

# Huber / Casagrande

## Komplementäre Sterbebegleitung

Leseprobe

[Komplementäre Sterbebegleitung](#)

von [Huber / Casagrande](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b11394>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH

Blumenplatz 2

D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Fax +49 7626 9749 709

Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)

<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen  
und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.



# Inhaltsverzeichnis

Geleitwort.....	v
Vorwort .....	VII

## Teil 1

Allgemeine Theorie .....	1
1     Gibt es ein „gutes Sterben“? .....	2
1.1   Kulturelle Veränderungen im Umgang mit Sterben und Tod.....	2
1.2   Sterben und Tod heute .....	3
1.2.1   Ausgegrenztes und institutionalisiertes Sterben.....	3
1.2.2   Langsames und einsames Sterben.....	4
1.2.3   Ritual- und trauerarmes Sterben.....	5
1.2.4   Auswirkungen auf das soziale Netz .....	5
1.2.5   Enttabuisiertes und autonomes Sterben .....	8
2     Sterbeprozess: wissenschaftliche Grundlagen .....	10
2.1.1   Die Anfänge: das Phasenmodell von Elisabeth Kübler-Ross.....	11
2.1.2   Neuerer Erklärungsansatz: Sterben als dynamischer Prozess.....	12
3     Die Bedürfnisse Sterbender und ihrer Angehörigen .....	14
3.1   Bedürfnisse auf verschiedenen Ebenen .....	14
3.1.1   Die physischen Bedürfnisse .....	16
3.1.2   Die psychosozialen Bedürfnisse .....	21
3.1.3   Die spirituellen Bedürfnisse .....	22
3.2   Besonderheiten bei Sterbenden mit Demenz .....	23
3.2.1   Physische Bedürfnisse.....	25
3.2.2   Psychosoziale Bedürfnisse des Sterbenden.....	28
3.2.3   Psychosoziale Bedürfnisse der Angehörigen .....	30
3.2.4   Spirituelle Bedürfnisse .....	31
4     Die Rolle des Therapeuten und Begleiters .....	34
4.1   Die Begleitung Sterbender .....	34
4.1.1   Unterstützung geben - aber in welcher Weise?.....	35
4.1.2   Die Not und das Leiden des Sterbenden verstehen .....	35
4.2   Die Begleitung der Angehörigen.....	37
4.2.1   Intrafamiliäre Bezugspersonen .....	38
4.2.2   Extrafamiliäre Bezugspersonen .....	39
4.2.3   Exfamiliäre Bezugspersonen .....	39
4.2.4   Berufliche Bezugspersonen .....	40
4.2.5   Angehörige sind Trauernde .....	40
4.3   Selbstentwicklung des Therapeuten und Begleiters .....	41
4.3.1   Vom Helfenwollen zum Dienen .....	41
4.3.2   Sich des eigenen Leids bewusst werden .....	42

