



Was ist gutes Sterben? Für Palliativ-Luzern-Vorstandsmitglieder Judith Schwander (links), Bernhard Studer und Monika Tröger gehört diese Fragen zum Berufsalltag. Foto boa

# Annehmen, dass das Leben endlich ist

**PALLIATIV-CARE** Was ist gutes Sterben? Der Welt Hospiz- und Palliative-Care-Tag von morgen Samstag, 9. Oktober, ermutigt, über solche Fragen nachzudenken. Judith Schwander, Bernhard Studer und Monika Tröger von Palliativ Luzern diskutieren über Tabus, Respekt und Versorgungslücken.

von Astrid Bossert Meier

**Es gibt den Welttag des Buches, den Weltbienentag, den Welttag des Fahrrads ... Kann ein Welt Hospiz- und Palliative-Care-Tag etwas bewirken?**

**Judith Schwander:** Ja. Das Thema rückt ins Zentrum und wir können Menschen anregen, über die Endlichkeit des Lebens und das Sterben nachzudenken.

**Bernhard Studer:** Zudem möchten wir Laien und Profis dafür sensibilisieren, dass Palliative Care zur Grundversorgung gehört. Vor lauter weiterführenden Abklärungen und Therapien kann es so weit kommen, dass selbst mit schwerkranken Menschen nicht über den Tod gesprochen wird. Es ist jedoch

wichtig, sich auf den Tod vorbereiten zu können.

**Sie engagieren sich im Vorstand von Palliativ Luzern. Ihre Organisation lädt am 2. November zu einer Veranstaltung unter dem Titel «Gutes Sterben – gestern und heute» ein. Was ist denn gutes Sterben?**

**Monika Tröger:** Manche Menschen möchten ihre Familie bei sich haben, wenn sie sterben. Andere können nicht aushalten, dass die Angehörigen so traurig sind und wollen allein sterben. Nur schon diese Tatsache zeigt, wie individuell Sterben ist. Für mich als Medizinerin bedeutet gutes Sterben eine ausreichende Symptomkontrolle und das Sterben so zu ermöglichen, wie es die Person wollte.

**Judith Schwander:** Gutes Sterben hat für mich viel mit Respekt zu tun. Dass ich beispielsweise annehmen kann, wenn jemand keine sedierende oder schmerzlindernde Medikamente möchte. Das kann schon herausfordernd sein. Darum bin ich auch immer wieder gezwungen, über meine eigene Haltung nachzudenken.

**Sterben und Tod vor 20 Jahren oder heute: Was hat sich verändert?**

**Bernhard Studer:** Viele Menschen werden älter und sind häufig länger krank. Eine Krebserkrankung ist heute oft eine chronische Krankheit. So entsteht zwar mehr Raum und Zeit, sich auf den Tod einzustellen. Doch der langsame Abschied kann lang werden, insbesondere auch, wenn wiederholt schwierige Entscheide zur Weiterbehandlung gefällt werden müssen. Dabei besteht die Gefahr, dass Patienten aus einem falschen Autonomieverständnis heraus alleingelassen werden. Viele Betroffene wünschen sich jedoch klare und transparente Entscheidungshilfen. Als Hausarzt versuche ich hier mit Rat und Tat zu unterstützen und begleiten.

**Monika Tröger:** Futility, also Übertherapie am Lebensende, ist ein grosses Thema. Durch die langen Phasen der Behandlung erlebe ich am Ende des Lebens oft extrem erschöpfte Menschen, die im wahrsten Sinn des Wortes lebensmüde sind.

**Wir brauchen also am Ende unseres Lebens nicht noch mehr Spitzenmedizin, sondern eine optimale Versorgung mit Palliative Care. Ist diese Versorgung gegeben?**

**Monika Tröger:** Leider haben längst nicht alle Menschen denselben Zugang zu Palliativ Medizin, auch innerhalb unseres Kantons nicht.

**Je städtischer, desto besser, je ländlicher, desto schlechter?**

**Monika Tröger:** So lässt es sich nicht pauschalisieren. Aber auf der Landschaft fehlt oft eine spezifische Palliativ-Spitexversorgung mit 24-Stunden-Dienst, damit Menschen in der letzten Lebensphase nicht ins Spital eingewiesen werden müssen, wenn es für sie nicht stimmt.

