

«Sterben auf Distanz» überfordert die Hinterbliebenen emotional

Die Pandemie fordert nicht nur Todesopfer. Die eingeschränkte Möglichkeit, die Liebsten in den letzten Stunden zu begleiten und Abschied zu nehmen, hinterlässt tiefe Spuren bei den Hinterbliebenen. Ist würdiges Sterben in Zeiten von Corona überhaupt noch möglich?

Text: Richelma Défago

Seit über einem Jahr befindet sich die Welt in der Corona-Pandemie – der Ausnahmezustand ist zur Normalität geworden. Das gesellschaftlich verdrängte Thema des Sterbens wurde in das Bewusstsein der Menschen katapultiert, eine Risikogruppe definiert. Leider oft nur in Form von Hospitalisierungs-, Beatmungs- und Sterblichkeitsraten. Doch hinter diesen Zahlen stehen Menschen und Schicksale.

Tod ohne Abschied

So schildert eine Betroffene, die ihren Vater durch eine Covid-19-Erkrankung

verloren hat, ihre leidvolle Erfahrung. Ihre Eltern sind letzten Frühling aus Altersgründen in eine Alterswohnung gezogen und freuten sich auf den unbekümmerten Heimalltag. Beide Elternteile waren selbstständig. Der einundachtzigjährige Vater fuhr noch mit dem Auto zum Einkaufen.

Die erste Infektionswelle haben die Eltern gut überstanden. Aber die zweite Welle traf die Familie mit voller Wucht. Dem Vater ging es plötzlich nicht mehr so gut, dennoch fuhr er am Freitag noch zum Einkauf. Am Tag danach stellte man bei ihm eine Infektion mit dem

Coronavirus fest und am nächsten Dienstag war er bereits tot. Die Kinder durften ihn in der Alterswohnung nur kurz mit einer Ausnahmegewilligung sehen. Da die Mutter nach der Beerdigung für zehn Tage in Quarantäne hätte gehen müssen und das nicht wollte, fand bis heute keine Beerdigung statt.

Urne auf dem Wohnregal

Die Urne befindet sich immer noch auf dem Wohnregal. Der Verlust des Ehemanns sowie die Begleitumstände haben die Mutter schwer getroffen. So sehr, dass sie nicht mehr leben wollte und deswegen die Nahrung verweigerte. Nach einem Spitalaufenthalt kam sie in einem Hospiz unter. Hier konnte sie aufgebaut werden und lebt jetzt wieder einigermaßen selbstständig in ihrer Wohnung. Für die Tochter war es sehr schlimm, die Mutter nicht trösten zu können. Die Ohnmacht, den Vater beim Sterben nicht begleiten zu können, war schmerzlich.

Emotionale Herausforderungen

Leider handelt es sich bei dem Erlebten nicht um ein Einzelschicksal. Es zeigt eindrücklich, dass die Pandemie nicht nur Todesopfer fordert. Die Möglichkeit, ihre Liebsten in den letzten Stunden zu begleiten und Abschied zu nehmen, wird nicht nur den Hinterbliebenen der Covid-Opfer genommen. Auch die Angehörigen von sterbenden Menschen werden vor massive emotionale Herausforderungen gestellt, da der Infektionsschutz direkt das Abschiednehmen und Sterben in unserer Gesellschaft negativ beeinflusst. Es stellt sich die Frage, ob ein würdiges Sterben in Zeiten von



Den Hinterbliebenen, die nicht Abschied nehmen konnten, bleibt oft nur die Asche ihrer verstorbenen Liebsten.

Infektionsbedingte Isolation

Im November 2020 veröffentlichte die Ethikkommission des SBK den ethischen Standpunkt «Ethische Aspekte der Pflege von Menschen in infektionsbedingter Isolation». Darin hält sie fest, dass die Isolation, die als zusätzliche Schutzmassnahme bei Infektionserkrankungen notwendig werden kann, eine einschneidende Beschränkungen der persönlichen Freiheit darstellt. Für die betroffenen Menschen kollidierten sie häufig mit ihrem Recht auf Selbstbestimmung und die Freiheit, sich im aktuellen Aufenthalts- oder Lebensraum ungehindert bewegen und soziale Kontakte pflegen zu können. Die von der SBK-Ethikkommission erarbeiteten Empfehlungen für die Pflegepraxis stellen die Würde des Menschen ins Zentrum. Mit einer individuell gestalteten Pflegeplanung müsse den Betroffenen Begleitung und Unterstützung in allen physischen, psychischen, soziokulturellen und spirituellen Bedürfnissen angeboten werden. ul

Der ethische Standpunkt ist verfügbar unter www.sbk.ch/pflegethemen/covid-19



Corona überhaupt noch möglich ist. Und sollte der Infektionsschutz der Risikogruppen wirklich an oberster Stelle stehen und elementare Bedürfnisse dafür vernachlässigt werden?

