

HTPZETTEL

Newsletter des Homöopathisch Therapeutischen Praxis Zentrums

Liebe Leserin, lieber Leser

Rechtzeitig zum Jahresbeginn 2017 die neue Ausgabe des HTPZettels.

Frau **Monika Weber**, Ärztin im HTPZ möchte Ihnen im Artikel **Fieber - Fluch oder Segen**, die Angst vor dem Fieber nehmen, aber schreibt auch, wann Sie etwas unternehmen müssen.

Im **Interview** erzählt Ihnen **Dr. Robert Ködel** etwas von seinem Bauchgefühlen, dem Langstreckenlauf und der Zenmeditation und wie er dazu kam, einen seiner Schwerpunkte auf die begleitende Krebsbehandlung zu setzen.

Jetzt schon können Sie sich interessante **Vorträge für 2017** auswählen, wir haben alle für 2017 hier zusammengestellt.

Dr Jan Geißler stellt die 3. Auflage des "**Leitfadens Homöopathie**" vor, bei dem er als Herausgeber verantwortlich ist.

Milly Pfeleiderer hat für Sie wieder ein interessantes Buch gelesen - "**Frieden schließen mit Demenz**" - das sie beschreibt und empfehlen kann.

Viel Diskussionsbedarf der Ärzte und Therapeuten im HTPZ verursachte der Artikel über das **Sterben - Würde, Selbstbestimmung, Achtung - Leben**. Wir haben uns entschieden, trotzdem zu veröffentlichen.

Kennen Sie die abgebildeten **Pflanzen** in dieser Ausgabe? Am Ende des HTPZettels gibt es die Auflösung.



Fieber – Fluch oder Segen?

„Gebt mir die Kraft Fieber zu erzeugen und ich werde alle Krankheiten heilen“ Parmenides (540-480 v.Chr.)

Ganz so vermessen wäre heute wohl niemand mehr, aber was ist dran an diesem Satz?

In dieser Jahreszeit erreichen mich regelmäßig Anrufe von besorgten Eltern, deren Kinder Fieber haben. **Was ist so schlimm am Fieber?** Und was so wichtig, dass ich diesen Artikel schreibe und sich auch zahlreiche Studien mit diesem Thema befassen?

Definition: von **erhöhter Temperatur** spricht man ab 37,5°, **leichtes Fieber** beginnt bei 38° und

hohes Fieber bei 39,5° (rektal gemessen). Fieber scheint oft Angst auszulösen. Das ist meist nicht gerechtfertigt, Wachsamkeit würde genügen. Was ist die Ursache? Ist diese Besorgnis erregend? Was kann ich tun, um dem Patienten den Umgang mit dem Fieber zu erleichtern? Das wären angemessene Fragen!

Fieber gibt es nämlich fast schon immer – so kann sich die Evolution doch nicht irren! Zumal eine Temperaturerhöhung um 2-3° den Energieverbrauch um 20-30% erhöht!

Ein Blick ins Tierreich zeigt uns, dass wechselwarme Tiere eine Infektion eher überleben, wenn sie die Möglichkeit haben, einen warmen Ort aufzusuchen. **Die Zahl krankmachender Viren nimmt im Tier bei erhöhter Temperatur signifikant ab!** Und bei kontrollierten Infektionen überleben Tiere, welche mit Fieber senkenden Medikamenten behandelt wurden seltener als unbehandelte.

Beim Menschen scheint das genauso zu sein. Patienten mit Fieber überleben eine Sepsis (generalisierte Infektion) eher als solche ohne Fieber.

