Palliative Care beginnt im Leben

Lebensqualität im Leben und im Sterben

palliative gr

Palliative Care beginnt im Leben – Lebensqualität im Leben und im Sterben

Für alle, die es brauchen 5
Sich auf Menschen verlassen können bis zuletzt 7
Eigenes Leben und Sterben mitgestalten 9
Begleitung von Anfang an und bis zuletzt 11
Gutes Leben und Sterben 13
Von Bedeutung sein 15
Das Lebensende mitgestalten 17
Leben und Sterben wo man sich zuhause fühlt 19
Unterstützung in Graubünden und in der Schweiz 21

palliative gr

Eine Informationsbroschüre für betroffene Menschen, Angehörige, Fachpersonen und Interessierte.

«Es geht wieder darum, sich mit den Lasten der anderen zu belasten.»

A. Heller

Palliative Care beginnt im Leben –
Für alle, die es brauchen

Was heisst Palliative Care?
Palliative Care ist die umfassende Behandlung, Pflege und Begleitung von Menschen, welche an einer schweren oder chronisch fortschreitenden Krankheit leiden, die nicht geheilt werden kann. Auch wenn eine Erkrankung nicht geheilt werden kann, heisst das nicht, dass nichts mehr gemacht werden kann! Palliative Care sorgt sich frühzeitig um Menschen und deren Angehörige, die sich im Erleben von Abschied und Sterben, Tod und Trauer befinden.

Für wen ist Palliative Care?
Palliative Care kann für Menschen in verschiedenen Lebensphasen erforderlich werden:

- Am Anfang des Lebens: Säuglinge und Kinder
- Mitten im Leben: Jugendliche und Erwachsene
- Am Ende des Lebens: Alternde oder sterbende Menschen

Palliative Care steht aber auch den Angehörigen von Anfang an zur Verfügung.

«Was uns alle angeht, müssen wir alle miteinander angehen.»

A. Heller

Palliative Care beginnt im Leben –
Sich auf Menschen verlassen können bis zuletzt

Was ist das Ziel von Palliative Care?
Das Wort «palliativ» kommt von **Pallium**, ist lateinischen Ursprungs und heisst übersetzt **Mantel**. Der Mantel steht für eine menschliche, fachliche und zuverlässige Unterstützung und Begleitung, um körperliche, seelische, soziale oder spirituelle Leiden frühzeitig wahrzunehmen und zu lindern. Jeder erkrankte Mensch benötigt aber, je nach Situation, einen anderen Mantel.

Den Mantel
- einer professionellen Schmerztherapie
- einer zuverlässigen seelischen Unterstützung
- einer kompetenten Aufklärung, Information und Beratung
- einer individuellen sozialen Unterstützung
- einer seelsorgerlichen Begleitung

Schwerkranke und sterbende Menschen sowie ihre Angehörigen sollen sich darauf verlassen können, dass sie menschlich und fachlich bis zuletzt bestmöglich unterstützt und begleitet werden.

«Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage, sondern den Tagen mehr Leben zu geben.»

C. Saunders

Palliative Care beginnt im Leben –
Eigenes Leben und Sterben mitgestalten

Nicht immer ist es möglich, eine Krankheit zu heilen und dem Leben mehr Tage hinzuzufügen. Aber immer ist es möglich, sich dafür einzusetzen, dass die betroffenen Menschen im Kreise ihrer Angehörigen, mit fachlicher und menschlicher Begleitung bestmöglich ihre restlich verbleibende Lebenszeit gestalten können.

Den Tagen mehr Leben geben heisst, von Anfang an die persönlichen Wünsche und Bedürfnisse der betroffenen Menschen einzubeziehen.

**«Wenn nichts mehr
zu machen ist,
ist noch viel zu tun.»**

A. Heller

Palliative Care beginnt im Leben –
Begleitung von Anfang an und bis zuletzt

Angehörige von schwer erkrankten, betagten oder sterbenden Menschen aber auch freiwillige HelferInnen übernehmen in der Regel den grössten Teil der Betreuung und Begleitung vor Ort. Gerade die pflegenden Angehörigen benötigen in besonderer Weise Aufmerksamkeit, damit sie rechtzeitig von den Angeboten der Unterstützung profitieren können.

