28.11.2023 um 05:20 Uhr
hr1 ZUSPRUCH

Ein Beitrag von
Verena Maria Kitz,
Katholische Pastoralreferentin in St. Michael, Zentrum für Trauerseelsorge, Frankfurt

Letzte-Hilfe-Kurs

Was ein Erste-Hilfe-Kurs ist, das wissen die meisten. Stabile Seitenlage und Rauteck-Rettungsgriff, die sind mir seit meinem Erste-Hilfe-Kurs vor vielen Jahren feste Begriffe, auch wenn ich sie bisher, Gott sei Dank, noch nie in der Praxis anwenden musste.

Seit ungefähr 10 Jahren gibt es diese Kurse

Dass es auch „Letzte-Hilfe-Kurse“ gibt, habe ich erst vor ein paar Jahren gelernt. Letzte-Hilfe-Kurse? Seit ungefähr 10 Jahren gibt es diese Kurse im deutschsprachigen Raum. Und so wie die Erste-Hilfe in einem Notfall das Überleben sichern will, so will die Letzte Hilfe im Sterben das Leiden lindern. Damit ist, um es gleich klarzustellen, nicht aktive Sterbehilfe gemeint, also Menschen in den Tod zu schicken. Letzte Hilfe will helfen, die Lebensqualität so weit wie möglich zu unterstützen, solange das Leben währt. Sie leistet Beistand im Sterben, nicht zum Sterben. Natürlich ist die im engeren Sinne medizinische Versorgung Sache der Profis, von Palliativ-Teams: Die dosieren und verabreichen z.B. Schmerzmittel.

Anders als früher kennen wir uns nicht mehr mit der Begleitung Sterbender aus

Aber abgesehen davon gibt es viel, was in der Begleitung von Sterbenden helfen kann, wenn die nahe Umgebung darüber Bescheid weiß. Und das kann in Letzte-Hilfe-Kursen gelernt werden. Anders als früher kennen wir uns heute damit kaum noch aus, wie das geht mit dem Sterben, flapsig ausgedrückt. Woran kann ich erkennen, dass der Sterbeprozess beginnt? Wie verhalte ich mich richtig, wenn jemand nicht mehr essen oder trinken will? Gar kein Interesse mehr hat an dem, was in der Welt oder auch der Familie vor sich geht?

© 2023 · Kirche im hr

Was kann ich praktisch tun für einen sterbenden Menschen?

Der Sterbeprozess, das habe ich gelernt, betrifft alle Dimensionen des Menschen, natürlich den Körper, den Geist, die Beziehungen zu anderen und zu sich. Auch die spirituelle Ebene gehört dazu. Und es geht im Kurs um rechtliche Fragen sowie um die Frage: Was kann ich ganz praktisch tun für einen sterbenden Menschen?

Ich bin dankbar, dass ich ein bisschen besser vorbereitet bin

Ich habe viel gelernt in diesem Letze-Hilfe-Kurs. Und ich bin dankbar, dass ich ein bisschen besser vorbereitet sein kann: um jemandem beizustehen oder für mein eigenes Sterben. Und ich hoffe, dass dann auch jemand da ist, der mir Letzte Hilfe leisten kann. (Info: https://www.letztehilfe.info/)

© 2023 · Kirche im hr