

Was bleibt

Zu wissen, dass man nicht mehr lange zu leben hat, bringt vieles in Bewegung. Die meisten Todkranken möchten einfach nicht vergessen werden und finden Trost darin, eine Erinnerung an sich zu hinterlassen. Nur ganz wenige verzweifeln. Ein Besuch in einem Hospiz. Von Angela Stoll



Was wäre, wenn man nur noch ein Jahr zu leben hätte? Die Antworten auf diese Frage sind meist ähnlich: Noch mal richtig feiern, eine Weltreise machen, sich von einer großen Liebe verabschieden. Aber so lange das alles nur ein Gedankenspiel ist, hakt man es meistens schnell ab. Susanne Pfalzgraf* kann das nicht. Sie lebt in einem Münchner Hospiz. Seit gut einem Jahr weiß sie, dass sie sterben wird.

Im Sommer 2017 eröffneten ihr die Ärzte, dass sie an einem weit fortgeschrittenen Lungenkrebs leidet. „Da war mir eigentlich alles klar“, sagt die

„Das ist ein komisches Gefühl, wenn man da liegt. Wenn man weiß: Du kommst nicht mehr heim.“

66-Jährige mit fester Stimme. Als medizinische Fachangestellte konnte sie die Diagnose gut einschätzen. „So etwas ist erst mal ein Schock, den man ein, zwei Tage verdauen muss.“ Obwohl kaum mit einer Heilung zu rechnen war, machte sie eine Immun- und zwei Chemotherapien. Die letzte wurde abgebrochen, weil es ihr immer schlechter ging. Als die Situation daheim untragbar wurde, entschied sie sich für ein Hospiz. „Ich habe ja solches Glück, hier zu sein!“, sagt sie.

Von ihrem Bett aus kann sie die Vögel sehen, die im Baum vor dem Fenster herumflattern. Neulich kam ein schöner Grashüpfer herein. Überhaupt ist sie stolz auf ihr Zimmer. „Das ist ein komisches Gefühl, wenn man da liegt. Wenn man weiß: Du kommst nicht mehr heim. Das ist dein letztes Zuhause.“ Sie stellt das so nüchtern fest, als würde es sie selbst nichts angehen. „Aber die machen's einem einfach hier“, sagt sie und nimmt einen Schluck aus der Kaffeetasse.

Pläne hat Susanne Pfalzgraf auch erst einmal geschmiedet, als sie von ihrer Krankheit erfuhr. Ein bisschen reisen wollte sie und noch mal richtig Ordnung machen daheim. „Aber dann ging alles so schnell. Ich bin zu gar nichts mehr gekommen.“ Jetzt hat sie nur noch eins vor: einen Abschiedsbrief zu schreiben. Darin möchte sie Freunden, Angehörigen und Pflegern einfach danken.

Der Onkologe Günter Schlimok, Präsident der Bayerischen Krebsgesellschaft und ehemaliger Chefarzt am Klinikum Augsburg, hat über die Jahrzehnte hinweg viele Patienten betreut, die unheilbar krank waren. Mit dem, was man sich als Gesunder unter der letzten Lebensphase vorstellt, hat die Wirklichkeit wenig zu tun. „Ganze wenige gehen auf Reisen. Dafür rücken Familie und Partnerschaft in den Vordergrund“, erzählt Schlimok. Man könne sich mit Gedankenspielen auf schlimme Nachrichten so gut vorbereiten wie mit Trockenschwimmen auf einen Sprung ins Wasser. „Niemand weiß, wie er sich in einer Krise verhalten würde.“

