

# Meine Pflege will ich nicht nur anderen überlassen

**S**elbstbestimmung ist das gute Recht eines jeden Menschen. Dieses Recht gilt auch, wenn wir gebrechlich und pflegebedürftig werden und auf andere Menschen angewiesen sind.

Weil wir aber dann ohne fremde Hilfe nicht mehr zurecht kommen, nehmen sich diejenigen, die bereit sind, uns zu unterstützen, das Recht mitzuentscheiden, was für uns gut und richtig ist. Das führt dann schon mal zu Auseinandersetzungen. Aber gut, damit kann und muss man leben, denn die Zeit der Selbstständigkeit und damit die der uneingeschränkten Selbstbestimmung ist vorbei. Verbundenheit ist jetzt wichtiger als Autonomie. Man kann sich nicht immer durchsetzen, man wird als gebrechlicher Mensch auch zurückstecken müssen.

Was aber passiert, wenn wir nicht mehr in der Lage sind, unseren Willen verständlich zu äußern, unsere Wünsche und Vorlieben mitzuteilen oder sie durchzusetzen? Sei es, weil wir nicht mehr sprechen können, weil der Verstand nicht mehr mitspielt oder weil wir keine Kraft mehr haben.



Dann entscheiden andere für und über uns.

Damit wir nicht ganz dem Willen anderer Menschen ausgeliefert sind, können wir rechtzeitig in einer Patientenverfügung festlegen, wie wir medizinisch behandelt werden möchten, welche Grenzen wir setzen und ob unter bestimmten Voraussetzungen lebensverlängernde Maßnahmen unterlassen werden sollen und man uns sterben lässt.

Viele nutzen diese Möglichkeit, weil sie sich die Zeit des Siechthums nicht zumuten wollen. Sie wollen nicht mit Schmerzen oder ohne Bewusstsein dahinvegetieren, oder sie möchten nicht durch eine Magensonde künstlich ernährt werden. Das kann ich nachvollziehen.

Seltsamerweise nutzt aber so gut wie keiner sein Recht auf Selbstbestimmung für sein Wohlbefinden und die Lebensqualität bei Gebrechlichkeit und Pflegebedürftigkeit. Dabei kommt doch gerade in dieser Zeit der Abhängigkeit dem Wohlbefinden eine besondere Bedeutung zu.

Ich für meinen Teil will die Entscheidungen über mein Wohl und Wehe dann, wenn ich mich in andere Hände begeben habe, nicht ausschließlich den anderen überlassen. Zwar bin ich sicher, dass die meisten, die mich betreuen und pflegen, in guter Absicht handeln, jedenfalls nicht gedanken- oder gar gewissenlos. Aber aufgrund meiner über 40-jährigen Erfahrung mit der Pflege in Familien und Pflegeeinrichtungen wage ich zu bezweifeln, ob alle Entscheidungen, die zu meinem Wohle getroffen werden, in meinem Sinne sein werden.

Nehmen wir an, eine Betreuerin fragt mich, womit sie mir eine Freude bereiten kann, weil ich freud- und anteilslos in meinem Sessel sitze. Ich würde ihr gerne sagen, die größte Freude bestünde für mich darin, dass sie mich ungestört



dösen lässt und mich mit ihrer Frage erst gar nicht behelligen soll. Das kann ich ihr aber nicht mehr mitteilen, weil ich die passenden Worte nicht finde oder weil sich ein Nebel um meine Gedanken gelegt hat. Die junge Frau will das Beste, ist aber auf Vermutungen angewiesen, weil sie nirgendwo nachlesen kann, wie mein Lebensentwurf für die letzte Phase meines Daseins aussieht.

Woher soll sie wissen, dass ich Ruhe, Stille und Nichtstun der aktiven Teilnahme vorziehe, wenn ich diesen Wunsch nicht aufgeschrieben habe, als ich noch dazu in der Lage war.

Woher soll sie wissen, welche Schokoladensorte ich favorisiere, wenn sie es nicht nachlesen kann.

Also habe ich angefangen, meine Einstellungen sowie meine Vorlieben und Wünsche in einer Lebensverfügung niederzuschreiben. Eine Lebensverfügung ist – davon bin ich überzeugt – neben einer Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung eine sinnvolle Vorsorgemaßnahme.

Wie hilfreich eine Lebensverfügung sein kann, wurde mir während eines Aufnahmegespräches in einer Pflegeeinrichtung klar. Die Pflegedienstleiterin, die sich bei der Tochter nach dem Leben und den Gewohnheiten der dementen Mutter erkundigte, fragte nach dem Lieblingsgetränk der zukünftigen Bewohnerin.

„Kaffee“, gab die Tochter zur Antwort.

„Eine besondere Sorte?“ hakte die Pflegedienstleiterin nach, weil sie aus Erfahrung weiß, dass alte Menschen, die ihr anvertraut sind, je nach Stimmung mal lieber diese, mal jene Sorte Kaffee bevorzugen.

Darauf konnte die Tochter keine Antwort geben.

Sie wusste es nicht, und die Mutter hatte es nie für nötig befunden, ihre speziellen Vorlieben mitzuteilen.



Jetzt war es zu spät.

Es sind eher die kleinen Dinge, die eine besondere Bedeutung erhalten, wenn die Lebenskreise im Alter enger werden. Und die Bedeutung, die diese Kleinigkeiten haben, kann keiner – in diesem Falle nicht einmal die Tochter – wissen, wenn man sie nicht aufgeschrieben hat. Nach diesem Erlebnis habe ich mich gefragt:

- Was ist mir wichtig?
- Worauf kann ich schlecht verzichten?
- Was bereitet mir Lust, Freude?
- Was löst bei mir angenehme Schwingungen aus?
- Was bleibt von mir, wenn der Verstand nicht mehr im Vordergrund steht?

Das Ergebnis meiner Überlegungen kann nun jeder, in dessen Hände ich mich begebe und der mir ab und an eine Freude bereiten will, in meiner Lebensverfügung nachlesen.