Aber auch auf unser Immunsystem hat das Fieber eindeutige Auswirkungen. Studien belegen eindeutig **„Jede Fieberepisode im 2. Lebenshalbjahr senkt das Asthma- und Allergierisiko deutlich! Je höher das Fieber, desto ausgeprägter der Effekt!** (Williams, J Allergy Clin Immunol 2005). Auch später ist Fieber noch sinnvoll bei der Unterstützung des Immunsystems, denn im Krebsforschungszentrum Heidelberg wurde festgestellt, dass eine erhöhte Häufigkeit von Infektionskrankheiten einhergeht mit einer reduzierten Wahrscheinlichkeit an Krebs zu erkranken (Abel, J Cancer Res Clin Onkol 1991). Ebenso senken durchgemachte Kinderkrankheiten, welche ja auch meist mit mehr oder weniger Fieber einhergehen, das Krebsrisiko – noch Jahrzehnte später!

Hiermit möchte ich nicht zu einem leichtfertigen Umgang mit Fieber aufrufen. Fieber ist die Reaktion des Organismus auf einen krankmachenden Auslöser, aber eben eine

„gesunde“ Reaktion, die ihm hilft, schneller wieder gesund zu werden. **Immunologische Prozesse** werden gefördert, wie zum Beispiel Zytokine ausgeschüttet. **Die zugrundeliegende Ursache sollte ggf. von einem Arzt festgestellt werden, insbesondere wenn das Fieber länger als 3 Tage anhält oder sich der Patient in einem schlechten Zustand befindet.**

Um den Patienten zu unterstützen sollte er Bettruhe einhalten. Er braucht Ruhe, Wärme nach Bedarf, Flüssigkeit wie zum Beispiel einen Tee aus Holunder- und Lindenblüten mit etwas Honig und Zitronensaft, jedoch Essen nur auf Verlangen und leichte Kost. Und dass liebevolle Zuwendung hilft, haben wir sicher auch schon mal erfahren!

Keine Sorge, das Fieber wird nicht höher als nötig ansteigen und ist bei zuvor gesunden Patienten ungefährlich. (Der Vollständigkeit halber hier die **Ausnahmen**: Frühgeborene, Säuglinge in den ersten 3 Lebensmonaten, Patienten mit Polytrauma oder Hirnblutung oder schweren Herzerkrankungen.)

Vor dem **Fieberkrampf** können Sie, liebe Eltern, Ihr Kind auch nicht durch Fiebersenkung schützen. Nach neueren Untersuchungen sind dafür – falls überhaupt erforderlich – nur andere Medikamente geeignet, nicht jedoch die klassischen Fiebersenker! Jedoch können Sie die Wahrscheinlichkeit des Auftretens durch einen Trick vermindern, nämlich bei jedem Fieber, bereits im Anstieg oder bei anhaltend hoher Temperatur, für warme Füße sorgen. Egal ob durch Fußbad oder Wärmflasche, der Patient wird sich obendrein entspannen und wohler fühlen.

Wenn das Fieber und die zugrundeliegende Krankheit überstanden sind, fühlt man sich oft wie verwandelt, wie neu geboren. Dann gönnen Sie dem Organismus doch bitte noch mindestens einen Tag Erholung, bevor Sie ihm wieder den „Alltagsstress“ zumuten, er wird es Ihnen danken!

Der Text stammt von Monika Weber

Interview

Wir stellen Ihnen in unserem Newsletter jeweils eine Kollegin oder einen Kollegen aus dem Homöopathisch Therapeutischen Praxis Zentrum (HTPZ) vor. In dieser Ausgabe lesen Sie das Interview mit **Herrn Dr. med. Robert Ködel**.

Kannst du für die, die dich nicht kennen, eine kurze Zusammenfassung deiner medizinischen Laufbahn, sagen?

Geboren 1958, aufgewachsen in München, Medizinstudium in Homburg (Saar), Wien, Würzburg und München, Ausbildung zum Facharzt für Allgemeinmedizin in bayrischen Kliniken und zwar in Kinderheilkunde, Innere Medizin und Chirurgie. Niedergelassen als homöopathischer Arzt seit 1988.

Das nenne ich mal richtig kurz, aber die interessantesten Aspekte in einer Person erfährt man ja auch erst durch die anderen Erlebnisse und Erfahrungen.

