

Letzte Hilfe- um was geht es dabei?

Sterben und Tod ist allgegenwärtig. Trotzdem wird dieses Thema im täglichen Leben meist ausgeblendet; die Beschäftigung damit auf später verschoben. Das Lebensende und das Sterben machen uns als Mitmenschen oft hilflos. Aber Sterben- als Teil des Lebens- braucht gelebte Mitmenschlichkeit. Was können wir, jeder von uns, tun, wenn wir einen sterbenden Menschen begleiten wollen?

Vertraut ist uns allen die Erste Hilfe, die Rettungskette bis professionelle Hilfe in einem Notfall eintrifft. Parallel dazu gibt es die Kette der Palliativversorgung, die das primäre Ziel hat, Leiden zu lindern und Lebensqualität zu erhalten. Zu dieser, auch Sorgekette genannten, gehört die Kenntnis was ‚palliativ care‘, die Palliativversorgung, bedeutet und beinhaltet und wie diese Palliativversorgung organisiert wird. Wo im eigenen Wohnumfeld gibt es die spezialisierte ambulante Palliativversorgung, wo die nächste Palliativstation, wo ein Hospiz ?

Wenn es denn sein muss, möchten die meisten Menschen zuhause, oder zumindest umsorgt von vertrauten Menschen, sterben.

Letzte Hilfe ist ein Konzept, das Laien Kenntnisse und Sicherheit vermittelt, schwerkranke Menschen am Lebensende bestmöglich zu betreuen und zu pflegen, in Ergänzung zu den professionellen Helfern. Leiden ganzheitlich lindern und die Würde und Selbstbestimmung des Sterbenden wahren - das ist der Gehalt von Palliative Care.

Neben dem Grundlagenwissen über die Hilfsmöglichkeiten von außen geht es vor allem darum, was Laien selbst in der Begleitung, Betreuung und Pflege von Schwerkranken und Sterbenden tun können. Dabei ist es wichtig, sich selbst mit der Thematik und eigenen Gefühlen dazu auseinander gesetzt zu haben.

Die Letzte Hilfe Kurse richten sich an alle Menschen die sich über die Themen rund um das Sterben, Tod und Palliativversorgung informieren wollen. Sie schaffen Grundlagen und helfen mit, die allgemeine ambulante Palliativversorgung zu verbessern.

Letzte Hilfe Kurse vermitteln Basiswissen und Orientierungen sowie einfache Handgriffe. Sie ermutigen, sich dem Sterbenden zuzuwenden- das was wir am Ende des Lebens am meisten brauchen.

Der Hospizverein Lüchow-Dannenberg bietet im Jahr Erste Hilfe Kurse nach Bedarf an.

Jeweils an einem Nachmittag über 4 Stunden können maximal 15 angemeldete Personen teilnehmen. Zwei Kursleiterinnen vermitteln die Inhalte durch eine Präsentation mit Vorträgen, Diskussion, Kleingruppenaustausch und Übungen. In vier Abschnitten, mit drei Pausen, werden die übergreifenden Schwerpunkte bearbeitet:

Sterben als ein Teil des Lebens / Vorsorgen und Entscheiden / Leiden lindern- der ganz praktische Teil/ Abschied nehmen (Bestattung, Trauern).

Der Austausch unter den Teilnehmerinnen ergänzt durch deren praktische Erfahrungen den Kurs.

Was sagen Teilnehmer/innen oft in der Abschlussrunde: „Als ich meinen Angehörigen bis zum Tod gepflegt habe, hätte ich dieses Wissen gern zur Verfügung gehabt „,

Entwickelt wurde das Konzept der Letzten Hilfe von Dr. Georg Bollig, Arzt aus Schleswig.

Es wird begleitet und weiterentwickelt und mittlerweile in mehreren europäischen Ländern nach den standardisierten Richtlinien angewendet.

Weitere Informationen gibt es unter www.letztehilfe@info .

Am Ende wissen, wie es geht.