

# Sterbefasten als letzter Ausweg

**BEGEGNUNGSTAG** Mitarbeiter der Hospize und Hospizdienste tauschen sich aus

Offenbach – Bereits um 9 Uhr hat man am Samstag an der Marienschule ein reges Treiben beobachten können – wenngleich das Thema, um das es am Begegnungstag für die Ehrenamtlichen der Hospize und Hospizdienste in Stadt und Kreis Offenbach ging, ein ernstes war: Sterbefasten oder der Freiwillige Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit (FVNF). Um dieses Thema zur Beendigung von Leiden in der letzten Lebensphase als selbstbestimmtem Ausweg aus dem Leben ging es auch in dem Impulsvortrag von Dr. Christian Walther aus Marburg, der die Veranstaltung mit zahlreichen Workshops bis in den Nachmittag hinein, einleitete.

Bereits zum dritten Mal hatten die Hospize und Hospizdienste von Stadt und Kreis Offenbach alle Ehrenamtlichen zu einem Begegnungstag eingeladen. Von den 300 Hospizhelfern, aktiv in sechs Hospizdiensten in Stadt und Kreis sowie zwei stationären Hospizen (Offenbach und Rodgau) waren etwa 150 gekommen. Damit das Treffen zustande kommen konnte, hatten im Vorfeld 15 Koordinatoren ihr Bestes gegeben. Finanzielle Unterstützung für die Veranstaltung leisteten die Offenbacher Schwanen-Apotheke, der Rotari Club Rodgau und das Palliativnetz Stadt und Kreis Offenbach e. V.

Zu Beginn begrüßte Alexander Rudolf, Leiter Hospiz- und Palliativberatungsdienst beim Malteser Hilfsdienst, die Gäste und gab Informationen zum Programmverlauf. Er dankte allen Hospizen für die Organisation und betonte die Wichtigkeit des ehrenamtlichen Engagements. Die Hospize und Hospizdienste bieten unentgeltlich persönlichen Beistand für Familienmitglieder und Sterbende, Besuche, Trauerbegleitung sowie Beratung für Palliative Care an. Sie leisten damit un-



Etwa die Hälfte der 300 ehrenamtlichen Hospizhelfer sind zum Begegnungstag nach Offenbach gekommen, um sich auszutauschen und weiterzubilden.



FOTOS: WALTER

schätzbare Hilfe, um Menschen in ihrer letzten Lebensphase sowie deren Angehörigen nicht allein zu lassen.

Das Sterbefasten, um das es im Impulsreferat des Neurobiologen im Ruhestand und ehemaligen ambulanten Hospizhelfer Dr. Christian Walther ging, ist ein selbstbestimmter Weg aus dem Leben, wenn chronische Krankheiten und Leiden das Weiterleben zur Qual machen. Walther beschrieb, wie ihn seine eigene frühere Hospiztätigkeit zu dem Thema führte, für das er sich seither publizistisch engagiert. In seinem Buch „Ausweg am Lebensende: Sterbefasten – Selbstbestimmtes Sterben durch freiwilligen Verzicht auf Essen und Trinken“, das

**„Auf jeden Fall sind ausführliche Gespräche zum gegenseitigen Verständnis wichtig.“**

Dr. Christian Walther  
Neurobiologe und Hospizhelfer

er mit Boudewijn Chabot erstmals 2010 beim Ernst Reinhardt Verlag veröffentlichte, setzt er sich mit dem Thema wissenschaftlich auseinander. Dass es 2021 bereits in der 6. Auflage erschienen ist, macht das Interesse an dem schweren Thema deutlich.

Anhand von Beispielen berichtete Walther, dass das freiwillige Sterbefasten sehr unterschiedliche Verläufe

nehmen kann. Es sei deshalb für den Sterbewilligen und die Angehörigen wichtig, sich mit den behandelnden Ärzten auszutauschen. Er vertritt die Meinung, dass es ärztliche Aufgabe sei, Patienten und Patientinnen beim Weg des Sterbefastens mit Rat und Tat beizustehen – denn das Sterbefasten ist mitunter kein einfacher Weg, um aus dem Leben zu scheiden, zumal der Verzicht auf Essen und Flüssigkeitszufuhr notwendig sei, wenn man den Sterbeprozess zeitlich begrenzen möchte. Diese letzte Lebensphase dauere dann etwa acht bis zehn Tage, wie aus einigen Studien hervorgehe. Es gebe allerdings wenig wissenschaftliche Erhebungen, da es sich beim Ster-

befasten immer noch um ein Tabuthema handele. Eine Frage aus dem Publikum lautete: „Soll man denn, wenn sich jemand zu diesem Schritt entschließt, nach dem Warum fragen?“ – „Auf jeden Fall sind ausführliche Gespräche zum gegenseitigen Verständnis wichtig“, so Walther. Zusätzliche Hilfe zur Klärung bietet die Website <https://sterbefasten.org>. An den Vortrag schlossen sich elf Workshops zu unterschiedlichen Themen rund um die letzte Lebensphase an.

**Wer die Hospize** ehrenamtlich oder finanziell unterstützen möchte, wendet sich am besten an eines der städtischen Hospize »hospiz-fanny-de-la-roche.de