Ja genau, mit meiner beruflichen Laufbahn kann ich mal so einen Lebensweg abstecken, aber am Ende sagt es ja doch kaum bis nichts von einem aus. Viel wichtiger ist mir das, was mich bewegt hat oder heute bewegt.

Da starten wir doch gleich damit, was hat dich zur Homöopathie gebracht?

Da sehe ich Parallelen zu Samuel Hahnemann, dem Begründer der Homöopathie: Schon im Medizinstudium war ich wie er nicht so richtig zufrieden mit den Angeboten, die wir in den Vorlesungen und Praktikas vorgesetzt bekamen. Meine ersten alternativen medizinischen Berührungen hatte ich in meinem Wien-Studium. Ich ging da in die Vorlesungen des Akupunkturpapstes Johannes Bischko. Aber obwohl die Vorlesungen sehr interessant und kurzweilig waren, habe ich



mich bei der Akupunktur nicht heimisch gefühlt. Erst als ich in München Homöopathievorlesungen hörte, habe ich Feuer gefangen und meine Liebe zur Homöopathie gefunden. Noch als Student hatte ich deutschlandweit Homöopathiekurse belegt und war aktiv in einer Studentengruppe. Sich auf sein Bauchgefühl zu verlassen ist für mich nachhaltiger als Kopfentscheidungen. Obwohl meine ersten Berührungen mit der Homöopathie ca. 35 Jahre zurückliegen, habe ich die Entscheidung, diese Therapieform als Teil meines Lebensinhaltes zu sehen, nie bereut. Ich freue mich jeden Tag wieder, mit der Homöopathie meine Patienten in den verschiedensten Krankheiten und Krisensituationen erfolgreich zu helfen. Und obwohl ich ja so langsam in das Alter komme, wo man kürzer treten könnte und das Rentenalter so langsam am Horizont erscheint, plane ich doch eher, noch deutlich länger als

Arzt und Homöopath zu arbeiten.

Man merkt auch, wie viel Energie du hattest und hast. Du hattest ja einige Posten bei den homöopathischen Ärzten, wie konnte das neben deiner Praxisarbeit laufen?

Das frage ich mich heute auch (lacht). Wenn ich meinen damaligen Terminplan ansehe, hatte ich kaum ein Wochenende, an dem nicht irgendeine Veranstaltung war, meistens etwas mit Homöopathie. Ich war im Vorstand der bayrischen homöopathischen Ärzte, war bei der Homöopathieausbildung von jungen Ärzten beteiligt, hielt Vorträge im In- und Ausland und zum Schluss hatte ich unseren Ärzteverband auf Europaebene vertreten. Und dann hat sich berechtigterweise auch meine Frau beschwert, dass ich kaum noch Zeit für die Familie hätte. Inzwischen habe ich fast alle Funktionen abgegeben. Ich bin jetzt noch Prüfer in der Ärztekammer und halte noch ganz selten mal einen Vortrag.

Wie hältst du dich heute fit?

Für mich gibt es zwei Dinge, die mir Energie geben neben meiner Familie. Da ist zum einen das Laufen. Inzwischen mache ich zwar keine Marathonläufe mehr, aber ich laufe noch fast jeden Tag kürzere und längere Strecken bis 20 km mit meinem Hund.

Ein ganz wichtiger Aspekt in meinem Leben ist die Meditation geworden. Und da geht es mir genauso wie damals bei meiner Entscheidung für die Homöopathie: Aus dem Bauch heraus habe ich mich dazu entschlossen nach anfänglichen Zweifel, ob es was für mich ist. Dazu muss man wissen, dass ich aus einer Familie stamme, wo Leistung und Erfolg ganz wichtig genommen werden, für Dinge wie die Meditation gab es keinen Platz. Heute weiß ich, dass ich durch Meditation - ich praktiziere Zen-Meditation - sehr viele Einsichten auf Dinge des Lebens, der Gefühle und der

Emotionen bekommen habe, die ich ohne die Meditation nicht so erkennen könnte. Ich kann jedem nur empfehlen, sich mit einer Methode zu beschäftigen, bei der man sich mit sich auseinandersetzen kann. Das kann die Meditation sein, aber ebenso auch Yoga oder Autogenes Training und vieles anderes, was auch Antworten auf die verschiedensten Fragen des Lebens geben kann.

