

REHACARE 2017
Leben mit Pflege @home

05.10.2017 von 13.00 - 14.00 Uhr:

**Was alle Menschen über Palliativversorgung wissen sollten –
„der Letzte Hilfe-Kurs“**

Dr. med. Georg Bollig, MAS Palliative Care, DEAA; Ltd. Arzt Palliativ Team Sønderjylland
Medizinisches Center, Krankenhaus Sønderjylland; Hospiz Haderslev (Dänemark)

Einleitung: Obwohl sich viele Menschen wünschen zuhause zu sterben, geht dieser Wunsch nur für relativ wenige Sterbende in Erfüllung. In Deutschland sterben die meisten Menschen in Krankenhäusern oder Pflegeheimen. Angehörige wissen oft zu wenig über die Wünsche ihrer Nächsten und empfinden es als Belastung Entscheidungen für diese treffen zu müssen. Der *Letzte Hilfe* Kurs wurde entwickelt um ALLE Menschen über die Möglichkeiten der Palliativversorgung zu informieren und sie zu befähigen an der Umsetzung Sterbender mitzuwirken.

Methode: Das Sterben als normalen Teil des Lebens anzunehmen, in den letzten Tagen möglichst viel Lebensqualität zu erhalten, Leiden zu lindern und das Abschiednehmen sind ebenso Inhalte der 4-stündigen Kurse wie auch die Themen Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht. Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, das kann jeder lernen. Die vier Unterrichtsstunden stehen jeweils für eines der vier Module: 1. Sterben ist ein Teil des Lebens; 2. Vorsorgen und Entscheiden; 3. Körperliche, psychische, soziale und existenzielle Nöte lindern; 4. Abschied nehmen vom Leben.

Ergebnisse: Die Kurse wurden von den Teilnehmer durchweg positiv aufgenommen. Das Projekt hat mehrere Preise und Auszeichnungen erhalten und erfährt internationale Anerkennung und Ausbreitung. Viele Teilnehmer schätzten besonders die Möglichkeit zum Austausch über Sterben und Tod in der Gruppe in entspannter Atmosphäre.

Diskussion: *Letzte Hilfe Kurse* bieten eine Möglichkeit zum offenen Gespräch über die Themen Tod, Sterben und Sterbebegleitung. Möglicherweise könnte die flächendeckende Etablierung von *Letzte Hilfe* Kursen die Überforderung in der Bevölkerung mit Sterben und Tod reduzieren, einen Verbleib am Lebensende zu Hause fördern und dazu beitragen, Sterben als Teil des Lebens in der Gesellschaft zu verankern. Alle Menschen sollten wissen, was am Lebensende wichtig ist und was man tun kann.

Mehr Informationen über das Konzept gibt es unter <http://www.letztehilfe.info>