

Fachmodul Totenfürsorge – Notizen zur Einheit 1

14. Oktober 2023

Umriss: Totenfürsorge im Trauerprozess

Die ersten Stunden und Tage nach dem Tod sind der Teil des Abschieds vom toten Körper, der noch nah am Leben ist, in dem der Körper ganz am Anfang sogar noch warm ist und erst langsam abkühlt. Die Wirklichkeit des Todes ist auf sehr besondere Weise erfahrbar. Das macht diese Zeit für viele Trauernde so wichtig. Es beginnt eine Zeit der „letzten Male“, die eine besondere Kraft haben. Dazu kann (muss aber nicht) die körperliche Fürsorge gehören: eine*n Verstorbene*n zu waschen, zu kleiden und zu betten. Es gibt keine festgeschriebenen und allgemein verbindlichen Regeln, ob und wie man einen verstorbenen Menschen waschen und kleiden muss. Für viele Zugehörige ist es aber eine hilfreiche Vorstellung, ihre*n Verstorbene*n für die letzte Reise vorzubereiten. Was das genau bedeutet, hängt natürlich von den Trauernden, ihren Vorstellungen vom Leben und vom Tod und ihrem Bild vom verstorbenen Menschen ab. Der eine Mensch möchte seinen Verstorbenen im schwarzen Anzug und perfekt rasiert in den Sarg gebettet sehen, jemand anderes ihre Tote vielleicht in ihrem Lieblingsbademantel oder einfach nur in ein Tuch gehüllt. Auch wie und ob man Verstorbene wäscht, kann man selbst entscheiden. Manche Menschen schwitzen in ihrem Sterbeprozess sehr oder werden anderweitig schmutzig, weil sie sich übergeben oder bluten. Auch religiöse Überlegungen können eine Rolle spielen. Aber auch ohne explizite Bindung an eine Religionsgemeinschaft haben Menschen meistens eine Vorstellung darüber, was richtig ist, um ihre Toten zu versorgen.

Menschen sterben an sehr verschiedenen Orten, sehr verschieden gekleidet, ihre Todesumstände sind sehr unterschiedlich. Es gibt weder eine technische noch rechtliche Notwendigkeit, Verstorbene zu waschen oder zu kleiden oder sie auf irgendeine andere Weise zu versorgen. Wir verstehen unter Totenfürsorge nicht nur Waschen, Kleiden, Betten, sondern alle Handlungen, die der (praktischen und symbolischen) Fürsorge für den toten Körper dienen. In diesem Sinne wäre es Totenfürsorge, eine Blume in eine Schlucht zu werfen, in der der unbergbare Körper einer*s Toten liegt. Das Abwaschen des Körpers im Rahmen einer staatsanwaltlich angeordneten Obduktion hingegen wäre keine Totenfürsorge, weil es hier um Strafverfolgung und nicht um symbolische Fürsorge für Verstorbene geht.

Totenfürsorge ist eine rituelle, soziale und symbolische Handlung. Deshalb kann sie auch sehr unterschiedlich sein, je nach dem wer gestorben ist und wer trauert. Es geht darum, sich um den Verstorbenen in seiner Körperlichkeit ein letztes Mal zu kümmern.

Totenfürsorge ist auch eine praktisch pflegerische Handlung. Konkret bedeutet das Waschen, Wunden versorgen, Anziehen, in den Sarg betten. Ein wichtiges Prinzip, mit dem wir arbeiten, ist, sie möglichst alltagsnah und möglichst wenig invasiv zu machen.

Zusätzlich sind alle Handlungen der praktischen und symbolischen Fürsorge willkommen. Von Einölen, Nägel lackieren, Blumen oder sonstige Gegenstände begeben, Musik vorspielen oder Zwiegespräche führen, die Wünsche der Zugehörigen oder der Verstorbenen geben die Richtung vor.

Methode I: Wie leite ich eine Totenfürsorge an?

Realisieren und Wirklichkeit des Todes – Stabilisieren und Überleben –

Verbundenheit: auf diesen drei Facetten passiert bei einer Totenfürsorge oft besonders viel – auch wenn die anderen Facetten natürlich auch da sind. **Deuten und Einordnen** z.B. bei der Frage, welche Kleidung ausgewählt wird. Für **Gefühle und Empfindungen** kann eine Totenfürsorge ein besonders stabilisierender und haltender Rahmen und Raum sein.