Du hast das Buch „Homöopathie in der Krebstherapie“ geschrieben und behandelst neben allgemeinmedizinischen Krankheiten wie Kopfweh, Neurodermitis, akute Erkältungen auch Schwerkranke mit Krebs. Wie kamst du dazu?

Da spielen das Thema Mitgefühl, meine eigene Unsicherheit und am Ende der Zufall eine wichtige Rolle. Mir taten die Schwerkranken leid, andererseits merkten die Patienten, dass ich mich bei meinen Behandlungsversuchen nie sicher fühlte, weil das Thema Krebs einerseits angstbelastet ist, andererseits ich viel zu wenig Ahnung von der schulmedizinischen Krebstherapie hatte. Sie blieben deshalb auch meistens bald wieder weg. Ich habe dann angefangen, mich intensiv mit der schulmedizinischen Krebstherapie auseinander zu setzen und habe auch alle verfügbaren Homöopathiebücher zu diesem Thema gelesen. Am Ende wollte es der Zufall, dass ich von einem namhaften Verlag angesprochen wurde, ob ich nicht eine Buch darüber schreiben möchte. Ich hatte inzwischen soviel an Material zusammengesammelt, dass ich den Auftrag annahm.

Heute kann ich Krebspatienten homöopathisch begleiten, nicht nur weil ich mir Wissensdinge angeeignet habe, sondern weil ich mich auch über Zen mit meiner Endlichkeit auseinandergesetzt habe. Davon können die meisten Krebspatienten profitieren.

Vorträge 2017

Insgesamt zehn Vorträge aus den verschiedensten Bereichen bieten wir Ihnen für 2017. Die Themen sind so vielfältig wie das Leben. In erster Linie können Sie von der Homöopathie mehr erfahren - immer zu einem Spezialgebiet der Referenten.

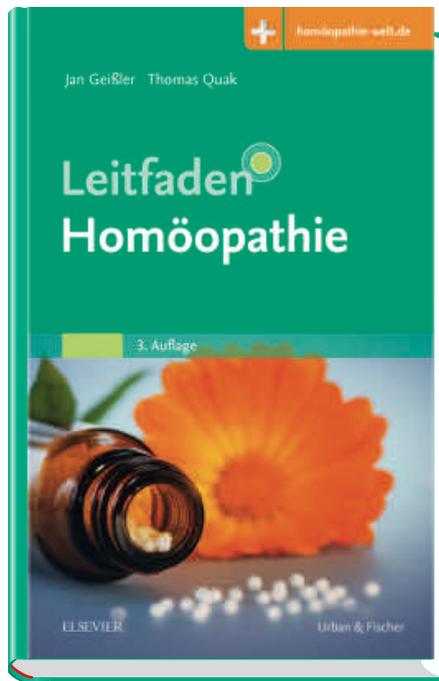
Wenn Sie vorab mehr Informationen benötigen, erfahren Sie Ausführlicheres im Vortragsflyer. Diese liegen im HTPZ aus, werden bei verschiedenen Aussendungen beigelegt und können im Internet abgerufen werden: **www.homtpz.de**

Alle Veranstaltungen sind am **Montag** und beginnen **um 19.30 Uhr**. Bitte melden Sie sich rechtzeitig an unter **089-552599-0**, die Teilnehmerzahl ist begrenzt, **der Eintritt ist frei**.