4.3.3	Das Bewahren des Personseins .....	43
4.3.4	Positive Interaktionen .....	44

## Teil 2

	Praxis der interdisziplinären Sterbe- und Trauerbegleitung .....	47
<b>5</b>	<b>Bewährte Therapieverfahren .....</b>	<b>48</b>
5.1	Anthroposophische Medizin .....	49
5.1.1	Der menschliche Organismus .....	49
5.1.2	Begleitende anthroposophische Therapien.....	50
5.2	Aromatherapie .....	51
5.2.1	Indikation .....	51
5.2.2	Kompatibilität .....	52
5.2.3	Nebenwirkungen .....	52
5.2.4	Anwendung und Dosierung.....	52
5.2.5	Selbstmedikation .....	54
5.3	Atemübungen aus dem Yoga .....	55
5.3.2	Kompatibilität .....	56
5.3.3	Nebenwirkungen .....	56
5.3.4	Anwendung und Dosierung .....	56
5.3.5	Selbstmedikation.....	57
5.4	Bachblütentherapie .....	57
5.4.1	Indikation.....	57
5.4.2	Kompatibilität .....	58
5.4.3	Nebenwirkungen.....	58
5.4.4	Anwendung und Dosierung.....	58
5.4.5	Selbstmedikation.....	59
5.5	Basale Stimulation® .....	59
5.5.1	Definition .....	59
5.5.2	Ziele und Grundsätze.....	59
5.5.3	Wahrnehmungsangebote.....	60
5.5.4	Indikation.....	60
5.5.5	Kompatibilität.....	61
5.5.6	Nebenwirkungen.....	61
5.5.7	Anwendung und Dosierung .....	61
5.5.8	Basale Stimulation® durch persönliche Bezugspersonen .....	62
5.6	Entspannungsverfahren .....	62
5.6.1	Einzelne Entspannungsverfahren.....	63
5.6.2	Indikation und Kontraindikation.....	63
5.6.3	Kompatibilität .....	63
5.6.4	Nebenwirkungen.....	63
5.6.5	Anwendung und Dosierung .....	64
5.6.6	Selbstmedikation.....	64
5.7	Homöopathie .....	64
5.7.1	Indikation.....	64
5.7.2	Kompatibilität .....	65
5.7.3	Nebenwirkungen.....	65
5.7.4	Anwendung und Dosierung.....	65

5.7.5	Selbstmedikation .....	66
5.8	Meditation .....	66
5.8.1	Indikation .....	67
5.8.2	Kompatibilität.....	67
5.8.3	Nebenwirkungen .....	67
5.8.4	Anwendung und Dosierung .....	67
5.8.5	Selbstmedikation.....	67
5.9	Musiktherapie .....	68
5.9.1	Definition und Ziele .....	68
5.9.2	Indikation .....	69
5.9.3	Kompatibilität.....	69
5.9.4	Nebenwirkungen .....	69
5.9.5	Anwendung und Dosierung .....	69
5.10	Phytotherapie .....	70
5.10.1	Indikation.....	70
5.10.2	Kompatibilität.....	71
5.10.3	Nebenwirkungen .....	71
5.10.4	Anwendung und Dosierung .....	71
5.10.5	Selbstmedikation.....	74
5.11	Spagyrik nach Alexander von Bernus .....	74
5.11.1	Indikation .....	75
5.11.2	Kompatibilität.....	76
5.11.3	Nebenwirkungen .....	76
5.11.4	Anwendung und Dosierung .....	76
5.11.5	Selbstmedikation.....	76
6	Komplementäre Sterbebegleitung auf physischer Ebene .....	77
6.1	Dermatologische Symptome .....	78
6.1.1	Dekubitus.....	78
6.1.2	Juckreiz .....	81
6.2	Castrointestinale Symptome .....	84
6.2.1	Diarrhö .....	84
6.2.2	Obstipation.....	88
6.2.3	Übelkeit/Erbrechen .....	91
6.3	Respiratorische Symptome .....	94
6.3.1	Dyspnoe .....	94
6.3.2	Husten .....	96
6.4	Schmerzen.....	99
6.4.1	Myofasziale Schmerzen.....	99
6.4.2	Neuropathischer Schmerz .....	102
6.4.3	Viszerale Schmerzen .....	104
6.5	Neurologische Symptome .....	106
6.5.1	Delirantes Syndrom.....	106
6.5.2	Krampfanfälle zerebral .....	108
6.5.3	Spastik .....	110
6.5.4	Muskelkrämpfe .....	111
6.5.5	Schlaflosigkeit .....	113
6.5.6	Schwindel .....	117
6.6	Urogenitale Symptome .....	118

