

# Begleiten bis zuletzt

**Sterbebegleitung ist Lebensbegleitung bis zum letzten Atemzug.**

Es gibt keine Patentrezepte, denn jedes Leben ist einzigartig, und so sind es auch die Bedürfnisse jedes Einzelnen, bis zum letzten Atemzug – jede Sterbebegleitung ist einzigartig. Wenn wir uns auf das Gegenüber einlassen, erspüren wir oft, was in

diesem Augenblick das Richtige ist. Es gibt auch viele Anregungen und Hilfestellungen von erfahrenen Experten. Im Ratgeber „begleiten bis zuletzt“ des Dachverbands Hospiz Österreich sind viele praktische Anregungen zusammengefasst.

## Einige Anregungen, die hilfreich sein können:

- Berührung ist ein wesentlicher Bestandteil in der Begleitung von schwerkranken Menschen. Schieben Sie Ihre Hand mit der Handinnenfläche nach oben unter die Hand des erkrankten Menschen – so kann er sie fassen und auch die Berührung selbst lösen.
- Bei sterbenden Menschen verändert sich der körperliche Zustand – Mitarbeiter der Hospiz- und Palliativbewegung, der Hauskrankenpflege, Pflegepersonal in den Einrichtungen und Ärzte können oft erklären, warum das so ist und was Sie tun können, um gut zu begleiten.
- Nehmen Sie den geliebten Menschen immer wieder in den Arm, sprechen Sie mit ihm, erinnern Sie sich an schöne Momente und lassen Sie alle Gefühle zu, die gerade da sind. Es gibt kein Richtig und kein Falsch, es gibt nur so und anders!
- Sorgen Sie auch gut für sich selbst, denn Begleitung kostet viel Kraft: Machen Sie Pausen, vertreten Sie sich die Beine, schlafen Sie ausreichend, und vergessen Sie nicht zu essen und zu trinken.

Hier geht es zur Publikation

„begleiten  
bis zuletzt“



Die Broschüre gibt es in folgenden Sprachen:

- Deutsch
- Bosnisch/Kroatisch/Serbisch
- Rumänisch
- Slowakisch
- Ungarisch

Die Broschüre kann gerne bestellt werden und ist auch zum Download verfügbar.