Datum	Thema	Referent
16.01.2017	Erfahrungen mit dem Tod, die Mut machen	Marion Ködel
13.02.2017	Gewaltfreie Kommunikation. Die Kraft der Empathie	Kathrin Angenendt
06.03.2017	Diagnose Krebs. Welche zusätzliche Behandlungen sind sinnvoll	Dr. Robert Ködel
20.03.2017	Mehrgenerationen-Perspektive in der Therapie - Was heißt das?	Milly Pfeleiderer, Dr. Kai Besserer
27.03.2017	Auf den Zahn gefühlt: „Störfaktoren in der homöopathischen Therapie“, wie sieht es damit wirklich aus?	Walter Schmitt (Apotheker der Enzianapotheke) Dr. Jan Geißler
25.09.2017	ADHS	Dr. Nikolaus Hock
09.10.2017	Langzeitverlauf einer Patientin mit bipolarer affektiver Störung	Dr. Stephan Gerke
16.10.2017	Zen-Meditation. Wege, sich selbst zu erkennen	Dr. Robert Ködel
23.10.2017	Auf den Zahn gefühlt: Wie werden akute Krankheiten bei Kindern und Erwachsenen homöopathisch behandelt?	Monika Weber Dr. Jan Geißler
20.11.2017	Frauengesundheit: Wechseljahrsbeschwerden muss das sein? Antworten aus der Homöopathie und ganzheitlichen Frauenheilkunde	Dr. Andrea Stadler

Leitfaden Homöopathie in der 3. Auflage erschienen



Nach der ersten Auflage 2005 und der 2. Auflage 2009 ist nun nach einer Menge Arbeit die 3. Auflage des Leitfadens Homöopathie im Elsevierverlag erschienen – worüber ich mich als Herausgeber und Mitautor sehr freue. Diese 3. Auflage ist eine komplette Überarbeitung seiner Vorgänger, die trotz mehr Information kompakter gestaltet werden konnte.

Mit seinen 1240 Seiten ist der Leitfaden ein umfassendes Lehrbuch für klassische Homöopathie in dem sich zu jedem Thema oder Stichwort nachlesen lässt.

Der Leitfaden Homöopathie ist unterteilt in:

- Theorie: behandelt werden unter anderem die Themen Geschichte der Homöopathie, wissenschaftliche Grundlagen, alle praktischen Aspekte der Arzneiverordnung, Verlaufsbeurteilung, Miasmenlehre, uvm.
- Praxis: Die homöopathische Behandlung von akuten sowie chronischen Erkrankungen wird von erfahrenen homöopathischen Ärzten ausführlich beschrieben. Zusätzliche Kapitel befassen sich mit den Aspekten der homöopathischen Behandlung bei psychiatrischen Erkrankungen, Krebserkrankungen sowie Impfnebenwirkungen.
- Materia Medica: die 100 häufigsten Arzneimittel werden ausführlich und prägnant beschrieben.
- uvm., z.B. ein Repertorium der sichtbaren und direkterfassbaren Symptome, ein Kapitel zu homöopathischen Forschungsansätzen und Studien, Gegenwartsströmungen in der Homöopathie.

(Bei Kauf der Printversion des Leitfadens erhält der Kunde außerdem gleichzeitig auch die Berechtigung für die digitale Version.)

Dr. Jan Geißler – HTPZ München

Jan Geißler, Thomas Quak

Leitfaden Homöopathie, 3. A.

1.240 Seiten, 28 Abb., 2-farbig

€ 79,99

ISBN 978-3-437-56353-9



Buchbesprechung: SABINE BODE

"FRIEDEN SCHLIESSEN MIT DEMENZ"

Sabine Bode, bekannt geworden durch ihre Bücher "Die vergessene Generation", "Nachkriegskinder" und "Kriegsenkel", in denen sie die Folgen des 2. Weltkriegs auf die Familienbeziehungen beleuchtet, hat ein ermutigendes Buch zum Thema Demenz geschrieben:

Durch Gespräche und Interviews mit Angehörigen, Pflegekräften und Pionieren in der Arbeit mit Demenzerkrankten hat sie versucht, Perspektiven aufzuzeigen, Demenz als gesellschaftliche Aufgabe zu sehen, die uns alle angeht.