**Judith Schwander:** Die Stadt Luzern hat mit dem Brückendienst ein spezifisches Angebot geschaffen. Wir brauchen aber auch auf der Landschaft eine fachlich vergleichbare Basisversorgung, damit Menschen in einem für sie passenden Setting sterben können. Das bedeutet mehr Pflegepersonal mit vertiefter Weiterbildung, welches Fachwissen und ein breiteres Repertoire bei Themen wie Symptombehandlung oder Umgang mit Angehörigen mitbringt. Dabei ist die Finanzierung entsprechender Weiterbildungen ein zentrales Thema. Hier kommt die Politik ins Spiel.

**Bernhard Studer:** Bezüglich mobilem Palliativ-Dienst haben wir von der Politik positive Signale erhalten. Mit der Annahme des teilrevidierten Gesund-

heitsgesetzes hat der Luzerner Kantonsrat vor einem Jahr die Grundlage für eine flächendeckende spezialisierte mobile Palliative-Care geschaffen. Wichtig ist aber auch, dass unsere Gesellschaft realisiert, wie wichtig diese Fragen sind. Das bedingt, dass wir über das Sterben sprechen. Diese Öffentlichkeitsarbeit zu leisten ist eine Aufgabe von Palliativ Luzern.

**Sterben und Tod gehören zu Ihrem Berufsalltag. Wie stellen Sie sich «gutes Sterben» für Ihr eigenes Lebensende vor?**

**Monika Tröger:** Sterben hängt von vielen Faktoren ab, die nicht vorhersehbar sind. Allerdings bedeutet es immer bereit zu sein, Kontrolle abzugeben. Ich wünsche mir die Kraft, darauf zu vertrauen, dass es der richtige Weg ist – ob mein Leben nun bei einem Autounfall endet, aufgrund einer Tu-

morerkrankung oder einem anderen Szenarium.

**Bernhard Studer:** Ich hoffe, dass ich mich am Lebensende in jene Situation hineinschicken kann, die sein wird. Aus heutiger Perspektive möchte ich lieber nicht plötzlich sterben, sondern mich verabschieden können. Schon oft habe ich sehr berührende und trotz aller Traurigkeit sogar beglückende Situationen am Sterbebett erlebt. Selbst habe ich, zusammen mit meinen Geschwistern, das bewusste Abschiednehmen beim Sterben meiner betagten Eltern stimmig und tröstend erleben dürfen.

**Judith Schwander:** Ich möchte nicht in einer belastenden, schwierigen Lebensphase gehen müssen. Ich wünsche mir, dass ich in diesem Moment mit mir im Reinen bin. Und dass ich annehmen kann, dass das Leben endlich ist.

## Die Interviewten

**Bernhard Studer**, Vizepräsident Palliativ Luzern und Hausarzt – **Monika Tröger**, Vorstandsmitglied Palliativ Luzern und Leiterin ärztlicher Dienst Viva Luzern – **Judith Schwander**, Vorstandsmitglied Palliativ Luzern, Geschäftsleiterin Spitex Sempach und Vorstandsmitglied Spitex Kantonalverband Luzern.

## Welt Hospiz- und Palliative-Care-Tag

An jedem zweiten Samstag im Oktober macht der Welt Hospiz- und Palliative-Care-Tag auf die Menschen aufmerksam, die auf Pflege angewiesen sind, auch solche, die sich in der letzten Lebensphase befinden. Dabei wird die Unterstützung aller gewürdigt, die sich im Rahmen ihres beruflichen oder freiwilligen Engagements für das Wohl von Menschen mit unheilbaren, lebensbedrohlichen und/oder chronisch fortschreitenden Krankheiten und ihren Angehörigen einsetzen. Der Welt Hospiz- und Palliative-Care-Tag leistet ausserdem einen Beitrag zur Enttabuisierung von Themen wie Tod, Sterben und Trauer.

## Veranstaltung «Gutes Sterben»

Palliativ Luzern lädt am 2. November zur öffentlichen Veranstaltung ein. Unter dem Titel «Gutes Sterben – gestern und heute» zeigt Referent Dr. phil. Christian Ruch auf, wie sich das gesellschaftliche Verhältnis zu Sterben und Tod im Laufe der Zeit gewandelt hat. Anschliessend Podiumsdiskussion mit Expertinnen und Experten aus den Bereichen Medizin, Pflege, Seelsorge und Sterbebegleitung.

«Gutes Sterben – gestern und heute», Dienstag, 2. November, 18 bis 20 Uhr (Türöffnung 17.15 Uhr), Der Maihof, Weggismattstrasse 9, Luzern. Möglichkeit zur Besichtigung der Informations-Tische der Palliative-Care-Organisationen. Eintritt frei, ohne Anmeldung. Teilnahme nur mit Covid-Zertifikat und Ausweisdokument möglich. [www.palliativ-luzern.ch](http://www.palliativ-luzern.ch)