



Hospiz Elias



## LETZTE HILFE

### ENTSTEHUNG

Die Idee eines Letzte Hilfe Kurses wurde von Georg Bollig erstmals 2008 im Rahmen seiner Master Thesis zum Master of Advanced Studies (MAS) in Palliative Care und Organisationsethik beschrieben.

Nach der ersten Beschreibung wurden die Idee und die Kurse auf zahlreichen Veranstaltungen und Kongressen präsentiert. Die ersten Letzte Hilfe Kurse gab es 2014 in Norwegen und 2015 in Deutschland und Dänemark.

### GESCHICHTLICHES

Bereits Henry Dunant, der Begründer der Internationalen Rotkreuz- und Rothalbmond-Bewegung hat Sterbenden auf dem Schlachtfeld von Solferino beigestanden. Dort leistete er sowohl Erste Hilfe, als auch Letzte Hilfe. In einem Bericht über die Arbeit von Henry Dunant nach der Schlacht von Solferino 1859 heißt es:

“ **Dunant versuchte nach besten Kräften zu helfen. Er kniete neben schwer Verwundeten, die ihn anflehten an ihrer Seite zu bleiben, bis zu ihrem letzten Atemzug, damit sie nicht alleine sterben sollten.** ”

(Buk-Swienty: Slagtebænk Dybbøl, Gyldendal; übersetzt aus dem Dänischen von G. Bollig)

## ERSTE UND LETZTE HILFE

Der Ersten und Letzten Hilfe ist eine humane Haltung und die Bereitschaft anderen Menschen in Not beizustehen gemeinsam. Beides kann aktiv geschehen wie zum Beispiel durch das Verbinden von Wunden und die Herz-Lungen-Wiederbelebung in der Ersten Hilfe. Aber auch Letzte Hilfe kann aktiv sein durch die Mundpflege, das Haltgeben bei Unruhe und Verwirrtheit, aber auch durch das Dasein angesichts schwieriger Situationen bei Sterbenden. Eine hinwendende Haltung und bürgerschaftliches Engagement bilden das gemeinsame Fundament von Erster und Letzter Hilfe.

## DEFINITIONEN VON ERSTE HILFE UND LETZTE HILFE NACH DR. BOLLIG:

### ERSTE HILFE

Maßnahmen zur Hilfe bei akuter Verletzung und Erkrankung mit dem primären Ziel, das Überleben der Betroffenen zu sichern.

### LETZTE HILFE

Maßnahmen zur Hilfe bei lebensbedrohlichen Erkrankungen mit dem primären Ziel der Linderung von Leiden und Erhaltung von Lebensqualität.



## DIE LETZTE HILFE-KETTE

Wissen um Palliative Care und Erkennung des Bedarfs



Allgemeine Palliative Care



Ambulante/Konsiliarische spezialisierte Palliative Care



Stationäre spezialisierte Palliative Care

## DER LETZTE HILFE-KURS

Die Kurse können kompakt an einem Abend, oder auf zwei Abende verteilt absolviert werden. Die Teilnehmer\*innen bekommen Ideen, wie Letzte Hilfe, also die Begleitung Schwerkranker und Sterbender am Lebensende aussehen kann.

Der Letzte Hilfe-Kurs ist in vier Module (je 45 Minuten) aufgeteilt:

- 1 Sterben ist ein Teil des Lebens
- 2 Vorsorgen und Entscheiden
- 3 Leiden lindern
- 4 Abschied nehmen vom Leben

Im Kurs wird über die Normalität des Sterbens als Teil des Lebens gesprochen, ebenso wird kurz über die Themen Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht informiert. Thematisiert wird das auf verschiedenen Ebenen auftretende Leiden als Teil des Sterbeprozesses und wie belastende Symptome gelindert werden können. Zudem wird darauf eingegangen, wie mit den schwereren, aber auch den leichteren Stunden umgegangen werden kann. Abschließend wird gemeinsam überlegt, wie auf gute Art Abschied genommen werden kann und besprechen Möglichkeiten und Grenzen. Wie auch bei der Ersten Hilfe soll die Letzte Hilfe Wissen zur humanen Hilfe und Mitmenschlichkeit in schwierigen Situationen vermitteln.