

Entscheidungshilfe für Angehörige

(Verwandte, Freunde, Caregiver)



„Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben.“ (C. Saunders)

Als Angehöriger oder nahestehende Person einem Menschen im letzten Lebensabschnitt beizustehen ist nicht nur emotional eine enorme Herausforderung. Sie stehen vor vielen Fragen und wichtigen Entscheidungen, die Sie bestmöglich für Ihr Familienmitglied und seinem Willen und Vorstellungen entsprechend treffen möchten, damit sie /er ihre/seine letzten Tage möglichst angenehm und erfüllt erleben kann.

Mit unserem Projekt möchten wir Sie dabei unterstützen. In der „Entscheidungshilfe für Angehörige“ finden Sie Empfehlungen, wie Sie die Betreuungssituation Ihres Angehörigen verbessern, „kluge“ Entscheidungen treffen und Beeinträchtigungen der Lebensqualität durch unnötige Verlegungen vermeiden können.

In diesem Flyer enthalten ist eine Kurzform dieser Entscheidungshilfe mit Ratschlägen zu notwendigen Informationen und hilfreichen Beratungen und Schulungen. Zudem bietet sie Empfehlungen, wie Sie Unterstützung durch ein eigenes Netzwerk sowie professionelle Helfer finden können.

Help Desk

Die Entscheidungshilfen basieren auf Leitlinien, die im Projekt Avenue-Pal gemäß den Anforderungen der AWMF entwickelt wurden. Entscheidend für eine erfolgreiche Umsetzung ist daher, die in den Entscheidungshilfen formulierten Empfehlungen in Zusammenhang mit den Leitlinien zu betrachten. Zur Implementierung der Leitlinien in Ihrer Praxis wird Ihnen ein Help Desk zur Verfügung stehen, der Sie, angepasst an Ihre Ausgangssituation, mit Informationen über erforderliche Maßnahmen bis hin zu einem individuellen Projektmanagement unterstützt.

Der Help Desk ist zurzeit in Entwicklung begriffen. Aktuelle Informationen dazu finden Sie auf unserer Projekt-Website www.avenue-pal.de.

Kontakt

Für Informationen und Fragen stehen wir Ihnen als Ansprechpartner gerne zur Verfügung.

Prof. Dr. Wolfgang George (Wiss. Projektleitung)

TransMIT-Projektbereich für
Versorgungsforschung und Beratung
c/o THM, Jahnstraße 14, 35394 Gießen
Telefon: 0641/9482111
E-Mail: george@transmit.de

Michael Haberland (Projektmanagement)

TransMIT GmbH, Kerkrader Str. 3, 35394 Gießen
Telefon: 0641/94364-50
E-Mail: michael.haberland@transmit.de

www.avenue-pal.de



► **Information**



► **Beratung**



► **Schulung**



► **Unterstützung
(eigenes Netzwerk)**



► **Unterstützung
(professionelle Helfer)**



► **Kooperation**



► **Dokumentation**



► App
Leistungen
verfügbar

Situation 1: Es besteht kein geeigneter Informations-, Kommunikations- und Handlungsprozess zwischen mir und den Einrichtungen.

► Wichtig ist, dass Sie den Informationsprozess durch eine Informationsbroschüre mit den wichtigsten Basis-Informationen zum Umgang mit Krisensituationen ergänzen.

► Wichtig ist, dass Sie einen klaren u. kontinuierlichen Informationsprozess herstellen.
► Die meisten Einrichtungen bieten Ansprechpartner bzw. eine entsprechende Telefonnummer. Sie sollten diese persönlichen Kontakte vor Ort auch „ansprechen“.

► Überlegen Sie sich eine Person bzw. einen Verwandten, der Sie im Fall Ihrer Verhinderung und Abwesenheit vertreten kann.

► Hilfreich ist eine Person, die sich „mit dem Internet auskennt“.

► Erstellen Sie eine Liste relevanter Personen in der Einrichtung, eine Liste der Familienmitglieder, wichtigen Bekannten und formellen Dienstleister mit Kontaktdaten.
► Formulieren Sie einen Alarmplan und fragen Sie in der Einrichtung nach einem Notfallplan.



Situation 2: Zu viele Dinge, die den Sterbenden betreffen, sind ungeklärt.

