

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	11
<b>Einführung – Trau dich, über den Tod nachzudenken</b>	15
Zwischen Diesseits und Jenseits	15
Das Leben ist manchmal ein Arschloch	19
Du wirst gesehen in deinem Leid	24
Wie zerbrechlich wir sind	28
Hab den Mut, Entscheidungen zu treffen	31
<b>Kapitel 1 –</b>	
<b>»Zwei Straßen gingen ab im Wald«: Mein Weg</b>	33
Ein Spaziergang mit Willy	33
Wie Elisabeth Kübler-Ross mich nach München brachte (oder so ähnlich)	35
Doch keine Weltreise	38
»Viele sterben ja wirklich!«	40
Der erste Patient	42
Zu wenig Personal	43
»Emotionsjunkie« oder: Man muss als Arzt seine Gefühle nicht verstecken	46

Nahe Patienten	47
Vom Umgang mit der eigenen Sterblichkeit	50
<b>Kapitel 2 – Palliativversorgung in Deutschland</b>	53
Ergänzung der klassischen Medizin	53
Wie wird man Palliativmediziner?	54
Spezialisierte Ambulante Palliativversorgung	56
Palliativstation und Hospiz	60
Ursprünge der Hospizbewegung	62
Lebensbedrohliche Erkrankungen	64
Die Zukunft der Palliativmedizin	65
<b>Kapitel 3 – Wozu Palliativmedizin?</b>	69
Werde ich nicht gerufen, kann ich nicht versuchen zu helfen	69
Ein Loch in der Zeit	71
Wer kommt auf die Palliativstation?	75
Early Integration	78
Päppel-Station, Bettensaal und ein bisschen Klarlack	80
Das richtige Team	84
»Hier bin ich sicher, hier darf ich gehen«	85
<b>Kapitel 4 – Vom Sprechen über Sterben und Tod</b>	87
Nichts überstürzen	87
Halbgott in Weiß	90
Setzt euch einfach hin!	91
Eine Art Feuerlöscher	92
Das Schweigen aushalten	95
Was sich nicht vorhersehen lässt	98
Weißer Lügen	100

Jeder Patient ist ein eigener Kosmos	101
Die Pflicht zur Ehrlichkeit	103
»Möchten Sie alles wissen?«	105
Was wäre wenn?	106
Briefe, in die Zukunft geschickt	108
Heute lebe ich, also bin ich am Leben	110
Möglichkeiten aufzeigen	113
Die Rolle der Angehörigen	115
Wege aus der Sprachlosigkeit	117
Kinder als Besucher auf der Palliativstation	120
»Ich muss mal ganz schnell in den OP«:	
Strategien des Ausweichens	122
Die Scheu, als Arzt über den Tod zu reden	126
Handfeste Interessenkonflikte	130
<b>Kapitel 5 – Schmerztherapie und Symptomkontrolle</b>	133
Was man gegen Schmerzen tun kann	133
Die Angst vor Opiaten	136
Rettung in letzter Sekunde	142
Behandlung von Atemnot	144
Übelkeit und Delir	146
<b>Kapitel 6 – Sterben</b>	149
Der unerträgliche Gedanke, nichts mehr tun zu können	149
Alternative Behandlungsmethoden	152
Körperliche Veränderungen	154
Ist es okay, den Dingen ihren Lauf zu lassen?	156
Manchmal gibt es kein »Gut«, sondern nur ein »Weniger schlecht«	159
Gewissheiten, die ins Wanken geraten	161

Fast eine Weihnachtsgeschichte	164
Der Streit um die Liegezeiten	166
Wohin nach der Palliativstation?	170
Zu Hause sterben	171
Die Seele, die nie richtig zu leben lernt	174
Wir sollten Sterbende als Lehrer begreifen	176
Religiosität und Spiritualität	178
Magische letzte Tage	181
<b>Kapitel 7 – Sterbebegleitung</b>	<b>187</b>
»Ach, du Scheiße, nicht noch eine Runde!«:	
Crashkurs in Sachen Kontrollverlust	187
Wann tut der Tod am meisten weh?	190
Letzte Worte, vorletzte Worte	193
Es sind immer nur Prognosen	195
Wir können die Stunde unseres natürlichen Todes bestimmen	196
Die Gesichter der Toten	200
Mystische Erfahrungen	201
Räume des Abschieds	203
Mehr Licht	205
Das schwierige Thema Organspende	207
Keine Träne, die noch nicht geweint wäre	209
<b>Kapitel 8 – Sterbehilfe</b>	<b>213</b>
Palliativ- oder Intensivstation?	213
»Sollen wir die Maschinen abstellen?«	214
Tötung auf Verlangen	218
Zulassen des natürlichen Todes	220
Indirekte Sterbehilfe	222

Assistierter Suizid	222
Es fällt schwer, sich jemandem anzuvertrauen	226
Was die Gesetze sagen	227
Sollte es ein Sterbehaus geben?	230
Palliative Sedierung	232
Das Sterbefasten	236
(Künstliche) Ernährung am Lebensende	237
<b>Kapitel 9 –</b>	
<b>Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht</b>	<b>241</b>
Patientenverfügungen gelten unumschränkt	241
»Keine Geräte«	242
Wie sehr hänge ich am Leben?	245
Die Ermittlung des Patientenwillens	246
Intensivmedizinisches Standardprogramm	249
Du musst es vorher machen	251
Die Vorsorgevollmacht	252
Advance-Care-Planning-Programme	254
 Einige zusätzliche Tipps für Patientinnen und Patienten mit einer lebensbedrohlichen Erkrankung	   259
 Anhang	 265
Literatur	265
Leitlinien	266
Informationen zur Patientenverfügung	267
 Hinweis	 269