Kraft schöpfen Sterbenskranke oft daraus, etwas zu hinterlassen. Diese Erfahrung hat Biggi Welter von der Patientinnen-Initiative „Mamazone“ gemacht. So hatte sie es zum Beispiel mit einer jungen Mutter zu tun, die der Gedanke verzweifeln ließ, dass ihre kleine Tochter sich später nicht mehr an sie erinnert. Welter schlug ihr vor, eine Erinnerungskiste für das Kind zu packen. „Der Gedanke, dass das Kind erfährt, wie sehr sie es geliebt hat, gab ihr Halt“, sagt Welter. Nach dem Tod der Mutter berichtete der Vater, wie tröstlich diese letzte Aufgabe für sie war. Für sie bedeutete es: „Ich gehe zwar, aber ich bleibe.“

Auch für die Angehörigen ist es erleichternd, wenn sie spüren, dass der kranke Mensch Halt findet. „Man sollte immer auch an Angehörige und Freunde denken. Sie sind mindestens genauso betroffen und brauchen ebenso Unterstützung“, meint Ulrike

Adlkofer von der Psychosozialen Krebsberatungsstelle Ingolstadt. Auch die Familie von Susanne Pfalzgraf hat sich mit der Diagnose schwergetan. „Für meine Angehörigen, vor allem für meine Tochter, war das ganz furchtbar!“ Inzwischen hat sich die Situation im Familien- und Freundeskreis aber wieder entspannt. „Ihnen geht es besser, weil sie wissen, dass es mir hier gut geht.“

Susanne Pfalzgraf, eine freundliche Dame mit kurzen, schlohweißen Haaren, hat ihren Rollstuhl in den Garten schieben lassen. Sie zittert etwas, wirkt aber energisch und bestimmt. „Im Dezember werde ich 67.“ Das klingt so überzeugt, als gäbe es daran keinen Zweifel. Wie viele Tage sie noch hat, weiß sie nicht. Das weiß niemand im Hospiz. „Wenn Sie hier fragen: Was meinen Sie, wie lange noch?, heißt es nur: Das können wir nicht sagen! Wir würden nie eine Prognose stellen.“

Ein Prinzip, das sich bewährt hat, wie Martin Betz bestätigt, der Stationsleiter am Münchener Christophorus Hospiz: „Die Erfahrung hat uns gelehrt, dass man sich da immer irren kann. Man kann jemandem falsche Hoffnung, aber auch falsche Angst machen. Wozu also das Ganze?“

Experten sind sich darin einig, dass Mediziner keine exakten Vorhersagen machen sollten. „Wenn ich so etwas sagen würde, wäre es einfach falsch“, bekräftigt Jan Schildmann, Professor für Medizinethik an der Universität Halle. Kein Arzt könne den Verlauf einer schweren Krankheit exakt vorhersehen. Wenn Patienten nachfragen, empfiehlt er Mediziner, Zeitspannen zu nennen. In etwa so: Von 100 Menschen in Ihrer Situation leben 50 etwa zwei Jahre lang, etwa 30 leben länger, aber 20 sterben auch früher.

Allerdings gibt es auch Patienten, die es ganz präzise haben wollen, darunter Wolfgang Herrndorf, der Autor des Romans „Tschick“, der im Jahr 2010 die Diagnose Hirntumor erhielt.

HELPER

In Deutschland gibt es rund 240 Hospize, 17 davon speziell für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene. Dazu kommen 1500 ambulante Hospizdienste und über 300 Palliativstationen in Krankenhäusern. Insgesamt stehen etwa 2200 Hospizbetten für Erwachsene zur Verfügung, in denen pro Jahr 30.000 Menschen versorgt werden. Mehr als 100.000 Menschen engagieren sich ehrenamtlich und hauptamtlich in Hospizen und unterstützen die Arbeit für Schwerstkranke und Sterbende.

QUELLE: DEUTSCHER HOSPIZ- UND PALLIATIVVERBAND/
FOTO: IMAGO

In seinem Blog beschrieb er, wie er mit der Statistik haderte: „Es kann in drei Wochen vorbei sein oder in 6065 Tagen. (...) 953 Tage für die Altersklasse 20 bis 35, 698 Tage für meine Altersklasse. Ich bin 45. Ich fange an, mich vorsichtshalber auf drei Monate runterzurechnen. Könnte man leben, wenn man nur noch drei Monate hat? Nur noch einen Monat?“ Tatsächlich lebte er nach der Diagnose noch dreieinhalb Jahre, bis er sich im August 2013 erschoss.

