. Dafür fühlt sich der Thüringer Hospiz- und Palliativverband seit nunmehr 30 Jahren dem klug durchdachten Artikel 1 der Thüringer Verfassung verpflichtet: „Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie auch im Sterben zu achten und zu schützen, ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt.“

Für den Thüringer Hospiz- und Palliativverband heißt das: „Kein Mensch soll durch gesell-

schaftlichen, ökonomischen und sozialen Druck zum assistierten Suizid gedrängt werden.“ Es ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe zu vermitteln, „dass Menschen auch im Alter und bei Krankheit Fürsorge, gute Pflege und medizinische Versorgung bis zuletzt zuteil wird.“

ES GIBT HILFE: DAS MUSS SICH HERUMSPRECHEN

Das Anliegen des Thüringer Hospiz- und Palliativverbandes ist es, die Hilfe-Angebote am Lebensende noch bekannter zu machen. Und er hat einen Bildungsauftrag: Das Wissen um Sterben, Tod und Trauer in die Gesellschaft zu tragen.

Die Akademie im Thüringer Hospiz- und Palliativverband bietet ein umfangreiches Kursangebot für Ehren- und Hauptamtliche in der Hospiz- und Palliativarbeit, sowie für interessierte Bürgerinnen und Bürger.

Das Ziel ist es, Sterben, Tod und Trauer einen Platz mitten im Leben geben. Das schließt die Auseinandersetzung mit der

eigenen Sterblichkeit ein. Um bewusster weiterzuleben und die Angehörigen dabei zu unterstützen, mit einem bevorstehenden Verlust „unerschrocken umzugehen. Oder auch erschrocken, aber dennoch mutig.“

LETZTE-HILFE-KURSE ZUR UNTERSTÜTZUNG

In diesem Zusammenhang gibt es noch ein weiteres wichtiges Hilfsangebot: Analog zur „Ersten Hilfe“ wird auch in Thüringen das Konzept „Letzte Hilfe“ vermittelt. In vier bis sechs Stunden geht es um eine ganz grundsätzliche Auseinandersetzung mit dem Sterben und mit Trauer und vermittelt konkrete Ideen und Hilfestellungen, die in der Versorgung sterbender Menschen von Bedeutung sind.

Bestenfalls schaffen es Angehörige, mit Unterstützung von Hospizdiensten und anderen Versorgungsstrukturen, ein Sterben im vertrauten häuslichen Umfeld zu ermöglichen.

WICHTIGE KONTAKTE

Weitere Tipps, Informationen, Hilfsangebote und Kontakte gibt es unter anderem auf der Internetseite des Thüringer Hospiz- und Palliativverbandes e.V.: www.hospiz-thueringen.de und bei der Telefonseelsorge, Tag und Nacht erreichbar unter Telefon: 08 00 / 111 01 11 und 08 00 / 111 02 22 oder unter: 11 61 23.

THPV / str

