



Alexander Peuker (Bild links, links) und Sebastian Schröder sind ehrenamtliche Hospizhelfer. Für Menschen am Ende des Lebens da zu sein, erfüllt sie sehr – auch wenn traurige Stunden dazu gehören. Palliativmediziner Jörg Augustin nimmt seine Patienten sehr ernst. Er versucht, Symptome zu mildern und Ängste zu nehmen. Die Leiterin des Tandem-Projekts, Monika Mühlbauer, glaubt: „Wer das palliative Tagesangebot kennt, tut sich später vielleicht in einer stationären Einrichtung leichter.“ FOTOS: CATHERINA HESS

„Leben zu können, ohne sich erklären zu müssen“

Im Christophorus-Haus in München treffen sich zweimal die Woche Menschen, die bald sterben werden. Denn hier finden sie eine Nähe und ein Verständnis, die anders sind als mit der Familie oder Freunden.

Von Nicole Graner

Es gibt Orte, da wird Trauriges in Schönes umgewandelt. Da mögeln sich in die bittere Wirklichkeit Augenblicke des Vergessens – und sogar des Glücks. Ein solcher Ort ist der gemütliche Aufenthaltsraum im Christophorus-Haus an der Effnerstraße.

Da sitzen an einem Vormittag vor einigen Wochen Frauen und Männer, die wissen, dass sie nicht mehr lange leben werden, weil sie eine onkologische Diagnose von einem Tag auf den anderen in ein anderes, viel kürzeres Leben geschubst hat. Sie lachen miteinander, tauschen sich über Therapien und Ärzte aus. Und über „blöde Anträge“, wie sie alle sagen. Etwa für einen Schwerbehindertenausweis oder für pflegerische Unterstützung. Sie essen zusammen, machen Spiele und hören einander zu. Manche bleiben den ganzen Tag.

30 Menschen nutzen das spendenfinanzierte Angebot derzeit

Dieses palliative Tagesangebot für Menschen mit einer tödlichen Erkrankung heißt Tandem und wird seit 2020 im Christophorus-Hospiz-Verein München zweimal die Woche angeboten: dienstags und donnerstags von 9 bis 16 Uhr.

Großes Gelächter am Tisch. Irgendetwas war da gerade mit einer WhatsApp-Nachricht. Klares Insiderwissen. Aber das Lachen steckt an, es kommt so natürlich daher, so unverkrampft. Die Besucher der Donnerstagsgruppe haben schlimme Diagnosen. Es ist egal, ob man weiß, welche. Es ändert nichts daran, dass der Tod für alle am Tisch jeden Tag ein stiller Begleiter ist. Sabine kennt ihre Diagnose seit 2019 und weiß seit einiger Zeit, dass ihre Erkrankung nicht mehr heilbar ist. Seit 2022 ist sie am Donnerstag in der Tandem-Gruppe. Ihren vollen Namen möchte sie nicht so gerne nennen – wie alle am Tisch.

Sabine ist glücklich, dass sie dabei ist. Denn sie habe dadurch erfahren, was es heißt, „das Leben nicht vom Ende aus zu sehen“, sagt die 57-Jährige. Sondern von der Mitte. „Also zu leben, was zu leben geht.“ Das mitzunehmen, was gut tut. Selbstbestimmt zu sein, aber sich nicht alleingelassen zu fühlen. Heidi nickt. „Ja, leben zu können, ohne sich erklären zu müssen, das ist hier möglich“, ergänzt die 64-Jährige. „Wir sitzen doch alle im selben Boot. Da gibt es keine Tabus mehr.“ Alle in der Gruppe seien eine Bereicherung für sie. Jeder auf seine Weise. Hier könne eine Nähe entstehen, die anders ist als zu Hause oder bei Freunden. Sie erklärt das. „Die Sorge der Menschen zu Hause kann schwer machen, also reißt man sich zusammen. Hier muss ich das nicht.“

Mitten im Corona-Jahr 2020 hat der Christophorus-Hospiz-Verein Tandem ge-



startet. „Der Anfang war holprig, wir waren schlecht besetzt, es kamen wenige Anfragen“, erinnert sich Monika Mühlbauer, Leiterin des Tandem-Projekts. Das hat sich schnell geändert. Anfragen kommen nun von überall her. 30 Menschen nutzen derzeit das Angebot, das komplett spendenfinanziert ist.