"Meine Gespräche und meine Besuche in Alterseinrichtungen vermittelten mir vor allem eines: Es gibt unzählige gute Erfahrungen im Umgang mit Menschen mit Demenz. Wir haben es hier keineswegs mit einem unlösbaren Problem zu tun. Die Richtung ist bekannt. Wir müssen ihr nur folgen."

Bekannt ist, daß Ruhe, Zeit und Einfühlungsvermögen zentral sind, da es darauf ankommt, in der Begleitung und Pflege, die Bedürfnisse der Erkrankten zu erfassen, vor allem dann, wenn sie keine Sprache mehr haben und nicht mehr für sich selbst sorgen können.

Dement Menschen wollen emphatisch behandelt und nicht abgefertigt werden. Emotional sind sie oft hellwach.

Sabine Bode fragt:

"Was können wir Demenzpatienten geben, damit sie nicht in Leid und Apathie versinken?"

Was tun, damit sie sich weitgehend geborgen fühlen?"

Was mildert ihre Ängste, was tröstet sie?"

Die Autorin fordert auf, hinzuschauen, nicht zu resignieren, sondern sich einzusetzen für eine Gesellschaft, die lernt, besser mit Altersverwirrten umzugehen.

Verbesserungen und gute Pflege werden oft mit dem Argument der Bezahlbarkeit in Frage gestellt.

Dazu S.Bode: "60 Millionen Euro werden in Deutschland jährlich für die Pharmaforschung ausgegeben, und nur 6 Millionen gehen in die Pflegeforschung. Vielleicht wäre es humaner, die Mittel umzuschichten, geleitet von der Frage "

"Was brauchen Menschen mit Demenz?"

Ich fand das Buch sehr anregend und auch tröstlich !

Milly Pfeiderer, Therapeutin im HTPZ



Sterben - Würde, Selbstbestimmung, Achtung - Leben

Diesem Artikel ging eine lange Diskussion im HTPZ voraus, ob über das Thema selbstbestimmtes Sterben in besonderen Situationen im HTPZettel berichtet werden soll. Wir haben uns dann schließlich mehrheitlich dafür entschieden. Aber es geht in diesem Artikel von Angelika Kriegisch um viel mehr. Vielen Dank, Angelika für diesen sehr persönlichen Text. Entscheiden Sie selbst, ob Sie weiterlesen wollen!

Das Thema Tod und Sterben ist wie kein anderes Thema in unserem Leben präsent und zugleich in der abendländischen Kultur tabuisiert. Auch in unserem Team haben wir sehr kontrovers über die Veröffentlichung dieses Artikels in unserem Newsletter diskutiert.

Die Mehrheit hat sich dafür entschieden, weil es ein Thema ist, das sicher jedem in seinem Leben schon begegnet ist und uns alle beschäftigt. Jeder hat auch die Freiheit mit dem Thema umzugehen wie es für ihn gut ist: darüber zu sprechen oder es (bewusst) auszuklammern.

Mir haben die Erfahrungen in meinem Leben mit Sterben und Tod Mut gemacht darüber zu reden, meine Vorstellungen, Wünsche und Ängste zu teilen.



Dieser Artikel ist ein sehr persönlicher Bericht. Ich möchte Sie ermutigen über das Thema Sterben und Tod nach zu denken und darüber zu sprechen. Irgendwann kommt für uns alle der Tag, an dem wir diese Welt verlassen. Wir wissen den Tag nicht! Ist es da nicht besser sich darauf vor zu bereiten, indem wir uns Gedanken machen, mit anderen darüber reden und die Dinge zu erledigen, die uns wichtig sind, egal wie alt wir sind?