Schließlich sollen die Erfahrungen, die Zugehörige in dieser Zeit machen, hilfreich sein für ihre **Entwicklung und Anpassung** im Trauerprozess. Wir laden Zugehörige immer dazu ein, die Totenfürsorge mit uns zu machen. Hierbei nutzen wir unzählige Elemente der Trauerbegleitung. Begonnen bei einer praktischen Unterstützung durch das Geben transparenter Informationen, die Vorbereitung auf die Veränderungen des Todes. Wir achten auf Pausen, um Gefühlen die nötige Anerkennung zu ermöglichen und fragen nach Bedürfnissen. Das Ermutigen von eigener Gestaltung trägt maßgeblich zur Selbstwirksamkeit bei. Angstfrei und freundlich begegnen wir den Verstorbenen. Den Tod begreifbar zu machen, eine Verbundenheit dazu aufzubauen, manchmal auch nur durch das Berühren des Sarges – das ist das Ziel einer Totenfürsorge.

Zu Beginn nehmen wir uns Zeit, um Zugehörigen ein Ankommen in der Situation zu ermöglichen. Einzelne Berührungen, die Geschichte zur Kleidung können helfen, um das „Eis“ zu brechen. Dann leiten wir Schritt für Schritt durch das Versorgen, das Waschen, das Anziehen und das Einbetten, beziehungsweise Anordnen der Beigaben. Hierbei halten wir immer wieder inne, hören zu, fragen nach und nehmen wahr. Am Ende lassen wir wieder Zeit, um dem Abschiednehmen Raum zu geben, hierbei kann es auch förderlich sein, die Verstorbenen und Zugehörigen gemeinsam für ein paar Minuten allein zu lassen.

Methode II: Stellvertretende Totenfürsorge

Sollten die Zugehörigen nicht teilnehmen wollen, sammeln wir Informationen darüber, was wir beachten sollen, auch Geschichten über Kleidung und Gegenstände sind hilfreich. Im Anschluss erzählen wir von der Totenfürsorge und versuchen Verbundenheit zu den Toten, sowie zwischen den Toten und den Zugehörigen aufzubauen. Dies trägt zu einer vertrauensvollen Begleitungsarbeit bei.

Infrastruktur I: Was wird für eine Totenfürsorge benötigt?

Einen **Ort**, der Zugang zu Wasser hat, ob direkt am Sterbebett **zu Hause oder in Pflegeeinrichtungen**, auf einem Waschtisch in einem Versorgungsraum **bei Bestatter*innen** oder im Sarg im Abschiedsraum **am Friedhof** ist flexibel den Umständen und Gegebenheiten anzupassen. Angenehmes Licht, frische Luft und niedrige, aber für uns Lebende angenehme Temperaturen sind der Idealfall.

Der **zeitliche** Rahmen bedingt sich auch durch die Todesumstände. Grundsätzlich empfiehlt es sich, die Totenfürsorge so zeitnah wie möglich zu machen. Für eine Fürsorge sollte **mindestens eine Stunde Zeit** sein, mit Zugehörigen **besser zwei bis drei Stunden**, um genügend Ruhe zum Geschichten erzählen und Zuhören zu haben.

Infrastruktur II: Wichtiges Material

Die Kleidung und die ausgewählten Gegenstände der Zugehörigen

Eine Waschschüssel, eine flache Schüssel und eine Tasse, Gießkanne oder einen kleinen Krug zum Haare waschen

Handtücher (zum Unterlegen und Abtrocknen) und Waschlappen: Es ist sinnvoll, mehrere Handtücher und Waschlappen zu haben. Man kann ganz normale Handtücher und Waschlappen aus Stoff nehmen, man kann aber auch Einmalwaschlappen verwenden.

Seife, Duschcreme und/oder Shampoo

Handschuhe, Desinfektionsmittel

Nackenstütze

Feuchttücher, Küchenrollen, Wattestäbchen

Eine Einlage für die Unterhose oder einen Inkontinenz-Pant, für den Fall, dass sich Blase oder Darm während des Versorgens und Anziehens noch weiter entleeren.