6.6.1	Dysurie .....	118
6.6.2	Harnwegsinfekte .....	120
6.6.3	Harninkontinenz .....	123
6.6.4	Harnverhalt .....	125
6.7	Weitere Symptome .....	126
6.7.1	Fieber .....	126
6.7.2	Infektionen.....	129
6.7.3	Körperliche Schwäche.....	130
6.7.4	Mundpflege bei Austrocknung/Verpilzung u.a. Ursachen .....	132
6.7.5	Ödeme .....	133
6.7.6	Schwitzen .....	135
7	Komplementäre Sterbebegleitung auf psychischer Ebene.....	138
7.1	Belastende natürliche Gefühle.....	138
7.1.1	Aggression .....	138
7.1.2	Angst.....	140
7.1.3	Depression .....	144
7.1.4	Unruhe .....	146
7.2	Veränderte Empfindungen des Schwerstkranken .....	147
7.2.1	Verwirrtheit .....	147
8	Psychosoziale Begleitung .....	150
8.1	Was bedeutet „psychosoziale Begleitung“? .....	150
8.2	Wer führt die psychosoziale Begleitung durch? .....	151
8.2.1	Stufenmodell psychosozialer Begleitung .....	152
8.3	Bewährte Ansätze .....	153
9	Begleitung von Sterbenden und Angehörigen auf spiritueller Ebene .....	157
9.1	Spirituelle Haltung des Begleiters.....	157
9.1.1	Mitgefühl .....	157
9.1.2	Die 3 wichtigsten Qualitäten in der Sterbebegleitung .....	158
9.2	Spirituelle Krisen bei Sterbenden und Angehörigen .....	161
9.3	Spirituelle Unterstützung des Sterbenden .....	162
9.3.1	Spirituelles Testament.....	162
9.3.2	Meditationen und Gebete .....	163
9.3.3	Rituale.....	163
9.3.4	Kommunikation über die Gestaltung von Trauerfeier und Bestattung.....	164
9.3.5	Anregungen für eine spirituelle Sterbebegleitung .....	164
10	Trauerbegleitung der Angehörigen .....	166
10.1	Was ist Trauer? .....	166
10.1.1	Trauerreaktionen.....	166
10.1.2	Lebensfördernde Trauer .....	168
10.1.3	Lebenshemmende oder komplizierte Trauer .....	170
10.1.4	Leitfaden für Begleiter .....	171
10.2	Komplementäre Trauerbegleitung bei physischen Symptomen .....	171
10.2.1	Appetitstörungen .....	171
10.2.2	Bauchschmerzen .....	174
10.2.3	Erschöpfung.....	176

10.2.4	Kopfschmerzen .....	180
10.2.5	Magenschmerzen .....	182
10.2.6	Myofasziale Schmerzen.....	184
10.2.7	Schlafstörungen .....	186
10.2.8	Schwindel.....	189
10.3	Komplementäre Trauerbegleitung bei psychischen Symptomen.....	191
10.3.1	Aggression .....	191
10.3.2	Angst/Panik .....	193
10.3.3	Antriebsverlust.....	194
10.3.4	Hoffnungslosigkeit und Resignation .....	196
10.3.5	Konzentrationsstörungen.....	198
10.3.6	Schnelle Stimmungsschwankungen.....	200
10.3.7	Schreckhaftigkeit.....	202
10.4	Trauerbegleitung von Menschen mit Demenz .....	204
10.4.1	Physische Ebene .....	205
10.4.2	Psychosoziale Ebene .....	206
10.4.3	Spirituelle Ebene .....	212

## **Anhang** 215

11	Hilfreiche Adressen .....	216
11.1	Institutionen und Gesellschaften .....	216
11.2	Bezugsadressen zu den Kapiteln 5, 6, 7 und 10 .....	217
12	Literatur .....	219
13	Abbildungsnachweis .....	226
14	Autoren .....	227
15	Sachverzeichnis .....	228

## Vorwort

Am Anfang unseres Lebens, als Kinder, leben wir fraglos im Augenblick und der Tod ist jenseits dessen, was uns bewusst ist. Dann, eines Tages, erkennen wir, dass es die Zeit gibt, somit die Endlichkeit und dass auch unser Leben eines Tages unweigerlich zu Ende sein wird.

Einige von uns entscheiden sich dafür, diese Tatsache nicht zur Kenntnis zu nehmen. Andere wieder lassen sich von den alten Weisheiten leiten, nach denen sich nur jenen das volle Potenzial des Lebens eröffnet, die mit dem Tod Frieden geschlossen haben.

