



Begleite mich
auf meiner letzten
Reise.

W&R



Begleite mich auf meiner letzten Reise.

Wir sind viel gereist in unserem Leben, haben viel erlebt und gesehen. Wir haben einige schlechte, aber auch viele gute Zeiten erlebt. Die Höhen und Tiefen, die wir erlebten. Das Leben ist einfach keine gerade Strecke, die man entlang läuft.

Es sind die Kurven und steinigen Strecken, die das Leben stetig ausgemacht machen. Die Hürden, welche man überwand und stetig ein Stück weiter dem Ziel entgegen. Dann erreichten wir dieses Ziel und es begann der Weg von Neuen auf das Nächste gerichtet.

Nun bin ich auf meiner letzten Reise und ein weiter Weg ist schon beschritten. Viele Kurven und steinige Straßen liegen hinter uns. Tränen, aber auch Lachen haben uns begleitet. Nun rückt das Ziel näher und wir wissen, es ist für mich das Letzte.

Hab keine Angst, ich möchte dir erzählen, was nun vor uns liegt...



Unruhe

Häufig beginnt es, dass eine Unruhe aufkommt. Mein Gehirn hat bereits verstanden, dass etwas nicht stimmt, während es uns noch nicht bewusst ist. Es wird versuchen, sich mit aller Kraft gegen das Unausweichliche zu stellen.

In mir wird ein Kampf toben, den ich selbst nicht erklären kann. Manchmal werde ich sehr unruhig sein und nicht immer alles erkennen.

Es wird mich etwas beruhigen, wenn Du in meiner Nähe bist, mich sanft berührst und ich spüre nicht allein zu sein. Deine Stimme wird mir Halt geben.

Fast jeder Mensch scheint ein wenig unterschiedlich zu reagieren, manche möchten aufstehen oder sich setzen, auch wenn die Kraft nicht lange reicht.

Auch kann es sein, dass meine Haut sehr empfindlich reagiert und ich schnell Schmerzen habe, doch das wird vorbeigehen.

Bestimmt wird dies sehr anstrengend, doch lange wird die Unruhe nicht anhalten.



Essen und Trinken

Während mein Körper kämpft, wird er versuchen, so wenig Energie wie möglich zu verbrauchen. Mein Hunger und Durst werden nachlassen, bis ich sie nicht mehr empfinden werde. Ich weiß, dass Du mir gerne etwas geben möchtest, doch das wäre nicht gut für mich. Mein Körper kann es nicht mehr verarbeiten und es würde mir zusätzlich die Kraft rauben. Wenn ich etwas möchte, werde ich Dich gerne darum bitten.

Keine Angst, ich werde nicht verhungern oder verdursten. Das, was nun passiert, ist ein ganz natürlicher Weg.

Aber Du kannst mir mit etwas Wasser die Lippen und den Mund befeuchten. Sprich viel mit mir, erzähl mir von dem, was wir erlebt haben, lass mich in die Träume ferner Jahre versinken.



Langsam kehrt wieder Ruhe ein.

Der Moment wird kommen, an dem mein Körper begreift, dass der Kampf sinnlos ist. In mir wird wieder Ruhe einkehren. Es wird mir ein wenig besser gehen, auch wenn sich mein Innerstes nun auf das Unausweichliche einstellt.

Manche essen und trinken dann wieder ein wenig und die Welt scheint in Ordnung, leider ist dies nur ein Trugbild. Wir sollten diese Zeit nutzen, weil niemand weiß, wie lange es dauert.

In mir beginnt es zu vergiften, weil Nieren und Leber ihren Dienst versagen. Das, was so schlimm klingt, lässt mich nach und nach immer müder werden. Mein Schlaf wird immer länger, während mein Wachsein zu siechen scheint.

Bis ich irgendwann nur noch schlafe und tief in meiner Traumwelt verweile.



Abschied

Tief wird mein Schlaf und fern wird mein Geist schon dieser Welt sein. Kein Schmerz oder Sorge wird mich mehr plagen. Wenn Du mit mir sprichst, werde ich deine Worte nicht mehr verstehen, aber der Klang deiner Stimme wird mich begleiten.

Meine Atmung wird sich verändern, manche auf dieser Reise beginnen zu brodeln. Aber keine Angst, es stört mich nicht, es ist Wind, der über Wasser streicht und diese Geräusche erzeugt.

Fühle ruhig an mein Herz, es wird ganz ruhig schlagen und Du wirst merken, dass es mir gut geht. Die letzten Schritte meiner Reise haben begonnen, die Pausen beim Atmen werden länger und länger.

Wenn mein Herz ruht und mein Atmen versiegt, habe ich mein Ziel erreicht. Mein Geist fliegt zu den Sternen hoch, doch ein Teil verbleibt auch in deinem Herzen. Wenn Du nun irgendwann nach oben schaust in den kalten, klaren Nachthimmel, werde ich für Dich leuchten und Dich auf deiner Reise begleiten.



Ein paar Worte.

Wenn ein geliebter Mensch beginnt zu sterben, beginnt auch unsere Welt surreal zu wirken. Unser Verstand kann dies häufig nicht erfassen und wir klammern uns an jeden Faden Hoffnung, sei er noch so dünn.

Leider gehört das Sterben auch zum Leben hinzu, auch wenn wir dieses gerne verdrängen. Auf der letzten Reise ändern sich die Regeln unseres Körpers, essen und trinken werden häufig eingestellt, weil der Körper diese nicht mehr verarbeiten kann. Unser Gehirn beginnt die Hormone für Hunger und Durst einzustellen und strömt stattdessen Sättigungshormone aus. Der Sterbende empfindet dies nicht als schlimm.

Dieser Vorgang bildet auch einige Vorteile, umso weniger Flüssigkeit vorhanden ist, umso weniger werden Schmerzen empfunden. Das Gehirn flutet sich selbst mit Glückshormonen, welche uns beruhigen und den Übergang leichter machen.

Sie können in dieser Phase den Mund etwas befeuchten, da häufig durch diesen geatmet wird.

Mundpflegestäbchen werden mit etwas benetzt, was der Mensch gerne hatte. Vielleicht das Lieblingsgetränk?

Wir können in diesen Phasen nicht viel ausrichten,
dennoch können wir denjenigen begleiten.
Das Hören der Stimme der Liebsten beruhigt die
meisten, auch wenn das gesprochene Wort selbst keine
Bedeutung mehr findet.

Sanftes streicheln oder das Halten der Hand gibt
Sicherheit und erleichtert es für beide.

Bei vielen Menschen kommt es zu einem Rasseln in der
Atmung. Das sehr an Ersticken erinnernde Geräusch
kommt durch die Atmung und kleine
Flüssigkeitsablagerungen in den Bronchien. Diese haben
aber keinen Einfluss auf die Atmung selbst und stören
den Menschen nicht.

Ich wünsche Ihnen für diese Zeit viel Kraft und alles Gute
dieser Welt.

Informationen

Patientenverfügung:

<https://www.bmjv.de>

<https://www.patientenverfuegung.de>

Informationen über Palliativmedizin:

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/>

<https://www.dgpalliativmedizin.de/>

Diese Broschüre wurde übergeben von:



©Copyright 2021 by
Weiterbildungen-Reinhold
Welperstraße 59
45525 Hattingen
www.weiterbildungen-reinhold.de