

# «Ich würde es heute nicht anders machen»

Wer einen Menschen bis zum Tod begleiten möchte, sollte überlegen: Wie viel kann ich geben? Drei Betroffene berichten.

**Stefan Müller**

«Der erste Wunsch von Angehörigen ist, dass es den Schwerkranken gut geht und «gutes» Sterben möglich ist.» Das sagt der Theologe und Psychologe Urs Winter-Pfändler. Er berät Sterbebegleitende.

Nicht alle haben die Zeit und Ressourcen, sterbende Nahestehende zu pflegen, wenn es so weit ist. Und doch betreuen gegen 200 000 Angehörige in der Schweiz Menschen – viele bis in den Tod. Der Anfang einer Begleitung ist für die meisten ein Sprung ins kalte Wasser. Es stellen sich Fragen rund um Pflege, Finanzen, Soziales, Religiös-Spirituelles, Rechtliches und Selbstsorge. Wichtig sei auch, auf die eigenen Grenzen zu achten. Das heisst, rechtzeitig Hilfe in Anspruch zu nehmen. Dies kann bedeuten, dass der schwerkranke Mensch in einer Pflegeeinrichtung oder einem Hospiz untergebracht werden muss.

In der Folge drei Beispiele von Personen, welche eine Sterbebegleitung gemeistert haben.

**Margrit Roder, Evillard BE: «Wir waren jederzeit verfügbar»**

Die 66-jährige Margrit Roder hat ihre Schwiegermutter die letzten vier Jahre bis zu ihrem Tod im vergangenen März betreut. Die Familie wohnt seit über dreissig Jahren im gleichen Haus, die Schwiegermutter eine Etage tiefer. Es hat schleichend begonnen, mit epileptischen Anfällen. Am Schluss gingen sie und ihr Mann mehrmals täglich hinunter in die Wohnung. Mehr als vier Stunden konnte die Schwiegermutter nicht mehr allein gelassen werden. «Wir waren jederzeit verfügbar», erklärt die pensionierte Pflegefachfrau.

Nach einem Sturz musste die Schwiegermutter ins nahegelegene Heim umziehen. Im Dezember letzten Jahres erkrankte sie am neuen Coronavirus, was auch die Sterbephase einläutete. Sie war fortan bettlägerig. Das Finanzielle machte längst ihr Sohn, der Ehemann von Margrit Roder. Um das Pflegerische kümmerte sich das Heim, um das Betreuerische die Familie.



Der Lebensbogen hat sich geschlossen: Margrit Roder (rechts) mit Enkel und dessen Urgrossmutter im Pflegeheim.

Bild: zvg



Evelyn Langensand und ihr schwerkranker Sohn in einem entspannten Moment.

Bild: zvg

Die «Zentrale» dabei war Margrit Roder. Sie führte einen Kalender, damit immer jemand von der grossen Familie zugegen war. «Wir führten schöne Gespräche. Über alles konnte geredet werden», sagt Margrit Roder. Als ehemalige Spitexmitarbeiterin

hatte sie schon viele Sterbende begleitet und selbst Weiterbildungen zum Thema «Pflegende Angehörige» besucht.

«Eine Herausforderung war jedoch, immer darauf zu achten, in welcher Rolle ich gerade steckte», sagt sie, die selbst Kur-

se über die Begleitung von Schwerkranken gibt. Es sei eine bereichernde Zeit gewesen, da sie sich intensiv mit dem Leben und dem Sterben befasst habe. Letztlich sei das Engagement aber nur möglich gewesen, weil sie und ihr Mann pensioniert seien. Obendrein konnte sie auf die Hilfsbereitschaft ihrer Familie zählen.

**Ulrike Becker, SG: «Ich würde es genauso wieder machen»**

Die 57-jährige Norddeutsche Ulrike Becker (Name geändert) ist seit rund fünfzehn Jahren in St. Gallen zu Hause. Doch dann erkrankte ihre Schwester in Hamburg unheilbar an Brustkrebs. «Das letzte halbe Jahr pendelte ich regelmässig zwischen St. Gallen und Hamburg hin und her», erzählt Ulrike Becker, die damals in einer Leitungsposition einer grösseren Firma arbeitete. Die letzten Wochen blieb sie ganz bei ihrer kranken Schwester, die inzwischen in einem Sterbehospiz war. «Täglich war ich bei ihr, habe vieles organisiert und mit ihr geregelt wie Testament und

Bestattung», sagt Ulrike Becker. «Wir klärten Unstimmigkeiten zwischen uns und kamen uns dabei sehr nahe.»

Schliesslich war nichts mehr zu besprechen. Irgendwann schmeckte der Schwester ihre Zigarette nicht mehr. «Es war schön, viele gute Freundinnen um sich zu wissen», erinnert sich Ulrike Becker. Sie lösten sich gegenseitig am Sterbebett ab. Wechselweise und in stiller Harmonie massierten sie der Sterbenden die Füsse. Bis zuletzt war die Schwester geistig wach. «Irgendwann schickte sie alle weg. Eine halbe Stunde später starb sie», berichtet Ulrike Becker.

Der totale Einsatz für ihre Schwester kostete Ulrike Becker am Ende den Job. Denn durch die Reisen nach Hamburg hatte sie sehr viele Abwesenheiten – trotz Vorbezugs aller Ferien. Betreuungsgutschriften konnte sie keine geltend machen. Sie musste sich schliesslich entscheiden: Arbeit oder Betreuung. «Ich würde es heute nicht anders machen», ist sie überzeugt. Die Begleitung ihrer Schwester habe ihr viel gegeben. Mit psychologischer Unterstützung und der

Lektüre über das Sterben sei sie gestärkt aus dieser Erfahrung hervorgegangen.