Für die jetzige Generation von Bewohnerinnen und Bewohnern in Alters- und Pflegeheimen ist es elementar, so selbstbestimmt wie möglich weiter leben zu können. Hierzu zählt, dass man sich frei bewegen und Besuch erhalten kann. Das ist im Moment durch die Corona-Schutzverordnungen nicht gewährleistet, bzw. nur unter bestimmten Auflagen möglich.

In der ersten Infektionswelle stand die Politik unter Druck – es musste schnell gehen, um das Coronavirus einzudämmen. Zudem zählt der Grossteil der Bewohner und Bewohnerinnen von Alters- und Pflegeheimen schon allein aufgrund ihres Lebensalters zur Risikogruppe. Sie zu schützen, stand an oberster Stelle. Nun, angekommen in der zweiten oder der dritten Welle, und in dem Be-



Bis heute fand keine Beerdigung statt. Die Urne befindet sich immer noch auf dem Wohnregal.



wusstsein, welche emotionalen Auswirkungen eine Isolation haben kann, hat sich der Fokus noch nicht flächendeckend verschoben. Auch jetzt werden die Menschen noch abgeschottet und die Einsamkeit ist gross. Aus diesem Grunde verschieben viele Betagte einen bevorstehenden Heimeintritt, weil daheim die wohltuenden Besuche noch empfangen werden können.

Grosses emotionales Leid

Besonders hart trifft dies die sterbenden Menschen und ihre Angehörigen. Schon unter normalen Umständen kommt der Palliativmedizin und -pflege eine ungewein wichtige Rolle zu. Um den Menschen ein würdiges Sterben zu ermöglichen, sollten der Erhalt der Lebensqualität, die Bedürfnisse der Sterbenden sowie ihren Angehörigen im Mittel-

punkt stehen. Es braucht vor allem Zeit und Zuwendung.

Das alles wird aktuell dem Infektionsschutz untergeordnet, ein würdiges Sterben erschwert, wenn nicht sogar unmöglich gemacht. Den sterbenden Menschen und auch der Familie wird die Möglichkeit genommen, sich um ihre Angehörigen zu kümmern und sie angemessen zu begleiten. Reglementierte Besuche mit vorheriger Anmeldung erschweren die Situation. Abstand und Maske stehen dem Bedürfnis nach körperlicher Nähe und Zuwendung entgegen. Das aus dem «Sterben auf Distanz» entstehende emotionale Leid ist unermesslich.

Schliesslich brauchen auch die Hinterbliebenen Unterstützung und Raum, damit sie mit einem so existenziellen Ereignis wie dem Tod eines nahestehenden Menschen gut umgehen können. Das Begräbnis als endgültiger Abschied ist ein wichtiger Bestandteil des Trauerprozesses. Dieses unterliegt den vom BAG empfohlenen Hygiene- und Distanzvorschriften. So sind Kapellen und Kirchen teilweise geschlossen, Leichenschmäuse finden nicht statt. Auch der Abschied am offenen Sarg ist reglementiert und daher oft nicht möglich. Schliesslich ist die Teilnehmerzahl auf den engen Familienkreis beschränkt. Das alles kann sehr belastend für die Hinterbliebenen sein.

Covid-19 im Pflegeheim

Für die Alters- und Pflegeheime ist das Coronavirus eine grosse Herausforderung. Sie müssen sowohl dem Infektionsschutz der Mitarbeitenden und den BewohnerInnen als auch dem Bedürfnis in Würde leben und sterben zu können, versuchen gerecht zu werden.

Die Pflegedienstleitung einer St. Galler Einrichtung berichtet von der Situation im Haus, während der es mit der Epidemie zu kämpfen hatte. Mit dem ersten positiv getesteten Covid-Fall war die Stimmung im Haus sehr angespannt. Die Ungewissheit und Frage, in welchem Masse man betroffen sein würde, herrschte vor.

Als es zu weiteren bestätigten Covid-Erkrankungen kam, zeigten sich nicht die vom BAG beschriebenen typischen Symptome wie Fieber und Atemnot. In den ersten drei bis vier Tagen klagten die Erkrankten über einen reduzierten Allgemeinzustand, danach verschlechterte sich rasch ihr gesundheitlicher Zustand. So war dem Team schnell klar,

dass Testung und Isolation der BewohnerInnen bereits aufgrund dieser unspezifischen Krankheitszeichen erfolgen und darauf geachtet werden musste. Zügig wurde das gesamte Personal darüber informiert und aufgeklärt, die besonderen Hygienemassnahmen wurden eingeleitet.