Als mein Mann(59) an Krebs erkrankte und im Sterben lag, erlebte ich, wie schwer es für ihn war los zu lassen. Eine bewusste

Entscheidung die künstliche Ernährung, die ihn eher belastete, zu beenden war ihm psychisch selbst in den letzten Tagen nicht möglich. Es hatte keine Auswirkung auf die Dynamik der Krankheit mehr, der Krebs war schneller.

Er wusste, dass er sterben wird, aber er sprach nicht darüber, regelte nichts. Seine, zumindest nach außen, nicht vorhandene Auseinandersetzung mit dem Sterben war für mich schwer auszuhalten. Aber letztlich blieb für mich nur der Weg der Akzeptanz und des für ihn Daseins bis zum letzten Atemzug. Er

war die letzten drei Wochen zuhause und konnte dort von uns liebevoll betreut werden. Auch für mich und die erwachsenen Kinder war das schön. Wir durften das Sterben trotz der schweren Erkrankung als natürlichen Prozess erleben und hatten auch nach dem Tod noch Zeit uns ganz individuell zuhause zu verabschieden. Es war gut.

Für einen anderen Weg hatte sich eine Freundin(65) entschieden. Sie fragte mich, ob ich sie auf ihrem Weg in die Schweiz, zusammen mit ihrem Mann, zu einem begleiteten Freitod begleiten würde . . . Sie litt an einer seltenen, tödlich verlaufenden, derzeit noch nicht behandelbaren Erkrankung. Sie wollte am Ende nicht gefangen sein in ihrem Körper, nicht mehr in der Lage zu kommunizieren und ihren körperlichen Verfall trotzdem bei vollem Bewusstsein erleben müssen.

Ich habe miterlebt, wie sich der Zustand meiner Freundin zunehmend verschlechterte. Sie bekam keine Luft, konnte sich kaum mithilfe eines Rollators und mit Gehschienen fort bewegen, war nach spätestens einer halben Stunde so erschöpft, dass sie sich hinlegen musste. Sie konnte sich kaum noch verständlich machen, da ihr das Sprechen immer schwerer fiel. Jede Lebensfreude war aus der früher so aktiven Frau verschwunden. Ihre größte Angst war es, sich nicht mehr bewegen, nicht mehr sprechen zu können und (trotz Beatmungsgerät)qualvoll zu ersticken. Therapien und Medikamente verbesserten ihren körperlichen Zustand und ihre Stimmung nicht. Wie auch, mit der Vorstellung, bald qualvoll zu sterben?!

Ihr Mann, der jeden Tag erlebte, wie es ihr schlechter ging, konnte ihre Entscheidung akzeptieren, auch wenn oder gerade weil er sie liebte. Er wollte mir ihr seinen Lebensabend verbringen und nun musste er sie loslassen. Dem Sohn, einem Mediziner fiel es schwerer

den Weg seiner Mutter anzunehmen. Schließlich respektierte aber auch er ihren Wunsch.

Nach dem ersten Schock, als meine Freundin ihre Diagnose vor 1 1/2 Jahren erfuhr, informierte sie sich, begab sich in verschiedenste Behandlungen, von Fachärzten bis zu Heilern. Ihr Zustand verschlechterte sich trotzdem zunehmend.

Schließlich wollte sie selber über ihr Leben bzw. ihren Tod entscheiden, solange ihr das noch möglich war. Hätte ich ihr das ausreden oder verwehren können? Sie hatte ihre Entscheidung in langer Auseinandersetzung getroffen. Sie wollte das, was sie unter Würde und Autonomie versteht, nicht verlieren. Das Letzte was ihr noch blieb!!

Selbst wenn ihre Familie ihren Schritt nicht gebilligt hätte, hätte das nichts an ihrer Entscheidung geändert. Also begleitete ich sie auf ihrem Weg, hörte zu, war da, wenn sie mich brauchte!