**Evelyn Langensand Keller, Sitterdorf TG: «Er strahlte eine grosse Zuversicht aus!»**

«Zwei Jahre lang hofften wir», erinnert sich Evelyn Langensand Keller, die ihren 7-jährigen Sohn verloren hat. Chemo- und Bestrahlungstherapie schafften es aber nicht, den Knochentumor zu besiegen. «Wir wollten, dass Levi zu Hause sterben kann», erklärt die 38-jährige Mutter und gelernte Geomatikerin, die damals nicht berufstätig war und noch den vier Jahre jüngeren Bruder zu betreuen hatte. Der Vater machte Homeoffice, um Levi möglichst nahe zu sein. Die letzten 18 Tage verbrachte Levi ausschliesslich zu Hause. Die Eltern nahmen ihn wieder ins elterliche Bett.

Tagsüber schlief er öfters, dazwischen spielte er Lego oder ass. «Er hatte grossen Appetit», sagt die Mutter. Es gab immer, was er verlangte: Toast, Tomatenspaghetti oder Himbeerglace. Morgens und abends kam die Kinderspitex. Schmerzen litt der Junge nicht, dank genügend Morphins. Geredet wurde zum Schluss nicht mehr viel. «Aber ich habe ihm hundert Mal gesagt, wie lieb ich ihn habe», sagt Evelyn Langensand. Sie erinnert sich, dass Levi eine grosse Zuversicht und innere Zufriedenheit ausgestrahlt habe. Das habe es ihnen leichter gemacht. Schliesslich starb der Bub am 16. Januar 2020, nachdem sich alle von ihm verabschiedet hatten. Die Mitschüler liessen auf dem Pausenhof Ballone mit guten Wünschen steigen. «Dank der grossen Unterstützung durch meinen Mann und meine Eltern würde ich jederzeit wieder eine Sterbebegleitung machen», lautet Evelyn Langensands Fazit.

**Hilfe** bieten Letzte-Hilfe-Kurse oder Kurse des Schweizerischen Roten Kreuzes, der Caritas und der Fachstelle Begleitung in der letzten Lebensphase. Wissenswertes findet sich im Buch «Nahe sein bis zuletzt». Gratis bestellbar unter: [www.nahesein.ch](http://www.nahesein.ch).

## Schweinepest breitet sich aus

Die Afrikanische Schweinepest hat erstmals Hausschweine in Deutschland infiziert.

Auf drei Betrieben in Brandenburg ist die Afrikanische Schweinepest nachgewiesen worden. Es sind die ersten Fälle dieser Krankheit bei Hausschweinen in Deutschland, nachdem sich im September bereits Wildschweine angesteckt hatten. Einer der Betriebe hat rund 200 Tiere, die anderen nur deren zwei beziehungsweise vier.

Die Afrikanische Schweinepest ist eine Virusinfektion, die ausschliesslich Schweine befällt. Für Menschen ist sie ungefähr-

lich, Schweine sterben jedoch meist innert weniger Tage. Nach Deutschland gelangte die Krankheit vermutlich von Polen aus, die betroffenen Gebiete befinden sich nahe der Grenze.

Das Virus wird direkt von Tier zu Tier übertragen, aber auch über Kleidung und Fahrzeuge oder über Schweinefleisch verbreitet. In gefrorenem Fleisch und Wurstwaren kann es monatelang überleben. Wenn jemand etwa beim Picknicken ein Stück Salami in den Wald

wirft, besteht das Risiko, dass sich Wildschweine anstecken.

Laut dem Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen ist das Risiko gross, dass die Seuche in die Schweiz eingeschleppt wird. Adrian Schütz, stellvertretender Geschäftsführer des Verbands Suisseporcs, sagt: «Für uns ändert sich die Ausgangslage nicht durch diese Fälle. Die Region war wegen der infizierten Wildschweine bereits vorher Sperrgebiet. Wir befürchten, dass die

Krankheit früher oder später die Schweiz erreicht.»

In Belgien und Tschechien ist es gelungen, das Virus durch Schlachtung der Hausschweine beziehungsweise Bejagen der Wildschweine in den betroffenen Gebieten loszuwerden. In der Schweiz werden Wildschweine, die tot aufgefunden oder krank abgeschossen werden, vorsorglich auf das Virus untersucht.

**Niklaus Salzmann**

## Coronavirus vermehrt sich in Affen und Katzen am besten

Forschende fordern bessere Überwachung von Tieren.

**Ansteckungen** Seit Beginn der Pandemie wurden verschiedene Fälle bekannt, bei denen das Virus vom Tier auf den Menschen übertragen wurde, etwa von Löwen auf Pfleger in einem New Yorker Zoo. Nun haben Forschende der Institute für Infektionskrankheiten und für Virologie und Immunologie der Universität Bern untersucht, welche Tierarten für eine Coronainfektion besonders empfänglich sind. Demnach ver-

mehrt sich das Virus in den Atemwegszellen von Rhesusaffen und Katzen effizient, ohne sich anpassen zu müssen. Sie dürften besonders anfällig sein. «Die Ergebnisse zeigen, dass eine Überwachung dieser Tiere notwendig ist», sagt Ronald Dijkman von der Uni Bern. Die Resultate könnten helfen, Überwachungsprogramme einzurichten, um früh zu erkennen, falls sich in Tieren gefährliche Coronavarianten entwickeln. (agl)