Alle funktionierten nur noch

In der Akutphase funktionierten alle nur noch und diese besondere Zeit schweisste das Team zusammen, so dass es nicht vieler Worte brauchte. Da viele Mitarbeitende ausfielen, musste man sich täglich auf eine neue Situation einstellen und die Einsatzpläne laufend anpassen. Alle im Team waren der Meinung, dass sie die richtigen Personen wären, um den BewohnerInnen und

Autorin

Richelma Défago Gesundheitschwes-
ter ISB, Care Quality, Qualitätsmanage-
ment und Beratung, www.care-quality.ch



Die grosse Hoffnung: Raus aus der Isolation und zurück zu einem selbstbestimmten Leben.

deren Angehörigen beizustehen und sie in dieser traurigen Lage zu begleiten. Den schwer erkrankten BewohnerInnen, die kurz vor ihrem Tod standen, wurde ermöglicht, immer mit den Angehörigen per Facetime in Kontakt zu bleiben. Mittels Sonderbewilligungen wurden Besuchserlaubnisse eingeholt, um niemand allein und ohne seine Angehörigen sterben lassen zu müssen. Im Nachhinein wurde deutlich, dass sämtliche in ihren Zimmern isolierten BewohnerInnen verängstigt und einsam waren. Die Angst, sich selbst anzustecken, wurde von der Sorge begleitet, wer von den Mitbewohnern und -bewohnerinnen im Heim erkrankt war. So plagten Ungewissheit und die Isolation alle im Haus. Einige Bewohner fragten sich sogar, ob man zuerst an Covid erkranken müsse, um Besuch empfangen zu können. Viele lebens-

würdige Bewohnerinnen und Bewohner sind verstorben, das Heim hat 16 Covid-Opfer zu beklagen. Das war und ist für alle sehr traurig und ein grosser Verlust.

Das Erlebte verarbeiten

Nach der Akutphase gab es Raum, um durchzuatmen und viele Gespräche waren nötig. Um die Ereignisse besser verarbeiten zu können, wurde eine Supervision angeboten. Erstaunlicherweise nahmen nur wenige das Angebot wahr und jeder schien auf eine eigene Weise das Erlebte zu verarbeiten.

Mit der Impfung wurden grosse Hoffnungen verknüpft. Nicht nur der Schutz vor einem schweren Krankheitsverlauf, sondern auch der Wunsch, in Bälde die Liebsten wiedersehen zu können. Die Impfung reicht jedoch nicht, um die bisher ertragene schreckliche soziale Isolation aufzuheben. Schliesslich müsse

man auf die Nichtgeimpften Rücksicht nehmen und die Angst, dass die Vakzine wegen Mutationen doch nicht wie gewünscht wirken könnte, ist gross. Das verstehen weder die BewohnerInnen noch die Angehörigen und viele fragen sich, warum sie sich überhaupt impfen liessen. Die befragte Pflegedienstleitung wünscht sich eine baldige Öffnung der Institution, damit man der Einsamkeit der Schutzbefohlenen endlich entgegenwirken kann. Etliche haben ihre Angehörige und Freunde seit Monaten nicht mehr gesehen.

Die Bedürfnisse abwägen

Die Erfahrungen der Pflegedienstleitung machen deutlich, dass unter dem Bann des Schutzes der Risikogruppe die BewohnerInnen von Alters- und Pflegeheimen leiden. Dabei ist der Infektionsschutz nicht obsolet – aber insbesondere in der letzten Lebensphase ist es für die Betroffenen oft wichtiger, in Würde zu leben und zu sterben. Es gilt, diese Bedürfnisse abzuwägen. Die Impfung wird von vielen wahrgenommen, um wieder zur Normalität und zu mehr Lebensqualität zu gelangen. Leider steht nun das Schutzbedürfnis derjenigen, die nicht geimpft werden können, über den Bedürfnissen der Geimpften – für sie ändert sich nicht viel.

Die grosse Hoffnung, wieder selbstbestimmter leben zu können, erfüllt sich noch nicht. Wenn aber die Geimpften nicht zur Normalität zurückkehren dürfen, müssen individuelle Lösungen gefunden werden. Diese müssen durch die Politik und landesweite Richtlinien ermöglicht und geschaffen werden, um ein würdiges Leben und Sterben in der Pandemie zu ermöglichen.

INSERAT

www.sterben.ch

wie sterben?

fragen und antworten aus anthroposophischer sicht

«Der Gedanke der Unsterblichkeit ist ein leuchtendes Meer, wo der, der sich darin badet, von lauter Sternen umgeben ist.» Jean Paul