Ich konnte ihre Entscheidung zum damaligen Zeitpunkt verstehen. Es ging nicht darum, ob ich es richtig oder falsch finde. Meine Aufgabe war, es zu respektieren und zu achten, so wie auch ich in jeder meiner Entscheidungen geachtet werden möchte. Nachdem sie die Unterlagen in die Schweiz geschickt hatte, musste sie hören, dass es drei Monate bis zum Termin dauert. Das hat ihr wohl alle Energie genommen. Ein paar Tage später starb sie zuhause. Das war sicher der leichtere Weg für alle und es war gut so.

Mir wird immer deutlicher, wie unterschiedlich jeder Mensch mit dem Thema Sterben, Tod, Würde und Selbstbestimmung umgeht. Diejenigen, die es mittelbar betrifft, wie Familie und Freunde haben die Aufgabe zuzuhören und da zu sein, das Recht auf Autonomie zu achten.

Wir sind gefordert die Entscheidung des

kranken oder alten Menschen, egal wie sie ausfällt, zu akzeptieren, wenn diese einem Prozess der Auseinandersetzung folgt, im Rahmen einer Patientenverfügung oder einer bewussten Entscheidung. Auch die Verweigerung der Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme bei todkranken oder alten Menschen, wie ich sie oft erlebt habe, gehört dazu. Unsere Aufgabe ist es in Liebe und Achtung da zu sein, soweit uns das möglich ist, ohne uns zu überfordern. Wir alle sind unterschiedlich. Der eine kämpft bis zum Schluss, der andere will dies nicht oder hat, trotz aller Unterstützung, keine psychische und/oder physische Kraft mehr.

Es gibt viele Fragen, die mich immer wieder in meinem Leben beschäftigen.

Selbstbestimmung, Autonomie und Würde sind zwei unserer Grundrechte, genauso wie der Schutz des Lebens!

Ist unsere Autonomie weniger wert als der Erhalt jeglichen Lebens?!

Hat der Umgang mit dem Sterben in unserer Gesellschaft einen Einfluss auf die individuelle Einschätzung und unser ganz persönliches Verständnis von Würde und Selbstbestimmung? Was will ich für mich persönlich? Was möchte ich regeln?

In vielen Fällen ist sicher eine Entscheidung für das Leben und ein begleitetes Sterben in einem Hospiz, Krankenhaus oder Zuhause möglich und auch gut. Optimale Versorgung von schwerstkranken und alten Menschen, eine umfassende palliative Versorgung dürfen aber genauso wenig wie der begleitete Freitod in Deutschland eine Frage des Vermögens sein.

Wichtig ist es unser ganz persönliches Lebensende wieder in unser Bewusstsein zu holen, damit wir natürlich und würdevoll mit diesem Thema umgehen können. Jeder einzelne für sich und auch unsere Gesellschaft im gesamten, sollten sich damit auseinander setzen, was die Würde und den Wert eines Menschen ausmacht.

Kommen wir wieder ins Gespräch über dieses Lebensthema, jetzt! Dann verliert es seinen Schrecken. Wenn der Tod anklopft ist es manchmal schon zu schwer.

Sie können mir gerne Ihre Gedanken zu diesem Thema mitteilen unter ptpraxiskriegisch@t-online.de



Wussten Sie welche Pflanzen im HTPZettel waren?

Seite 1: **Aconitum napellus** (Sturmhut): Ein homöopathisches Mittel, bei hohem stürmischen Fieber.

Seite 6: **Winterling**, warten Sie noch bis Ende Januar, dann spitzen die ersten unter der Schneedecke heraus.

Seite 7: Eine **Mandel**, noch in Hüllen.

Seite 8: **Lycopodium clavatum** (Bärlapp): Eine unscheinbare Pflanze, eine der wichtigsten homöopathischen Mittel.

Seite 10: Unterfränkische **Weintraube**, schmeckt auch ungekeltert.