

## Hunger und Durst am Lebensende

- nehmen in ihrer Bedeutung als Regularien zur Lebenserhaltung ab und können im Nichtvorhandensein als erste Anzeichen der Sterbephase gedeutet werden
- Hunger erlischt eher als Durst
- können in der Selbstwahrnehmung des Sterbenden sehr unterschiedlich sein
- Durstgefühl kann eher lokal gelindert werden als durch Flüssigkeitszufuhr
- das Nichttäufern bzw. Ablehnen von Essen und Trinken löst bei Angehörigen oft große Ängste aus und kann zu Überaktivität führen
- natürliche Dehydratation kann dem Körper helfen, körpereigene schmerzlindernde Stoffe zu bilden

*„Menschen sterben nicht, weil sie nicht essen, sondern sie essen nicht, weil sie sterben.“  
(Ciceley Saunders, Begründerin Hospizbewegung und Palliative Care)*

## Grundsätze der Bundesärztekammer zur ärztlichen Sterbebegleitung

„Unabhängig von anderen Zielen der medizinischen Behandlung hat der Arzt in jedem Fall für eine Basisbetreuung zu sorgen. Dazu gehören u. a.: menschenwürdige Unterbringung, Zuwendung, Körperpflege, Lindern von Schmerzen, Atemnot und Übelkeit sowie Stillen von Hunger und Durst. (...) Die Hilfe besteht in palliativmedizinischer Versorgung und damit auch in Beistand und Sorge für Basisbetreuung. Dazu gehören nicht immer Nahrungs- und Flüssigkeitszufuhr, da sie für Sterbende eine schwere Belastung darstellen können. Jedoch müssen Hunger und Durst als subjektive Empfindungen gestillt werden.“

## Mundpflege

- heisst nicht zwingend, in den Mund einzudringen
- kann einen Eingriff in die Intimsphäre bedeuten
- darf niemals mit Gewalt geschehen
- bedarf immer der Zustimmung des Betroffenen
- braucht Sensibilität, Rücksicht, Phantasie und Fachwissen
- erfordert eine möglichst gute Kenntnis von Vorlieben oder Gewohnheiten des Betroffenen
- spielt sich in einem der sensibelsten Bereiche des Körpers ab
- trägt bei zur Erhaltung oder Verbesserung von Lebensqualität und fördert oder erhält in erster Linie das Wohlbefinden

**Der Patient** fühlt sich besser; verbindet mit der Mundpflege ein angenehmes Gefühl; erfährt Zuwendung, Nähe, Zärtlichkeit; fühlt sich mit seinen Problemen ernstgenommen und behält die Entscheidungsfreiheit über den Intimbereich Mund.

**Die Angehörigen** können lernen, Mundpflege durchzuführen, wenn gewünscht; werden in ihren Möglichkeiten unterstützt, Grenzen auszudrücken, eigene Gefühle zu reflektieren; lernen, sich mit veränderter Rolle auseinander zu setzen; erkennen den Wert ihres Handelns für den Betroffenen; können Nähe und Zärtlichkeit geben; fühlen sich möglicherweise weniger hilflos.

**Die Pflegenden** erkennen Symptome und mögliche Ursachen; wissen um Ressourcen; formulieren Maßnahmen und führen die Mundpflege durch.

## Zahnpflege

Die Zähne jeweils nach dem Essen mit einer weichen Zahnbürste putzen und regelmäßig die Zahnprothese reinigen. Der Mund soll regelmäßig gespült werden (vor und nach dem Essen zur Erfrischung und Anregung der Speicheldrüsen). Wenn das Zähneputzen nicht mehr möglich ist, mit Baumwolltupfer oder evt. auch Watteträger mit großem Kopf die verbliebenen Speisereste entfernen, abschließend trockene Lippen einreiben.

## Anwendungen

WOBEI	WODURCH	WAS / WIE
Mundtrockenheit	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ verminderte Speichelsekretion</li> <li>▪ Mundschleimhauterkrankungen</li> <li>▪ starke Verdunstung von Speichel</li> <li>▪ tumorbedingt</li> <li>▪ Medikamenten Nebenwirkung</li> <li>▪ Dehydratation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Zitronenöl über Aromalampe</li> <li>▪ Befeuchten der Raumluft</li> <li>▪ Saure Drops</li> <li>▪ Gefrorenen Ananas in Mund geben</li> <li>▪ Saure Tees (Hagebutte, Malve)</li> <li>▪ Eiswürfel in allen denkbaren Geschmackrichtungen</li> <li>▪ Synthetischer Speichersatz</li> <li>▪ Mundspülungen oder Auswischen des Mundes (Tee oder Wasser)</li> <li>▪ Sprühen von kalten Flüssigkeiten mittels Zerstäuber</li> </ul>
Mundgeruch	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Tumorzerfall im Mund- und Rachenraum</li> <li>▪ Absonderung Tumorsekret</li> <li>▪ Infektionen (auch Soor)</li> <li>▪ Blutungen</li> <li>▪ Erbrechen</li> <li>▪ mangelnde Mundhygiene</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Regelmäßige Zahnhygiene</li> <li>▪ Mundspülungen (Tee)</li> <li>▪ Chlorophyll-Dragees</li> <li>▪ medikamentöse Behandlung</li> </ul>
Lippenpflege		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Jojoba-Öl mit Orange</li> </ul>
Borken und Beläge	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ entzündliche Prozesse</li> <li>▪ Tumorwachstum im Mund- und Rachenbereich</li> <li>▪ mangelnde Mundhygiene</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ gefrorene Butterflöckchen</li> <li>▪ kleinste Vitamin-Brausetabletten in Wangentasche</li> <li>▪ kohlenstoffhaltiges Mineralwasser</li> <li>▪ gefrorene Ananasstücke</li> </ul>

WAS	WOZU	WIE
Kamillen-Tee	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ antientzündlich</li> <li>▪ antibakteriell</li> <li>▪ beruhigend</li> <li>▪ schmerzlindernd</li> </ul>	1-2 TL Blüten mit 150 ml Wasser überbrühen > 10 min ziehen lassen > abkühlen
Salbei-Tee	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ antibakteriell</li> <li>▪ fungistatisch</li> <li>▪ virostatisch</li> <li>▪ austrocknend (!)</li> </ul>	1-2 TL Blätter mit 150 ml Wasser überbrühen > 3 min ziehen lassen > abkühlen
Thymian-Tee	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ durchblutungsfördernd</li> <li>▪ antibakteriell</li> <li>▪ fungizid</li> <li>▪ desodorierend</li> </ul>	1-1,5 TL Blätter mit 150 ml Wasser überbrühen > 3 min ziehen lassen > abkühlen
Ringelblumen-Aufguss	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ desinfizierend</li> <li>▪ abwehrsteigernd</li> </ul>	1 TL Blüten mit 150 ml Wasser überbrühen > 5-10 min ziehen lassen > abkühlen

### Problematische Mundpflege – was tun?

Bei Verwirrtheit, Bewusstlosigkeit, Aspirationsgefahr, eingeschränkter Motorik, Aggressivität, Verweigerung o. ä. gilt immer: Die Würde des Menschen ist unantastbar!