

«Es war würdevoll»: Wie Marion Grau-Wurmitzer ihren Vater begleitete

Uster Die Diagnose Parkinson des Vaters forderte die ganze Familie. Dann fanden er und die Tochter einen Weg, offen über ihre Wünsche zu sprechen. Die Lebensfreude kehrte zurück.

Till Burgherr

Marion Grau-Wurmitzer geht noch einmal durch den Blumen- garten bei den Heimen Uster. Sie nimmt den Weg, den sie so oft mit ihrem Vater zurückgelegt hat – immer wieder von Neuem. Er lebte hier zuletzt in einer Alters- wohnung. Die 47-Jährige setzt sich auf eine Bank. «Hier sassen wir oft und haben diskutiert.» Er- innerungen der Kindheit werden wach, hier in Uster ist sie auf- gewachsen. Früher, als sie ein klei- nes Mädchen gewesen sei, habe ihr Vater ihr die Haare gemacht, erzählt sie. «Der Kreis hat sich ge- schlossen, in den letzten Mona- ten habe ich sein Haar gekämmt. Das war unser Ritual. Er hatte bis zuletzt schönes, volles Haar.»

Diagnose Parkinson

Der Weg, den die Tochter und ihr Vater zurückgelegt haben, war ein steiniger – besonders nach der Diagnose Parkinson vor 17 Jahren. Die ganze Familie wurde gefordert, und es kam überraschend. «Zu seinen bes- ten Zeiten hielt ich meinen Vater für unsterblich, er war ein Natur- bursche, ein Lebemann.» Es sei schwierig gewesen, die richtigen Worte zu finden, um die Zukunft zu planen.

Der Vater, der früher sehr ge- sellig war, zog sich immer mehr zurück. «Als ich versuchte, die Krankheit anzusprechen, kam ich nicht an ihn heran», sagt die Tochter. Oft habe sie gefragt, wie er sich die letzte Lebensphase vorstelle, doch er habe mit einer Gegenfrage reagiert: «Wie stellst du dir denn das vor?» Auch sie wusste es nicht.

Der Vater lebte in einer Woh- nung bei den Heimen Uster und fand trotz der schwierigen Dia- gnose allmählich ins Leben zu- rück. «Er konnte selbständig le- ben und brauchte damals keinen Rollator.» Er wurde wieder zum Lebemann und trat in Kontakt mit den Menschen um ihn her- um. «Er servierte den Bewohne- rinnen und Bewohnern sogar das Essen», erzählt Grau-Wurmitzer. Obwohl er früher nie im Service gearbeitet hatte, trug er dazu sogar weisse Handschuhe.

Der Notfallplan

Doch dann verschlechterte sich der Zustand des Vaters. Weil er häufig in seiner Wohnung stürzte, einigte sich die Familie mit den Fachpersonen, dass er im Altersheim im Grund besser auf- gehoben ist. Vor rund drei Jahren entschied man gemeinsam, den palliativen Weg zu beschreiben. «Anfangs dachte ich, jetzt geht es schnell. Aber Palliative Care heisst nicht, dass es sofort ums Sterben geht. Es ging darum, die letzte Lebensphase zu planen.»

Vater und Tochter standen wieder an diesem Ort, wo sie früher schon nicht weiterkamen. Aber in Anwesenheit einer Fach- person fiel es ihm plötzlich leicht, seine Wünsche in Worte zu fassen. «Es war sehr wertvoll für mich, von ihm zu hören, was er will», erinnert sich Grau-Wurmit- zer. Der Vater kommunizierte deutlich, dass er nur dann ins

«Palliative Care heisst nicht, dass es sofort ums Sterben geht. Es ging darum, die letzte Lebensphase zu planen.»

Marion Grau-Wurmitzer

Spital will, wenn klar ist, dass sich sein Zustand wieder verbessert. Ansonsten will er keine lebens- verlängernde Massnahmen mehr. «Endlich hatten wir einen Plan, das war für mich nicht schmerz- haft, im Gegenteil, es war befrei- end.» Ab diesem Zeitpunkt war rund um die Uhr immer jemand vom Palliativteam erreichbar, der Notfallplan wurde regelmässig besprochen und angepasst.

Regelmässig legte die Tochter ihre Arbeit in Zürich nieder und eilte zu ihrem Vater, um bei ihm zu sein. «Ich wollte nicht, dass er allein sterben muss.» Er baute ab, und doch blieb noch viel gemein- same Zeit. «Ich habe erlebt, wie er die Beine nicht mehr heben



Marion Grau-Wurmitzer hat ihren Vater beim Sterbeprozess begleitet. Foto: Till Burgherr

konnte, die Wörter kamen ihm nicht mehr über die Lippen.» Dann wurde er wütend und regte sich über sich selbst auf. «Ich sagte dann: «Papi, ich weiss, was du meinst.» Sie habe dann für ihn die Brücke geschlagen. «Ich verstand ihn bis zum Schluss.»

Es folgte eine intensive Zeit. «In den letzten Wochen war ich ständig bei ihm im Zimmer, wir haben viel geredet und Lindor- Kugeln gegessen.» Sie nahmen sich auch immer Zeit für ihr ge- meinsames Ritual. Bei jedem Be- such kämmte die Tochter dem Vater das Haar. Oft habe sie ge- dacht, es gehe zu Ende, erzählt sie. «Ich habe gefühlt 100 Mal gedacht, dass er jetzt stirbt.»