Schlechte Nachrichten zu überbringen, ist für Ärzte eine heikle, oft belastende Aufgabe. Inzwischen bieten viele Universitäten Kurse an, in denen Medizinstudenten auf solche Gespräche vorbereitet werden. „Patienten brauchen Wahrheit“, betont Günter Schlimok. „Aber man sollte ihnen nie ganz die Hoffnung nehmen.“ Manchmal gebe es auch völlig ungewöhnliche Verläufe.

Einen solchen beschreibt Stefanie Gleising in ihrem Buch „Meine wunderschöne Heilung“: Viereinhalb Jahre nach der Diagnose Brustkrebs zog sie sich völlig erschöpft in ein Hospiz zurück. Statt zu sterben, ging es ihr aber von Tag zu Tag besser, sodass sie nach einigen Wochen wieder nach Hause zurückkehren konnte.

Susanne Pfalzgraf hört sich solche Geschichten an wie ein Märchen. „Auf so ein Wunder spekuliert insgeheim jeder, wenn er in einer solchen Situation ist.“ Praktisch, wie sie ist, hat sie sich aber längst mit ihrer Beerdigung auseinandergesetzt. „Die ist fix und fertig geplant – sogar schon bezahlt!“, sagt sie und kichert ein bisschen. „Ich habe mir eine wunderschöne Urne mit Schmetterlingen ausgesucht.“ Am Grab soll jeder Trauergast einen Luftballon steigen lassen. „Bunt oder weiß? Da bin ich mir noch nicht schlüssig. Das muss ich noch sehen.“

Als sie merkt, dass der letzte Satz irgendwie seltsam wirkt, fügt sie schnell hinzu: „Sonst muss meine Tochter das entscheiden.“ Beim Lei-

chenschmaus soll dann ihr Brief gelesen werden. Eigentlich hätte sie es gern so gehandhabt wie einer ihrer Freunde: Er hatte im Pflegeheim einen bemerkenswerten Einfall, als er über seine Beerdigung nachdachte. „Ein Leichenschmaus ohne mich? Das geht ja gar nicht!“, habe der gesagt und seine Verwandtschaft und Freunde zu einem vorgezogenen Festessen eingeladen. Sie kamen auch alle und verspeisten gemeinsam mit ihm feierlich Jägerbraten mit handgeschabten Spätzle. „Das würde ich auch machen“, meint Pfalzgraf. „Aber leider wohnen meine Angehörigen dafür zu weit weg.“

„Im Dezember werde ich 67.“ Das klingt so überzeugt, als gäbe es daran keinen Zweifel.

Ein Jahr, sagt Susanne Pfalzgraf, hatte sie Zeit, sich mit ihrer Krankheit auseinanderzusetzen. Der anfängliche Schrecken sei längst einer gewissen Gelassenheit gewichen. Ähnliches hat der Arzt Günter Schlimok bei vielen Patienten beobachtet. In der Regel fürchteten sich die Menschen nicht vor dem Tod selbst, sondern vor den Umständen, die zum Sterben führen. „Es ist ganz wichtig, ihnen die Angst vor Schmerzen und Atemnot zu nehmen“, sagt Schlimok. „Das ist eine entscheidende Voraussetzung dafür, dass die Patienten ruhiger werden.“

Die allermeisten Todkranken machten einen Prozess durch, aus dem sie ruhig und gefasst hervorgehen, wenn sie auf das Ende blicken, hat Günter Schlimok beobachtet: „Nur ganz, ganz wenige verzweifeln.“ Und es gebe sogar einige Menschen, die vor ihrem Tod feststellten: „Diese letzte, überschaubare Zeit war die wichtigste in meinem Leben.“

*Name geändert