

## Letzte Hilfe Kurse

28.03.2022 08:45 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

## Letzte Hilfe Kurse



### Den letzten Tagen mehr Leben geben

Der Tod gehört zum Leben. Viele Menschen verdrängen diese Tatsache jedoch. Nicht so Barbara Jenau. Die ehemalige Krankenschwester kennt keine Berührungängste und nimmt sich als ehrenamtliche Sterbebegleiterin beim Ambulanten Hospizdienst Dorsten Zeit für sterbende Menschen. Damit aber nicht genug, sie gibt auch Letzte-Hilfe-Kurse.

„Hat sich jemand verletzt, wissen wir durch Erste-Hilfe-Kurse, was zu tun ist, liegt ein Angehöriger im Sterben, fühlen sich die meisten Menschen jedoch hilflos“, weist Barbara Jenau darauf hin, dass auch der Umgang mit Sterbenden erlernt werden muss. Sie ließ sich zur Kursleiterin in der Letzten Hilfe ausbilden, wollte die Kurse anschließend jedoch nicht alleine geben. Die Dorstenerin suchte sich daher eine Mitstreiterin, die sie zum Glück in Andrea Schreiber, ihrer Kollegin vom Hospizdienst fand. Die Stadtbeauftragte und Leiterin für Erste-Hilfe-Kurse bei den Maltesern war sofort begeistert und ließ sich ebenfalls in der Letzten Hilfe ausbilden. „Unsere Kurse sind keine Hilfe zum assistierten Suizid“, betont sie ausdrücklich. „Wir möchten in ihnen alle Menschen befähigen, Sterbende zu unterstützen.“

Um das Thema Tod kommen wir im Leben nicht herum, denn unser Leben ist endlich, Sterben ist ein Teil davon. Der Wunsch zu Hause sterben zu dürfen ist bei vielen Menschen vorhanden. „Ich habe keine medizinische Ausbildung und weiß nicht, was ich machen soll. Wie kann ich das dann schaffen?“, mögen sich Angehörige fragen. Diese Sorge ist unbegründet, denn falsch machen können Sie nichts.

*Foto oben rechts: (v. l.) Dr. Sonja Kalinowski, Barbara Jenau und Andrea Schreiber*



„Seien Sie einfach für die sterbende Person da, sprechen Sie mit ihr, halten Sie ihre Hand und sorgen Sie dafür, dass sie sich auf ihrem letzten Lebensweg geborgen fühlt. Zuwendung ist das, was Sie geben können, für die medizinischen und pflegerischen Aufgaben stehen Ihnen Ärzte und Palliativpflegekräfte zur Seite“, erklären die beiden Kursleiterinnen unisono.

Um auf den Tod vorbereitet zu sein, bieten sie ein deutschlandweit standardisiertes Konzept nach einer Idee des Palliativ- und Notfallmediziners Prof. Georg Bollig mit vier Modulen an. Im ersten Modul geht es um das Thema „Sterben ist ebenso individuell wie das Leben“. Es ist ein Prozess, den Sie begleiten dürfen, als letztes Geschenk an Ihren Angehörigen. Das zweite Modul zeigt Ihnen die verschiedenen Möglichkeiten der für Sie kostenlosen Unterstützung beispielsweise durch den Ambulanten Hospizdienst sowie dem Palliativdienst Marl-Herten-Dorsten auf. Auch die Themen Patientenverfügung und Bestattungsvorsorge werden angesprochen, ebenso verschiedene Bestattungsarten und rechtliche Vorschriften, auf die im vierten Teil eingegangen wird.

Das Hauptaugenmerk des Letzte-Hilfe-Kurses liegt jedoch auf den praktischen Tipps, um Leiden zu lindern, Angst zu nehmen oder Symptome zu verringern. Hierzu eignen sich beispielsweise Massagen mit besonderen Düften, Eiswürfel mit Geschmack zum Befeuchten des Gaumens, bestimmte Druckpunkte gegen Übelkeit oder ein kleiner Handventilator bei Atemnot. Da auf Langzeitfolgen in diesem Stadium nicht mehr geachtet werden muss, lassen Palliativmediziner geeignete Medikamente und Spritzen bei Ihnen, damit Ihr Angehöriger keine Schmerzen erleiden muss.

***Foto oben rechts: (v. l.) Barbara Jenau und Andrea Schreiber leiten ehrenamtlich die Letzte-Hilfe-Kurse in Dorsten***



Mit Dr. Sonja Kalinowski, bei der VHS Dorsten zuständig für den Fachbereich Gesundheit, hat der Ambulante Hospizdienst einen weiteren starken Partner an seiner Seite. „Der Kurs Letzte Hilfe passt genau zu dem Bildungsauftrag, den wir haben. Dass Interesse an diesem Thema besteht, sahen wir daran, dass der erste Kurs sofort ausgebucht war und wir außerplanmäßig einen zweiten Kurs mit den Anmeldungen auf der Warteliste anbieten werden“, freut sich Sonja Kalinowski. „Im Herbst finden dann erneut ein oder zwei Kurse mit den beiden Kursleiterinnen zu diesem Thema statt“, fährt sie fort. Über diese Zusammenarbeit freut sich auch Lambert Lütkenhorst, erster Vorsitzender des Hospiz-Freundeskreis Dorsten. „Wir sind im Palliativnetzwerk untereinander sehr gut vernetzt, sind aber dennoch immer froh über neue Partner wie beispielsweise die VHS.“

Die Möglichkeiten, die Sie haben, um Sterbenden beizustehen, sind so reichlich, dass ich sie hier nicht alle aufzählen kann. Nehmen Sie die Situation an, seien Sie auf das Ende vorbereitet und achten Sie auf Ihren Angehörigen. Haben Sie den Mut, auszuprobieren, was ihm guttut. Und wenn gar nichts mehr geht, seien Sie einfach nur da!

*Foto oben rechts: Dr. Sonja Kalinowski, VHS Dorsten*



Die Kursleiterinnen unterrichten ehrenamtlich, das Organisatorische übernimmt die VHS, das pflegerische Verbrauchsmaterial spendet Felix Holzwarth und der kostenlose Kurs an sich ist ein Geschenk des Hospiz-Freundeskreises an interessierte Bürger.

*Text: Martina Jansen*

*Fotos: Christian Sklenak*