► Machen Sie sich mit dem Verfahren der „vorausschauenden Versorgungsplanung“ (ACP) sowie mit Patienten- bzw. Bewohner- testament und Patienten- bzw. Bewohnerverfügung vertraut.

► Stimmen Sie sich sinnvoll mit Ihrer Familie ab.
► Über das ACP-Verfahren können Sie mit Ihrem Angehörigen auch über schwere Themen ins Gespräch kommen.

► Der geeignete Ansprechpartner bei offiziellem Testament ist häufig der beauftragte Jurist.
► Klären Sie die Beerdigung mit Ihrer Familie bzw. Ihrem Angehörigen.

► Verschaffen Sie sich einen Überblick über die Möglichkeiten der Beisetzung und das Bestattungswesen. Lassen Sie sich frühzeitig beraten und stimmen Sie sich mit Ihrem Angehörigen bzw. der Familie ab.



Situation 3: Ich bin überfordert.

► (Offen) ausgetragene Problemstellungen zwischen Angehörigen am Sterbebett wirken sich belastend auf den Sterbenden aus.

► Wichtig sind kleine tägliche „Verstärkungen“: Versuchen Sie, wichtige Rituale und Programmpunkte für ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden durchzuhalten.

► Prüfen Sie, wie die Situation Ihre Familie stärken kann.
► Räumen Sie sich „Aus- und Erholungszeiten“ ein und beziehen Sie Familienmitglieder, Freunde und Bekannte mit ein.

► Prüfen Sie immer, ob Sie auch durch professionelle Akteure bzw. Hilfsangebote entlastet bzw. beraten werden können.

► Wichtig ist, die eigene Rolle bzw. die eigene Verantwortung gegenüber dem Sterbenden als Koordinator zwischen Experten- und Familienwelt wahrzunehmen.



Situation 4: Ich weiß zu wenig über „das Sterben“.

► Es ist hilfreich, sich über die letzte Lebensphase und das Sterben in unterschiedlichen Richtungen und möglichst früh zu informieren. Zugleich ist es dafür nie zu spät.

► Im Umfeld der Palliativversorgung existieren Broschüren und Gesprächsangebote, die Ängste und Einschätzungen reflektieren u. Wissen vermitteln, das Sie beruhigen kann.

► Von der bekannten Forscherin Kübler-Ross stammt der Leitsatz „den Sterbenden in der Erledigung der letzten Dinge zu unterstützen“. Angehörige können sich hierbei sehr hilfreich einbringen.

► Die meisten Menschen blicken auf ein reiches und insgesamt glückliches Leben zurück. Das sollte es Angehörigen erleichtern, „den Sterbenden loszulassen“.

► Angehörige sind mit dem Sinn des Lebens und der eignen Endlichkeit konfrontiert. Sie können für sich selbst und auch Ihr Leben Antworten suchen.



Situation 5: Ich glaube, ich kann nicht hilfreich sein bzw. befinde mich an der Peripherie des Geschehens.

► Auch bei räumlicher oder sozialer und emotionaler „weiter“ Entfernung können beide Situationen genutzt werden, dem Sterbenden zur Seite zu stehen, seine soziale Teilhabe mit zu ermöglichen.
► Im Verständnis als „Kordinator“ braucht man nicht präsent zu sein, um nützliche Aktivitäten auf den Weg zu bringen. Über eine solche Rolle kann man sich auch mit der Pflegeeinrichtung abstimmen.



Situation 6: Ich wirke auf eine Verlegung hin.

► Es ist hilfreich, sich über die letzte Lebensphase und das Sterben möglichst früh zu informieren. Zugleich ist es dafür nie zu spät.

► Im Umfeld der Palliativversorgung existieren Broschüren und Gesprächsangebote, die nicht notwendigen Ängsten und Einschätzungen Wissen entgegenstellt.

► Von der bekannten Forscherin Kübler-Ross stammt der Leitsatz „den Sterbenden in der Erledigung der letzten Dinge zu unterstützen“. Angehörige können sich hierbei sehr hilfreich einbringen.

► Die meisten Menschen blicken auf ein reiches und insgesamt glückliches Leben zurück. Das sollte es Angehörigen erleichtern, „den Sterbenden loszulassen“.

► Benötigen Angehörige spirituelle Unterstützung, bietet die App Informationen und, basierend auf der Geoposition, hilfreiche Partner an.