Was in jedem Fall außer Zweifel steht: Sterben ist die Krise unseres Lebens, bei der wir Begleitung genau so nötig haben wie bei der Geburt.

**Aber wie steht es mit einer persönlichen Begleitung beim Sterben?** Wenn sie gefragt werden, so wünschen sich die meisten Menschen, zu Hause im Kreis ihrer Familie zu sterben. Für jeden einzelnen von etwa 850000 Menschen, die jährlich in Deutschland sterben, wird die Todesursache festgehalten - wo sie sterben, dazu gibt es nur Schätzungen und vereinzelte Studien, aber keine genauen Zahlen.

Üblicherweise wird Sterbebegleitung mit Hospiz, Palliative Care und/oder Palliativmedizin in Verbindung gebracht. Statistisch gesehen sterben jedoch die meisten Menschen in Kliniken, Pflegeheimen oder zu Hause.

Generell können wir aber nicht davon ausgehen, dass Sterben und Tod durch palliative Versorgung sowie durch die ambulanten und stationären Hospizeinrichtungen abgedeckt sind. So wunderbar und hilfreich diese Versorgungsstruktur für die Betroffenen ist, kann sie doch nur von Patienten in Anspruch genommen werden, bei denen eine nicht mehr heilbare Erkrankung (z.B. Krebs oder ALS) diagnostiziert wurde, die in absehbarer Zeit zum Tode führt. Wenn wir allen Menschen eine angemessene und menschliche Sterbe- und Trauerbegleitung ermöglichen wollen, reichen diese ambulanten und stationären Versorgungsstrukturen bei Weitem nicht aus.

**Therapeuten und Sterbebegleiter sind angesprochen.** Als Therapeut wird man irgendwann in seinem Berufsleben zum ersten Mal damit konfrontiert, dass einer unserer Patienten nicht mehr zu heilen ist. Und ganz generell müssen wir alle damit rechnen, selbst einmal in die Rolle eines Sterbe- und Trauerbegleiters gedrängt zu werden. Die Großeltern, die alten Eltern oder nahestehende alte Familienangehörige, Freunde, Nachbarn, manchmal auch jüngere Menschen im engeren oder beruflichen Umfeld, Patienten, Klienten, Kunden und Mitarbeiter können erkranken oder verunglücken und sterben. Selbst wenn Ärzte, professionelle Helfer und Hospizbegleiter als Unterstützer und Ansprechpartner dabei sind, kann man sich als Angehöriger und Pfleger dem Sterbe- und Trauerprozess kaum entziehen. Damit wir in diesem Fall nicht unwissend und hilflos vor der Situation stehen, können wir von den Erfahrungen anderer lernen, die in diesem Buch zusammengetragen wurden.

Das Buch wendet sich an **alle** Menschen, die Sterbende begleiten, unabhängig davon, ob sie beruflich als Therapeut oder im Pflegebereich engagiert sind, als ehrenamtliche Begleitung Beistand geben oder als Angehörige die letzten Dienste erweisen.

### **Wann beginnt Sterbe- und Trauerbegleitung?**

Eine gute Sterbebegleitung ist weit mehr als die Krankenpflege in der letzten Phase des Lebens und eine gute Trauerbegleitung geht über das „Dasein“ in der ersten Phase nach dem Tod hinaus. Die Sterbe- und Trauerbegleitung setzt im Grunde genommen ab dem Zeitpunkt ein, an dem absehbar ist, dass ein Mensch sterben wird. Oft kann sich Sterben über Monate und Jahre hinziehen, in anderen Fällen verstirbt ein Mensch, auch ein junger, plötzlich. Eine gute Trauerbegleitung endet dann, wenn der Trauernde wieder in seinen Lebensalltag zurückgefunden hat, körperliche und seelische Trauerreaktionen sich in ein erträgliches Maß zurückentwickelt haben und er auf Nachfragen weitere Unterstützung von außen nicht mehr für nötig hält.