Manchmal schien der Vater es so- gar zu geniessen, so gut versorgt zu sein. «Ich wurde angerufen, dass er wieder gestürzt ist, dann kam ich hierher, und er sass ge- mütlich im Bett mit seinen schö- nen Haaren und sagte: «Was ist denn mit euch los?»»

Es war eine schöne, aber an- strengende Zeit für Marion Grau- Wurmitzer. «Er war einer meiner Lieblingsmenschen, natürlich hätte ich ihn am liebsten für im- mer bei mir behalten, aber es war meine Aufgabe, ihm das Gefühl zu geben, dass er gehen darf.»

Im Beisein der Familie

Sie war erschöpft und plante Fe- rien. «Ich habe zu meinem Vater

gesagt: «Entweder du stirbst jetzt oder erst, wenn ich zurückkomme – ich brauche die Erholung.» Er wünschte eine gute Reise. «Die ganze Woche hatte ich kein schlechtes Gefühl.»

Aber als die Tochter wieder in Zürich war, klingelte das Tele- fon. «Eine Pflegefachfrau sagte, es geht ihm sehr schlecht, er be- kommt nur noch wenig Luft.» Sofort machte sie sich auf den Weg. «Ich wusste, dass ich in den Morgenverkehr kommen würde.» Trotzdem holte sie noch den Bruder ihres Vaters ab; ge- meinsam fuhren sie nach Uster. Der Vater wurde informiert, dass die beiden unterwegs seien. Er fragte noch nach, wann seine

Verwandten ungefähr vor Ort sein würden. «Wir eilten ins Zimmer. Da war mir klar, dass es nicht mehr lange dauern würde.»

Der Vater hatte Wasser in den Lungen. «Ich habe ihm gesagt, dass wir nach dem Palliativplan gehen.» Sie legte ihre Hand auf die seine und fragte: «Wenn du ins Krankenhaus willst, drückst du mich leicht.» Der Vater gab keinen Druck. «Da war mir klar, er hat sich entschieden.»

Zwei Stunden später starb er im Alter von 83 Jahren. «Es hätte nicht besser laufen können, es war sein freier Wille, und ich musste nicht für ihn entschei- den.»

Palliative Betreuung in den Heimen Uster

Patientinnen und Patienten sollen in den Heimen Uster möglichst lange in ihrer gewohnten Umge- bung bleiben können. Die pallia- tive Betreuung hat zum Ziel, die letzte Lebensphase so angenehm wie möglich zu gestalten. Nach einem gelungenen Pilotprojekt setzt man seit zwei Jahren ver- stärkt auf palliative Konzepte. Gemeinsam mit dem Palliativ- team des GZO Spitals Wetzikon haben die Heime Uster die palliative Betreuung ausgebaut. Die Pflegefachkräfte haben eine

umfassende Schulung in der Palliativversorgung absolviert und prüfen regelmässig mit den Bewohnenden, ob eine speziali- sierte palliative Betreuung erfor- derlich ist. Durch die Zusammen- arbeit mit dem GZO haben Be- wohnende und ihre Familien Zugang zu speziell geschulten Beratern und Beraterinnen beim Konzept der Gesundheitlichen Vorausplanung (Advance Care Planning). Dabei geht es darum, die eigenen Werte und Vorstellun- gen in Bezug auf die Behandlung

und Betreuung bei Krankheit, Unfall oder Pflegebedürftigkeit zu reflektieren und, für den Fall der Urteilsunfähigkeit, eindeutig und verständlich festzuhalten. «Durch die vorausschauende Behandlungsplanung und die geregelte Zusammenarbeit mit dem Team des GZO hat sich die Situation enorm verbessert», sagt die Projektleiterin Palliative Care, Brigit David. Darum wollen die Heime Uster die Planung und Beratung der letzten Lebens- phase weiter ausbauen. (tbu)

Palliative Care im Zürcher Oberland

Die dreiteilige Serie befasst sich mit der umfassenden Betreuung in der letzten Lebensphase. Deren Bedeutung nimmt stetig zu. Ziel einer nationalen Strategie ist es, den Zugang zu Palliative Care für alle zu ermöglichen. Gemäss Schätzungen von Bund und Kantonen werden in Zukunft zwei Drittel aller Sterbefälle palliative Betreuung benötigen. Im ersten Teil der Serie haben wir einen Blick hinter die Türen der Palliativstation des Spitals Uster geworfen. Erschienen ist diese

Folge am 3. April. In der heutigen Ausgabe, im zweiten Teil der Se- rie, erzählt Marion Grau-Wurmit- zer, wie sie ihren an Parkinson erkrankten Vater in den Heimen Uster würdevoll begleiten konnte. Im dritten Teil nimmt uns der Palliativmediziner Andreas Weber mit zu einem Krebspatienten. Das mobile Palliative-Care-Team des GZO Spitals Wetzikon ist das erste seiner Art im Kanton Zürich, das zertifiziert wurde. Weber leitet das Team. Erscheinungsdatum: 16. April. (zo)