Die Zusammenarbeit von Fachpersonen aus der Pflege, Schul- und Alternativmedizin, Psychologie und Sozialarbeit, Kunst und Musik, Physio- und Ergotherapie, Seelsorge, sowie Haushaltshilfen und Freiwilligen ist von grosser Bedeutung. Sie alle setzen sich engagiert dafür ein, dass «Lebensqualität bis zuletzt» nicht nur ein Schlagwort bleibt, sondern miteinander im Auftrag des schwerkranken, alten und sterbenden Menschen bestmöglich gelingen kann.

Der Verein «palliative gr» steht allen betroffenen Menschen und Interessierten zur Verfügung, um sich über Palliative Care-Angebote im ganzen Kanton GR und darüber hinaus zu informieren.

«Palliative Care sieht stets den ganzen Menschen an und schenkt ihm damit Ansehen.»

C. Knipping

Palliative Care beginnt im Leben –
Gutes Leben und Sterben

Damit gutes Leben und Sterben bis zuletzt möglich wird, gibt es bereits bewährte Angebote, um dem betroffenen Menschen auf seinen Wunsch hin körperliche, seelische, soziale, kulturelle oder spirituelle Unterstützung anzubieten.

Dazu zählen die rechtzeitige und bestmögliche Linderung **körperlicher** Beschwerden wie

- Schmerzen, Atemnot, Übelkeit, Erbrechen, Verdauungsprobleme, Hautprobleme, Unruhe, Verwirrung usw.

aber auch die frühzeitige **psychosoziale, kulturelle und spirituelle** Unterstützung bei

- Angst, Unruhe, Traurigkeit, Abschied, Krisen in der Familie und im Freundeskreis
- Grenzen der Belastung von pflegenden Angehörigen
- Fremdheit/Heimatlosigkeit, wenn jemand aus einem anderen Ursprungsland kommt
- Auseinandersetzung mit Sinnfragen oder religiösen/spirituellen Anliegen

«Jedem schwer kranken und sterbenden Menschen soll individuell seine Zeit gewährt werden, die er für sein Leben und Sterben benötigt, um sein Leben zu vollenden.»

C. Knipping

Palliative Care beginnt im Leben –
Von Bedeutung sein

Palliative Care setzt sich entschieden für ein menschenwürdiges Leben und Sterben ein.

Palliative Care achtet und bejaht das menschliche Leben bis zuletzt. Dies unabhängig von der Krankheit, welche keine Aussicht auf Heilung hat, unabhängig vom Alter und Geschlecht, unabhängig vom sozialen und ökonomischen Status, unabhängig von der Nationalität, der Weltanschauung oder Glaubenszugehörigkeit.

Palliative Care respektiert das Sterben und den Tod als integralen Teil des Lebens. In Würde leben und sterben heisst auch, einander würdigen.

«Die Kranken, Alten und Schwachen zu schützen ist die Würde der Gesunden.»

K. Dörner

Palliative Care beginnt im Leben –
Das Lebensende mitgestalten

Oft wünschen sich schwer kranke, betagte oder sterbende Menschen, ihre Angehörigen aber auch die Fachpersonen Klarheit darüber, wo, wie und mit wem die letzte Lebensphase im besten Sinne der betroffenen Person gestaltet werden kann. Der persönliche Wille der betroffenen Person muss dabei stets leitend sein. Oft fehlt es an Informationen, um sich am Willen, den Werten, den Wünschen und Bedürfnissen der betroffenen Person orientieren zu können.

Klären Sie Ihre persönlichen Vorstellungen in Bezug auf

- Was heisst für Sie Lebensqualität?
- Was heisst für Sie in Würde sterben?
- Was gibt Ihnen Hoffnung, Zuversicht und Trost?
- Was bereitet Ihnen Sorgen in Bezug auf Ihr eigenes Sterben?