**Wie kann Ihnen dieses Buch helfen?** Was wir, Autoren und Herausgeber, tun konnten und getan haben ist, unser Wissen und unsere Erfahrung einzubringen. Wir haben die Form eines Praxisleitfadens gewählt, ohne jedoch auf theoretische Hintergründe zu verzichten.

Im **ersten Teil** des Buches beschreiben wir die Grundlagen im Umfeld von Tod und Trauer. Das beginnt mit einem kulturgeschichtlichen Abriss zur Veränderung im Umgang mit dem Tod. Eine kurze wissenschaftliche Abhandlung über Sterberläufe sowie über die Bedürfnisse von Sterbenden und deren Angehörigen ermöglicht ein besseres Verständnis für den Sterbe- und Trauerprozess. Wir wollen damit Begleiter ermutigen, den eigenen Gefühlen mehr zu vertrauen als den bestehenden Konzepten, denn die Rolle des Begleiters ist ein integraler und auch wichtiger Bestandteil im Prozess des Sterbens. Sterben und Trauer betreffen nicht nur den einzelnen Menschen, sondern immer auch das gesamte soziale Umfeld.

Dem vermehrten Auftreten von demenziellen Erkrankungen tragen wir mit einem eigenen Abschnitt Rechnung, da Angehörige und Pflegende in diesen Fällen durch die häufig auftretenden Verständigungsschwierigkeiten zusätzlich belastet sind.

Auch Babys und junge Menschen sterben. Wir behandeln diese Fälle hier bewusst nicht, es würde den Rahmen dieses Buches sprengen. Auch die Trauerbegleitung von Kindern und Jugendlichen, die völlig andere Bedürfnisse als Erwachsene haben, kann hier nicht zum Thema gemacht werden.

**Der zweite Teil** des Buches ist praktisch ausgerichtet und lädt sowohl professionell Tätige als

auch Laien ein, ihre Patienten, Klienten, Angehörigen oder Freunde im Angesicht von Sterben, Tod und Trauer mit einfachen und praktischen Unterstützungsangeboten sowie bewährten, naturheilkundlichen Therapieverfahren zu begleiten. Die genannten Arzneimittel und komplementären Therapieverfahren stellen eine Auswahl dar, die sich in unserer Arbeit bewährt und mit denen wir gute Erfahrungen gemacht haben.

Gute Sterbebegleitung erfolgt im Team und interdisziplinär. Als Therapeut oder professioneller Begleiter finden Sie hier wertvolle Anregungen, um die Lebensqualität Ihrer Patienten zu verbessern. Dies gilt ebenso für Laien, wenn auch in begrenzterem Umfang. Generell ist es zu empfehlen, sich mit dem begleitenden Arzt oder Therapeuten abzustimmen, um so die Begleitung zu optimieren.

Mit diesem Praxisleitfaden wollen wir Therapeuten und Begleitern Hilfestellung geben, damit deren Unsicherheit, Hilflosigkeit und Furcht angesichts des Sterbens weichen und sich in Mut, Kraft, Sicherheit und Zuversicht in der Begleitung wandeln können.

Es ist unser Wunsch und unsere Hoffnung, mit diesem Buch einen Beitrag dazu zu leisten, dass unser aller Arbeit bei der Begleitung Sterbender und deren Angehöriger etwas leichter wird. Vielleicht wird es sogar möglich, die Begleitung zu jener zutiefst menschlichen und mitfühlenden Erfahrung zu machen, die man als Gnade bezeichnet - und zwar für alle Beteiligten.

Seefeld, Türkenfeld im Juni 2011

**Gudrun Huber und Christina Casagrande**



Huber / Casagrande

[Komplementäre Sterbebegleitung](#)

Ganzheitliche Konzepte und  
naturheilkundliche Therapien

248 Seiten, kart.  
erschienen 2011



**bestellen**

Mehr Homöopathie Bücher auf [www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)