

## **Grußwort von Prof. Dr. Dr. Marina Kojer, Ehrenvorsitzende der Fachgesellschaft Palliative Geriatrie**

Anlässlich der 19. Fachtagung Palliative Geriatrie Berlin am 11. Oktober 2024

Ich melde mich wieder mit einem herzlichen „Grüß Gott“ aus Wien.

Meine Damen und Herren, liebe Kolleginnen und Kollegen aller Berufsgruppen!

In den Jahrzehnten meiner Arbeit mit alten und sehr alten Menschen habe ich den Satz *„ich habe nur mehr lieber Menschen auf dem Friedhof“* ungezählte Male gehört. Kein Wunder. Angehörige und nahe Bezugspersonen sterben allmählich weg. So bekommt das soziale Netz immer größere Löcher. Zunehmende Schwerhörigkeit und Abnehmen des Seevermögens werden zu ernsthaften Kommunikationshindernissen. Fortschreitende Arthrosen, Schwindel, Schwäche und damit auch die zunehmende Sturzgefahr erschweren und vermindern das selbstständige Verlassen der Wohnung.

Dazu kommt noch die beängstigend schnell wachsende Anforderung des digitalen Lebens, die viele Menschen überfordert und entmutigt. Die ganze Welt ist im Beschleunigungsmodus, sie leidet an chronischer Zeitnot, wird immer schneller, gehetzter und zugleich rücksichtsloser. Im Gegensatz dazu werden Hochbetagte immer umständlicher, langsamer und vergesslicher. Diese Diskrepanz führt bei den Betroffenen oft zur Resignation. Ich kann nicht mehr mit. Ich bin den Anforderungen des modernen Lebens nicht mehr gewachsen. Das alles sind Meilensteine, die den Weg in die Einsamkeit säumen. Die Mitmenschen, nicht selten sind es Betreuende oder Angehörige, tragen entscheidend dazu bei, ein bereits schwächendes Selbstbewusstsein noch weiter zu reduzieren.

Rasch hingesagte Worte wie *„lass das“*, *„das hast du mir schon drei Mal erzählt“*, *„das kannst du nicht mehr“*, *„das verstehst du nicht“* oder *„lass, du machst mir nur noch mehr Arbeit“*, tun weh, beschleunigen den Rückzug und tragen wesentlich dazu bei, dass die Betroffenen immer rascher verstummen und letztlich im sozialen Abseits landen. Es fehlt an Respekt und Wertschätzung, an Empathie und Verständnis. Sehr oft auch nur an ein wenig Geduld. Ein paar gedankenlose Worte können eine Wand aufrichten, die ausgrenzt und gegenseitiges Verstehen vermindert.

Ein Moment des Innehaltens, ein kurzer Gedanke an das auf uns alle Zukommende, das eigene Alter und seine Folgen, könnten die Perspektive ändern. Eine schon 15 Jahre alte Studie aus den vier größten italienischen Pflegeheimen belegt, dass vor allem zu Demenzkranken oft so wenig Beziehung bestand, dass die Betreuenden nicht einmal merkten, wenn die Betroffenen dem Tode nah waren. Sterbende erhielten in der Terminalphase sinnlose Therapien wie Antibiotika oder wurden, wenn sie unruhig waren, mit Gurten fixiert.

Wie ist so etwas möglich? Und hat sich seither etwas daran geändert? Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Pflegeheimen arbeiten oft bis an die Grenzen ihrer Belastbarkeit, sie funktionieren auch unter hohem Druck. Aber sie lassen sich dabei oft nicht mehr innerlich berühren. Hartmut Rosa, der Begründer der Resonanztheorie, nennt das Entfremdung oder stumme Weltbeziehung. Überlastung durch Personalmangel, überbordende Bürokratie und Mangel in der Wertschätzung, sind die sehr verständlichen Ursachen dafür.

Aber ein kleiner Spielraum bleibt immer, indem wir entscheiden können, in welcher Haltung wir tun, was zu tun ist. Alte Menschen, die ob zu Hause oder in einer Einrichtung einsam gelebt haben, sterben auch einsam. Daran ändert sich kaum etwas, wenn in den letzten Lebenstagen eine ehrenamtliche Helferin kommt, neben ihrem Bett sitzt und ihre Hand hält.

Sollte ich einmal in einem Heim sterben und es gibt keinen vertrauten Menschen mehr, der mich begleitet, dann wünsche ich mir, dass mich die Mitglieder des Teams begleiten. Menschen, denen ich vertraue und bei denen ich spüre, dass ich ihnen wichtig bin. Es muss niemand an meinem Bett sitzen. Es genügt, wenn ich ganz sicher sein kann, dass immer wieder jemand kommt, der nach mir schaut, ein paar Augenblicke bleibt und mich berührt. Und ich weiß ja, dass eine Kollegin oder ein Kollege ganz sicher wiederkommt. Ob das dann wohl möglich sein wird?

Wenn unser Leben kein vorzeitiges Ende findet, und das wünscht sich wohl kaum jemand, holt das Alter, für die meisten derzeit sogar das hohe Alter, jede und jeden ein.

In welcher Welt möchten Sie dann leben und sterben?

Ich wünsche Ihnen einen schönen, interessanten und fruchtbaren Fachtag.