

DENISE BATTAGLIA

Leben, Tod und Selbstbestimmung

Über den Sinn des Lebens, den Umgang mit
Schicksalsschlägen, das Altern und das Sterben

Inhalt

Vorwort	11
---------------	----

1 Die Menschen sterben, wie sie gelebt haben ... 13

Wer sich mit dem Tod befasst, ist zufriedener und humorvoller	14
Der Tod ist des modernen Menschen grösster Feind	15
Es geht um den Lebenssinn	16
Der moderne Mensch leidet an Versäumnisangst	17
Der Tod ist uns nicht vertraut	18

<i>Jean-Pierre Wils: «Die Frage, was der Tod bedeutet, macht viele sprachlos»</i>	20
---	----

Fünf Dinge, die Sterbende am meisten bereuen 23

1. Versäumnis	24
---------------------	----

<i>Lotti Latrous: «Ich lebe das Leben, das meine Seele erfüllt»</i>	25
---	----

2. Versäumnis	28
---------------------	----

3. Versäumnis	29
---------------------	----

4. Versäumnis	31
---------------------	----

5. Versäumnis	34
---------------------	----

Was gibt denn meinem Leben Sinn? 35

Die Selbstsorge ist die Basis	36
-------------------------------------	----

Kritische Selbstprüfung	36
-------------------------------	----

Üben, üben, üben	38
------------------------	----

<i>Walter Meier: «Der Mensch hat eine grosse Sehnsucht nach guten Beziehungen»</i>	41
--	----

2	Lebensqualität ist für jeden etwas anderes	45
	Die Lebenszufriedenheit in der Schweiz ist gross	46
	Alleinlebende sind am wenigsten zufrieden	46
	Nicht nur Wohlstand macht zufrieden	48
	Gesundheitsbezogene Lebensqualität	49
	Definition von Gesundheit und Krankheit	51
	Gesundheit ist auch ein Zustand der Übereinstimmung mit sich selbst	52
	Was unsere Gesundheit beeinflusst	54
	Fragebogen zur Lebensqualität von Patienten	57
	<i>Diana Meier-Allmendinger: «Jeder Mensch braucht eine Form der Selbstverwirklichung»</i>	59
	Nach einem Schicksalsschlag wieder ins Leben zurückgefunden <i>(Nadine Koller, Silvano Beltrametti, Gabriel Hofmann erzählen)</i>	62
	Das Arzt-Patienten-Gespräch	69
	Gemeinsam entscheiden	71
	Das Gespräch mit Ihrer Ärztin: Hilfreiche Fragen und Überlegungen	72
	Das Recht, eine Behandlung abzulehnen (Abwehrrecht)	74
	Was kann ich von einer Ärztin oder einem Arzt einfordern?	76
	Risiko Überbehandlung	77
	Rationierung bei Betagten, Behinderten und chronisch Kranken	81
3	Ein gutes (und gesundes) Leben ist ein Leben in Beziehungen	85
	Autonomie und Abhängigkeit – ein schwieriges Thema	86
	Autonom sind wir immer nur mehr oder weniger	87
	Gute Beziehungen haben heilende und lebensverlängernde Wirkung	89
	Unsere Angst vor Abhängigkeit	93

Hilfe annehmen ist eine «Form der Grosszügigkeit»	94
Chancen und Risiken bei der Care-Arbeit von Angehörigen	95

4 Selbstbestimmung – auch über den Zeitpunkt des Todes 101

Wer entscheidet, wenn ich nicht mehr urteilsfähig bin?	102
Die Patientenverfügung nimmt medizinische Entscheidungen vorweg	104
Wertvorstellungen in der Verfügung	107
Reanimation, Beatmung, künstliche Ernährung, Organspende	109
Das Gespräch über die Patientenverfügung	111
Hinterlegung der Patientenverfügung	112
Die Grenzen von Patientenverfügungen	113

Daniela Ritzenthaler: «Letztlich geht es darum, etwas Kontrolle am Lebensende zu behalten» 115

Patientenvollmacht: Mein Stellvertreter entscheidet alles 118

Selbst bestimmen, wann man geht: Die Suizidbeihilfe	119
Suizidbeihilfe für Betagte?	122
Kriterien für Suizidbeihilfe	123
Suizidbeihilfe bei Demenz und bei psychischen Krankheiten?	126
Sind Sie richtig informiert?	127
Sterben mit einer Sterbehilfeorganisation – Ablauf	128
Angehörige belastet die Suizidbeihilfe stark	130
Wer beansprucht Suizidbeihilfe?	131

5 Das dritte und vierte Lebensalter 135

Weniger Junge, mehr Rentner und Rentnerinnen	136
Rentnerinnen und Rentner sind mit ihrem Leben sehr zufrieden	137
Wie gesund fühlen sich die über 55-Jährigen?	139
Das Lebensende beschäftigt ältere Menschen	140

Die jungen Alten, die alten Alten	142
Das dritte Lebensalter: die aktiven Rentnerinnen und Rentner	143
Das vierte Lebensalter: negatives Altersbild	144
<i>Judith Stamm: «Es ist schön, heute alt zu sein»</i>	152
Demenz bei gebildeten und gesunden Menschen leicht rückläufig	155
Demenz – frühzeitige Abklärung entlastet Betroffene und Angehörige	157
<i>François Höpflinger: «Im hohen Alter hilft es, wenn man gelernt, hat mit Krisen umzugehen»</i>	161
6 Wenn das Ende naht	165
Die Mehrheit ist bei Todeseintritt über 80 Jahre alt	166
Die meisten möchten zu Hause sterben, 80 Prozent sterben in Institutionen	166
Palliative Care: gut leben im Angesicht des Todes	170
Palliative Care hat mit dem Leben zu tun	171
Palliative Care wird gewünscht	171
Der Bedarf an Palliative Care wird zunehmen	174
Die Ziele von Palliative Care	176
Wann kommt Palliative Care für mich in Frage?	178
Was tun, wenn ich unheilbar krank bin?	182
Zu Hause sterben oder in einer Institution?	186
Wenn das Ende naht	188
Sterbefasten: eine Möglichkeit für schwer kranke Menschen?	188
Die Finalphase – jeder Mensch stirbt anders	190
<i>Roland Kunz: «Die meisten Patienten finden etwas, wofür es sich zu leben lohnt»</i>	195
<i>Eine Palliativpatientin erzählt (Irène Schlenk)</i>	198



Anhang 203

Adressen und Links 204

Literatur 208

Quellen 209