

# Inhalt



<b>Prolog: Ein gutes Sterben</b> .....	11
<b>Voraussetzungen für ein gutes Sterben</b> .....	21
<b>»Die Würde des Menschen ist unantastbar.«</b> .....	21
<i>Das »Würde-Modell«</i> .....	25
<i>Sterbehilfe?</i> .....	27
<b>Die Grauzone zwischen Leben und Tod</b> .....	30
<i>Palliative Sedierung – Für und Wider</i> .....	35
<i>Ein gutes Sterben erfordert Zeit und Zuwendung</i> .....	39
<b>Die fünf Phasen des aktiven Sterbeprozesses</b> .....	40
<i>Auflösung des Erd-Elements</i> .....	41
<i>Auflösung des Wasser-Elements</i> .....	43
<i>Auflösung des Feuer-Elements</i> .....	44
<i>Auflösung des Luft-Elements</i> .....	45
<i>Auflösung des Raum-Elements</i> .....	46
<b>Äußere Voraussetzungen</b> .....	47
<i>Betreuung</i> .....	47

<i>Pflegebett</i> .....	49
<i>Umfeld</i> .....	51
<i>Pflege</i> .....	52
<i>Und Sie selbst?</i> .....	52
<i>Fallbeispiel: Gertrud K.</i> .....	53
<b>Innere Voraussetzungen</b> .....	56
<i>Was bedeutet spirituelle Sterbebegleitung?</i> .....	58
<i>Die eigenen Sinne öffnen</i> .....	64
<b>Biographische Anamnese</b> .....	66
<i>Beruf und Hobbys</i> .....	67
<i>Soziales Umfeld</i> .....	68
<i>Schmecken</i> .....	69
<i>Riechen</i> .....	72
<i>Hören</i> .....	73
<i>Sehen und Fernsehen</i> .....	74
<i>Fühlen</i> .....	76
<b>Schenk mir deine Hände, damit ich mich spüren kann</b> ...	81
<b>Stimulation des Körpersinns</b> .....	83
<i>Vorbereitung</i> .....	84
<i>Oberkörper</i> .....	87
<i>Unterkörper</i> .....	89
<i>Wirkung</i> .....	91
<i>Fallbeispiel: Margarethe Hellmann</i> .....	92

Stimulation des Schwingungssinns .....	96
<i>Mit der Stimme</i> .....	98
<i>Mit den Händen</i> .....	99
<i>Mit Klangschalen</i> .....	100
<i>Mit Musikinstrumenten</i> .....	101
<i>Mit Vibrationsgeräten</i> .....	102
Stimulation des Gleichgewichtssinns .....	103
<b>Begegnungen auf der Herzesebene</b> .....	107
Miteinander schwingen .....	109
Die Wertschätzung pflegen .....	111
<b>Die Körperpflege</b> .....	117
Mundpflege .....	119
<i>Der Mund muss »kussfrisch« sein!</i> .....	121
Waschen und baden .....	122
<i>Den Körper waschen</i> .....	123
<i>Das Waschen des Intimbereichs</i> .....	127
<i>Wellness pur: sanfte Körpermassage</i> .....	129
<i>Etwas Besonderes: die »klingende« Hand- und Fußwaschung</i> .....	130
Inkontinenzversorgung .....	131

Essen und Trinken .....	132
<i>Erlaubt ist, was schmeckt.</i> .....	134
<i>Künstliche Ernährung?</i> .....	136
<i>Sorgen Sie für ein reichhaltiges Getränkeangebot</i> .....	137
<i>Das Durstgefühl lindern</i> .....	138
<i>Flüssigkeit am Lebensende – ja oder nein?</i> .....	139
<i>Ein Geschmackserlebnis ermöglichen</i> .....	140
<b>Körperfunktionen stützen, Symptome lindern</b> .....	143
Atemnot .....	144
Offene Geschwüre .....	144
Juckreiz und trockene Haut .....	146
Schlafstörungen und Unruhe .....	147
Wassereinlagerungen in den Beinen (Lymphödem) .....	148
Verstopfung .....	148
Angst .....	149
<b>Patientenverfügung – ja oder nein?</b> .....	151
<i>Fallbeispiel: Julia B., 42 Jahre</i> .....	152
Was Sie bedenken sollten. ....	155
<i>Ernährung</i> .....	156
<i>Flüssigkeitszufuhr</i> .....	157
<i>Wiederbelebung</i> .....	158
<i>Behandlung mit Antibiotika</i> .....	159
<i>Beatmung</i> .....	160

<i>Blutwäsche (Dialyse)</i> .....	161
<i>Transfusionen</i> .....	161
<i>Intensivmedizinische Maßnahmen</i> .....	161
<i>Organspende</i> .....	162
<i>Sterbeort</i> .....	163
<i>Seelsorgerischer Beistand</i> .....	163
<b>Ein Wort zum Abschluss</b> .....	165
<b>Anhang</b> .....	167
<b>Anmerkungen</b> .....	167
<b>Buchtipps</b> .....	168
<b>Nützliche Internet-Adressen</b> .....	169
<b>Hinweis an unsere Leserinnen und Leser</b> .....	170
<b>Die Autorinnen</b> .....	171
<b>Basale Stimulation in der Sterbebegleitung (Info zur DVD)</b> ..	176