Essen und Trinken am Lebensende

Der Mensch stirbt nicht, weil er nicht isst und trinkt. Er isst und trinkt nicht, weil er stirbt.

In der Sterbephase geht es um die Bedürfnisse des Sterbenden und die Linderung seiner Beschwerden. Hunger und Durst sind meist nicht vorhanden.

Anstelle großer Trinkmengen braucht ein Sterbender gute Mundpflege. Sie vermindert Mundtrockenheit, regt den Geschmackssinn an und fördert das Wohlbefinden. Angehörige wissen oft, welche Geschmacksrichtungen bevorzugt werden und können Lieblingsspeisen und Getränke anbieten. Alternativen wie Smoothies, Eiswürfel und selbstgemachte Lollies können gemeinsam ausgedacht und ausprobiert werden.

In der Regel bringt die künstliche Gabe von Flüssigkeit (subkutane Infusion) und Sondenernährung (mittels PEG = Sonde führt durch die Bauchdecke in den Magen) in der Sterbephase keine Vorteile. Ohne künstliche Flüssigkeitsgabe kommt es seltener zur Verschleimung der Atemwege, Husten oder Wasseransammlungen im Körper. Im Zustand des leichten Wassermangels kann es zu einer erhöhten Ausschüttung von schmerzlindernden und stimmungsaufhellenden Hormonen (Endorphinen) kommen. Künstliche Flüssigkeitszufuhr und Sondenernährung am Lebensende sind palliativmedizinisch sorgfältig abzuwägen.

Der Wille des Betroffenen ist vor der Anlage einer PEG zu ermitteln und bei der Entscheidung für oder gegen künstliche Ernährung maßgeblich.

Hospizliche Begleitung

Für Gespräche, Beratung und Begleitung steht Ihnen der

Ambulante Hospizdienst Bremervörde-Zeven

zur Verfügung.

Sprechen Sie uns gerne an!

Ambulanter Hospizdienst Bremervörde-Zeven
Engeoer Wäldchen 2, 27432 Bremervörde
Bürozeit donnerstags 17 – 18 Uhr

Rufbereitschaft:

0160–90330685

Spendenkonto Sparkasse Rotenburg-Osterholz

IBAN: DE27 2415 1235 0000 1132 25

E-Mail: info@hospizdienst.org

www.hospizdienst.org

Ernährung
im hohen Alter und am Lebensende

AMBULANTER
HOSPIZDIENST
BREMERVÖRDE-ZEVEN

Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen

Mit Essen und Trinken erfüllen wir uns neben dem Grundbedürfnis nach Ernährung auch Bedürfnisse nach Genuss, Gemeinschaft und Zugehörigkeit. Auch kulturelle, religiöse und weltanschauliche Überzeugungen werden durch das, was wir essen und trinken, zum Ausdruck gebracht.

Im hohen Alter, bei schwerer Erkrankung und im Sterbeprozess verändert sich der Umgang mit der Nahrung deutlich. Viele Menschen nehmen in diesen Lebenssituationen an Gewicht ab. Angehörige und Nahestehende machen sich dann meistens Sorgen darüber, ob der Betroffene unter diesem Mangel leidet und Schaden nimmt.

Wenn ein kranker oder alter Mensch nicht essen und trinken mag, sollte zunächst nach möglichen Gründen dafür gesucht werden:

Das Essen schmeckt nicht:

- *Als Folge eines veränderten Geruchs- oder Geschmacksempfindens*
- *Schlechtsitzende Zahnprothesen, Mundtrockenheit, Schmerzen beim Kauen*
- *Zu wenig Kraft, Müdigkeit, allgemeine Schmerzen, Veränderung der Wahrnehmung*
- *Essensangebot entspricht nicht den Vorlieben und dem gewohnten Tagesrhythmus*
- *Ungünstige Umgebung (zu laut, zu unruhig, keine geeigneten Hilfsmittel)*
- *Unfähigkeit zu zielgerichteten Handlungen bei Demenz*
- *Medikamentennebenwirkungen*

Ausdruck von Selbstbestimmung:

- *Sorgen*
- *Einsamkeit*
- *Trauer*
- *Depression*

Schluckstörungen:

- *z. B. nach Schlaganfall*
- *bei Multipler Sklerose (MS)*
- *Amyelotropher Lateralsklerose (ALS)*
- *Demenz im fortgeschrittenen Stadium*
- *Verengung oder Verschluss der Speiseröhre oder des Mageneingangs durch Erkrankungen*
- *Abnehmendes Hunger- und Durstgefühl als Anzeichen des beginnenden Sterbeprozesses.*

Was trägt zum Wohlbefinden bei und fördert den Genuss?

- *Für ausreichend Zeit und eine ruhige Atmosphäre sorgen*
- *Schmerzen lindern*
- *Sorgen, Trauer und Ängste ernst nehmen*
- *Unterstützung der Selbständigkeit beim Trinken und Essen*
- *Erlaubt ist was schmeckt, auch Alkohol, Süßigkeiten etc.*
- *Essen auch zu ungewöhnlichen Zeiten anbieten*
- *Drinks oder Snacks als Zwischenmahlzeit und im Vorübergehen reichen*
- *Kleine Portionen appetitlich anrichten*
- *Für eine angenehme Sitzposition sorgen*
- *Geschirr mit sichtbarem Rand, griffverstärktes Besteck, spezielle Teller und Zubereitungshilfen nutzen*
- *Geeignete Trinkgefäße, Strohhalme, Sportflaschen mit Mundstück*

Das Recht auf Selbstbestimmung

Jeder Mensch hat die Freiheit zu entscheiden, ob und was er essen und trinken möchte. Niemand darf zum Essen und Trinken gezwungen werden! (Patientenverfügung)

Bei Fragen zur natürlichen und künstlichen Ernährung kann das Gespräch (auch als ethische Fallbesprechung) Entscheidungshilfen geben.