„Tandem ist ein guter Zwischenschritt“, sagt Mühlbauer. Es ist für Menschen gedacht, die noch zu Hause leben können und Chemotherapien oder tumorspezifische Behandlungen bekommen. Jeder wünsche sich in einer solchen Situation, solange wie möglich zu Hause sein zu können, betont Mühlbauer. „Aber es braucht auch Orte, an denen man nicht funktionieren muss, die einen auffangen. Die froh machen, aber auch Ängste zulassen.“ Oder „einen aus der Einsamkeit herausholen“, wie Sabine beschreibt. „Wir sind mit unseren Gedanken doch sehr allein. Denn das, was in uns abgeht, ist schwer, mit jemandem zu teilen. Das überfordert auch die Menschen, die man liebt.“ Plötzlich ist es ganz still am Tisch. Das, was Sabine gerade gesagt hat, macht alle nachdenklich.

Eine Palliativfachkraft, eine Fachkraft für soziale Arbeit, 14 ehrenamtliche Hospiz-

helferinnen und -helfer sind in das Tandem-Projekt involviert. Es gibt Angebote für Atem-, Kunst- oder Physiotherapie. Und einen Palliativmediziner, der Fragen beantwortet, berät und hilft.

Jörg Augustin möchte als ehrenamtlicher Palliativmediziner bei den Menschen sein, die er betreut. „Ich genieße es, hier zu sein“, sagt der 68-Jährige, der schon seit vielen Jahren mit dem Christophorus-Hospiz-Verein zusammenarbeitet. Auch weil er es immer wieder aufs Neue „bewundernswert“ findet, wie die Menschen hier mit dem Tod vor Augen umgehen. Augustin ist Mediziner, Seelsorger und manchmal auch Entertainer. Das Wichtigste für ihn sei medizinisch, dass „die Symptomkontrolle gut ist“. Dass seine Patienten kaum Schmerzen und Atemnot hätten. Dass ihnen nicht übel sei, die Verdauung funktioniere.

Es liegen viele Bildkarten auf dem Tisch. Mit ganz unterschiedlichen Motiven. Sozialpädagogin Corinne Charvet hat sie mitgebracht. Jeder soll sich ein, zwei Karten aussuchen. Manchmal helfen Bilder, Worte zu finden. „Und manchmal zu beschreiben, wie es in einem gerade aussieht“, sagt Charvet.

Krapfen, so lecker. Aber darf sie als Krebskranke die überhaupt essen? Heidi liebt Süßes und hat sich bei einem Spiel diese Karte ausgesucht. Das palliative Tagesangebot des Christophorus-Vereins ist für sie ein Ort der Nähe und des Halts.

FOTO: CATHERINA HESS

Das Bild mit den vielen bunt verzierten Krapfen hat Heidi gewählt. Weil sie so gerne Süßes esse. Und sich immer wieder frage, ob sie das überhaupt noch darf. Qamar, 77, hat sich viele Hände ausgesucht, die sich alle berühren. „Ein Zeichen für Zusammenhalt – wie hier“, sagt sie.

Es ist Mittag. Die Zeit ist schnell vergangen. Alle haben Hunger. Alexander Peuker, 70, und Sebastian Schröder, 40, holen das Essen und teilen es aus. Die beiden sind Hospizhelfer. Ehrenamtliche. „Ohne sie würde nichts gehen“, sagt Monika Mühlbauer. Weil er in seinem Freundes- und Bekanntenkreis mitbekommen hat, wie sehr

viele Menschen mit der Diagnose „unheilbar“ alleingelassen sind, habe er helfen und diesen Menschen Zeit schenken wollen, sagt Alexander Peuker. Sebastian Schröder benötigte eine „Erdung“ in seinem schnellen Alltag. „Ich habe gegoogelt, was es an ehrenamtlicher Arbeit alles gibt“, sagt er. Er sei auf den Hospizverein gestoßen und einfach in der Mittagspause mal hingegangen. Das war 2016. Und dann war er dabei. Nach vielen Gesprächen und Fragen, ob er seine Entscheidung auch ernst meine, erinnert sich Schröder. Wie Peuker machte er das Vertiefungs- und das begleitete Praxisseminar. 120 Stunden, einen Nachmittag pro Woche und zwei Stunden einmal im Monat, haben sich beide mit dem Thema Tod und Sterbebegleitung auseinandergesetzt.