Halten Sie Ihre persönlichen Wünsche, Bedürfnisse und Wertevorstellungen schriftlich fest

- Verwenden Sie dafür eine Patientenverfügung oder einen Briefbogen
- Informieren Sie darüber Ihre Angehörigen oder Menschen Ihres Vertrauens, zum Beispiel Hausarzt/-ärztin, Pflegende, SeelsorgerIn, SozialarbeiterIn ...

«Ich schenke gerne schwer kranken und sterbenden Menschen ein Stück von meiner Lebenszeit.»

Eine Freiwillige

Palliative Care beginnt im Leben –
Leben und Sterben wo man sich zuhause fühlt

Palliative Care soll primär dort angeboten werden, wo sich der erkrankte, betagte oder sterbende Mensch befindet, sei es zu Hause, in einem Alters- und Pflegeheim oder im Spital.

Überall sollen diesen Menschen wie auch ihren Angehörigen
- die gleichen Ansprüche
- die gleichen Zugänge
- die gleichen Möglichkeiten zuteil werden

um eine menschenwürdige und qualitätsvolle palliative Behandlung, Pflege und Begleitung zu erhalten.

In der ganzen Schweiz werden zunehmend Palliative Care-Angebote für die Grundversorgung und die spezialisierte Versorgung aufgebaut. Das Engagement von freiwillig tätigen Mitmenschen wird für die Zukunft immer unerlässlicher. Sie tragen in beispielloser Weise dazu bei, dass betroffene Menschen und ihre Angehörigen Unterstützung in der Gestaltung der letzten Lebensphase am Orte ihrer Wahl erfahren können.

«Palliative Care beabsichtigt, durch Achtsamkeit frühzeitig Leiden wahrzunehmen und zu lindern.»

C. Knipping

Palliative Care beginnt im Leben –
Unterstützung in Graubünden und in der Schweiz

palliative gr

Der Verein «palliative gr» ist eine Sektion der Schweizerischen Gesellschaft für Palliative Medizin, Pflege und Begleitung. Der Verein setzt sich dafür ein, dass die palliative Betreuung und Begleitung im Kanton Graubünden bestmöglich umgesetzt wird.

Kontaktieren Sie uns – wir sind gerne für Sie da!

Telefon +41 (0)81-250 77 47, info@palliative-gr.ch, www.palliative-gr.ch
Ihre Anfrage wird kostenlos bearbeitet. Spendenkonto: PC 85-117853-7

palliative ch

Die Schweizerische Gesellschaft für Palliative Medizin, Pflege und Begleitung «palliative ch» informiert über ihre Aktivitäten zur Förderung von Palliative Care in der ganzen Schweiz. Hier finden Sie auch Adressen von weiteren kantonalen Sektionen. www.palliative.ch

BAG

Das Bundesamt für Gesundheit «BAG» informiert über Aktivitäten des Bundes im Bereich Palliative Care. www.bag.admin.ch/palliativecare

Persönliche Notizen:

myclimate
neutral
Drucksache
No. 01-10-944537 – www.myclimate.org
© myclimate – The Climate Protection Partnership

© 2010 Trägerschaft Verein «palliative gr»,
Gesundheitsamt Graubünden, Menzi-Jenny-Gertrud-Stiftung

Konzept/Inhalt Cornelia Knipping, www.pallium-atelier.com
Illustrationen Verena Staggl, www.verena-staggl.com
Gestaltung ccgrafik Anstalt, www.ccgrafik.li
Druck Casanova Druck und Verlag AG, www.casanova.ch

palliative gr

Gesundheitsamt Graubünden
Uffizi da sanadad dal Grischun
Ufficio dell'igiene pubblica dei Grigioni

www.palliative-gr.ch
www.palliative.ch
www.bag.admin.ch/palliativecare
www.gesundheitsamt.gr.ch