Einen Rasierer, Körperöl oder Creme, Haarbürste bzw. Kamm, eine Nagelschere, eine Feile oder einen Knipser für die Fingernägel, eventuell auch Nagellack, Parfüm

Praktisch Pflegerisches: die Technik

Um einen verstorbenen Menschen zu waschen und anzukleiden, sollte man mindestens zu zweit sein. Eine dritte oder vierte Person ist aber oft hilfreich.

Man kann einen Verstorbenen mit Waschlappen und einer Wasserschüssel in seinem Bett waschen. Dazu kann man Handtücher unterlegen, damit das Bett nicht nass wird oder, wenn man viel Wasser benutzen möchte, auch noch eine Malerfolie. Die kann man nach dem Waschen wieder entfernen. Die Wassertemperatur richtet sich am besten nach dem Empfinden der Lebenden, damit sie sich auf ihr Tun konzentrieren können und nicht durch kalte Finger abgelenkt werden.

Als Bestattende hat man oft einen Waschtisch zur Verfügung, auf dem man Tote auch duschen kann.

Die Haut von Toten ist oft empfindlicher als die von Lebenden. Aber das spürt und sieht man sehr schnell und kann dementsprechend sanft waschen. Wenn man einen verstorbenen Menschen rasiert, ist es auch gut, dieses möglichst sanft zu machen, denn die kleinen Hautverletzungen, die dabei entstehen, heilen ja nicht mehr. Man braucht keine speziellen Pflegeprodukte und kann ganz normales Duschgel, Haarshampoo oder Seife benutzen. Auch Hautöl oder Creme kann man verwenden, allerdings zieht sie nicht mehr ein, wie auf der Haut von Lebenden, also ist es wichtig, viel weniger zu verwenden.

Verstorbene sind nicht giftig, auch wenn Infektionen, die sie als Lebende hatten, natürlich weiterbestehen können. Es sind also nicht mehr Schutzmaßnahmen als vor dem Tod notwendig. Es ist sinnvoll, beim Waschen und Säubern Handschuhe zu tragen und wenn man möchte, auch einen Schutzkittel.

Verstorbene, die im Krankenhaus in der Pathologie waren, können dort mit allen möglichen Keimen in Kontakt gekommen sein, deshalb ist es sinnvoll, in diesem Fall zumindest Gesicht und Hände (wo Zugehörige auch ohne Handschuhe anfassen und küssen würden) beim Waschen auch zu desinfizieren.

Beim Ankleiden ist es gut, möglichst wenig Druck auf den Bauch auszuüben, damit der Inhalt von Darm und Blase bleibt, wo er ist. Bei einer engen Hose kann man vielleicht den obersten Knopf offenlassen oder hinten die mittlere Naht ein paar Zentimeter auftrennen, dann geht auch das Anziehen leichter. Bei der Technik des Ankleidens gibt es aber keinen prinzipiellen Unterschied, ob man einen toten oder einen lebenden Menschen, der das nicht selbst kann, ankleidet. Es ist natürlich einfacher, locker sitzende oder dehnbare Kleidung anzuziehen, als z.B. eine enge Jeans.

Um zum Beispiel einen Pulli anzuziehen, schieben wir unsere Hände durch das Ende der Ärmel zum unteren Rand des Pullis, nehmen dann mit unserer Hand die Hand der Verstorbenen und streifen so den Pulli über. Wenn der Pulli über den Kopf gezogen wird, muss eine Person den Kopf der Verstorbenen an beiden Seiten stabilisieren.

Bei einer Hose beginnen wir auch mit unserer Hand von unten durch das Hosenbein, nehmen mit der Hand den Fuß der Toten und streifen die Hose nach oben. Sobald wir den Hosenboden hochziehen möchten, müssen wir beginnen, die Verstorbene von Seite zu Seite zu drehen. Dafür stellen wir uns seitlich zur Verstorbenen und legen eine Hand auf die Unterseite des gegenüberliegenden Schulterblattes, die andere Hand auf die Unterseite des

gegenüberliegenden Hüftgelenkes. Dann lehnen wir uns zurück und kippen dadurch die Person zu uns, schützen dabei unseren Rücken, indem wir unsere Bauchmuskeln anspannen. Dann kann erst eine Seite der Hose hochgezogen werden, danach die andere Seite.

Wir freuen uns auf euch in der nächsten Einheit!

Yvonno und Jan