Sie erinnern sich an ihre Anfänge, an viele Begegnungen, die ihnen schwergefallen sind. Schröder erinnert sich an seine erste Begleitung, an eine Dame, die einfach nicht mit ihm habe sprechen wollen. Er habe sich dann neben sie auf das Bett gesetzt, ihre Hand gehalten. Schweigend. 60 Minuten lang. Irgendwann habe er nur „Auf Wiedersehen“ gesagt. „Das war wirklich herausfordernd, meine Feuuertaufe“, sagt der

Hospizhelfer. Aber: Er sollte das nächste Mal wiederkommen. Auch Peuker kennt solche Begegnungen. Gerade wenn Menschen erst richtig begriffen, dass ihre Krankheit nicht mehr heilbar sei, seien diese Tage „extrem schwer“. „Auch für uns“, sagt er. Aber man dürfe diese Ausbrüche niemals persönlich nehmen.

Wie kann man Menschen in diesen Prozessen gut begleiten? Man müsse „sein Ego zurückschrauben“, sagt Schröder. Nur das „Bedürfnis des Menschen“ sehen, ergänzt Peuker. Und man müsse zuhören, immer wieder nur zuhören. Die Ängste verstehen, bestätigen, dass es schwierig sei, und nicht dagegenhalten, also den Schmerz abmoderieren. Das Dasein ist wichtig, das Begleiten. Einmal reden, einmal schweigen. Mal einkaufen, mal lachen, mal weinen.

Der Christophorus-Verein will den Umgang mit dem Tod ändern

Ein Familienvater hatte einen Hirntumor. Er starb viel zu früh. Seine Ehefrau wusste nicht, wie sie es ihrem Kind sagen sollte. Sebastian Schröder hat den Mann begleitet. „Ich habe versucht, für alle da zu sein, auch für seine Frau“, sagt er. Und als das Ende kam, „hätte ich am liebsten auch laut mitgeweint“. Vier Monate hat Alexander Peuker einen Mann begleitet, sehr viel mit ihm geredet. Das seien schöne Gespräche, tiefe Gespräche gewesen. Sein Tod sei für ihn so gewesen, als ob er einen „nahen Verwandten“ verloren hätte.

Wenn sie Sterbende begleiten und die Angehörigen, dann trifft der Schmerz am Ende auch die Hospizbegleiter. Deshalb wird einmal im Monat eine Supervision angeboten. Man müsse auch auf sich aufpassen, sagt der 70-jährige Ehrenamtliche, benötige immer wieder auch Distanz. „Wenn ich da bin“, sagt Peuker, „bin ich da. Wenn ich weg bin, bin ich weg.“

Seit 1985 gibt es den Christophorus-Verein in München. Den Umgang mit dem Tod in der Gesellschaft zu verändern, ist ein wichtiges Anliegen des Vereins. Das andere: sterbenden Menschen Würde geben und dem Leben, das ihnen bleibt, Hoffnung schenken und Momente des Glücks. Ein Glück, das die acht Frauen und Männer empfinden, die das palliative Tagesangebot Tandem nutzen. Für die meisten der Gruppe ist der Donnerstag ein Fixpunkt in der Woche. Auch für Birgit war das so. „Wenn ich nicht kommen kann, dann leide ich wirklich, dann ist das schlimm für mich“, sagte sie bei dem Treffen vor ein paar Wochen. Nun lebt Birgit nicht mehr.

Auch Qamar hatte sich an jenem Donnerstagstreffen noch ein zweites Bild ausgesucht. Es zeigte Wege in einer Frühlinglandschaft. „Für mich die Hoffnung auf ein neues Jahr.“ Sie lächelte und sagte noch sehr leise: „Vielleicht nicht auf ein ganzes.“ Ihr Gespür hat sie leider nicht getrogen.

ANZEIGE



Jetzt lesen &
1 Flasche Wein*
sichern

Das Jahr wird spannend – steigen Sie ein

Täglich gut informiert über acht Wahlen, eine Fußball-WM und alles, was uns in Atem hält.

40 Ausgaben SZ Montag bis Samstag 60 €
40 Ausgaben SZ Freitag und Samstag 80 €



Jetzt bestellen und Gewinnchance nutzen:

sz.de/jahreswechsel ☎ 089 / 21 83 99 27

* Es gelten die Teilnahme- und Datenschutzbedingungen, vollständig abrufbar unter sz.de/jahreswechsel. Eine Aktion der Süddeutsche Zeitung GmbH, Hultschinger Str. 8, 81677 München.

Süddeutsche Zeitung