

Inhalt

Vorwort	7
1 Lebensende, Sterben und Tod – Was man sich darunter vorstellen kann	8
1.1 Was man sich unter dem Tod vorstellen kann	8
1.2 Was passiert kurz vor dem Tod?	9
1.3 Was sind die häufigsten Todesursachen?	10
1.4 Wo verbringen Menschen ihre letzten Stunden?	11
1.5 Lebenserwartung und demografischer Wandel	11
1.6 Was man sich unter dem Sterben vorstellen kann	11
1.7 Gibt es Nahtoderfahrungen?	12
1.8 Was ist Sterbehilfe?	13
1.9 Was ist assistierter Suizid?	14
1.10 Phasen des Sterbens	15
2 Was Personen am Lebensende und ihre Angehörigen belasten kann	16
2.1 Körperliche Belastungen am Lebensende	17
2.2 Psychische Belastungen am Lebensende	21
3 Existenzielle Themen am Lebensende	27
3.1 Beschäftigung mit dem Tod, der Endlichkeit und der verbleibenden Zeit	27
3.2 Isolation	29
3.3 Sinnlosigkeit	29
3.4 Freiheit und Autonomie	31
4 Was am Lebensende helfen kann	34
4.1 Das „gute“ Sterben	34
4.2 Würde	35
4.3 Selbstbestimmung	36
4.4 Zwischenmenschliche Beziehungen und Selbsthilfegruppen ..	36
4.5 Religiosität, Spiritualität und Spiritual Care	38
4.6 Palliative Care	40

5	Die Macht philosophischer Gedanken	45
6	Was Angehörige tun können	53
6.1	Das Lebensende benennen	54
6.2	Keine Bagatellisierung und keine Übertreibung	54
6.3	Sich dem sterbenden Menschen widmen und für ihn da sein ..	56
6.4	Letzte Wünsche und unabgeschlossene Themen besprechen ..	58
6.5	Lebensrückblick	59
6.6	Die organisatorische Seite des Todes	61
6.7	Auf den Ausdruck von Hoffnung eingehen	62
6.8	Auf Sterbewünsche eingehen	63
6.9	Der Umgang mit Kindern von Sterbenden	64
6.10	Der schlimmstmögliche Fall: Wenn Kinder sterben	66
7	Patientenverfügung und Vorausplanung	70
8	Fazit	73
	Anhang	74
	Zitierte Literatur	74
	Literatur für Menschen am Lebensende	77
	Literatur für Angehörige	77