

SWR2 Tandem

Nichts mehr essen, nichts mehr trinken

Christiane zur Nieden begleitete das Sterbefasten ihrer Mutter

Das Gespräch führt Almut Engelien

Sendung: Donnerstag, 18. Mai 2017, 10.05 Uhr

Redaktion: Petra Mallwitz

Produktion: SWR 2017

Bitte beachten Sie:

Das Manuskript ist ausschließlich zum persönlichen, privaten Gebrauch bestimmt. Jede weitere Vervielfältigung und Verbreitung bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Urhebers bzw. des SWR.

Service:

SWR2 Tandem können Sie auch als Live-Stream hören im **SWR2 Webradio** unter www.swr2.de oder als **Podcast** nachhören:
<http://www1.swr.de/podcast/xml/swr2/tandem.xml>

Mitschnitte aller Sendungen der Redaktion SWR2 Tandem sind auf CD erhältlich beim SWR Mitschnittdienst in Baden-Baden zum Preis von 12,50 Euro.
Bestellungen über Telefon: 07221/929-26030
Bestellungen per E-Mail: SWR2Mitschnitt@swr.de

Kennen Sie schon das Serviceangebot des Kulturradios SWR2?

Mit der kostenlosen SWR2 Kulturkarte können Sie zu ermäßigten Eintrittspreisen Veranstaltungen des SWR2 und seiner vielen Kulturpartner im Sendegebiet besuchen. Mit dem Infoheft SWR2 Kulturservice sind Sie stets über SWR2 und die zahlreichen Veranstaltungen im SWR2-Kulturpartner-Netz informiert.
Jetzt anmelden unter 07221/300 200 oder swr2.de

TRANSKRIPT

Almut Engeli:

Christiane zur Nieden, es ist jetzt sechs Jahre her, dass Sie das Fasten Ihrer Mutter, bis zum Tod der Mutter, begleitet haben, ein Sterbefasten. Wenn Sie heute an diese dreizehn Tage vor sechs Jahren denken, mit welchen Gefühlen denken Sie daran?

Christiane zur Nieden:

Im Grunde mit wunderbaren Gefühlen, es war eine schöne, eine bewegende Zeit. Wir haben viel zusammen gelacht, wir haben auch viel zusammen geweint, aber es gehört mit zu den dreizehn wichtigsten Tagen, die ich in meinem Leben bisher verlebt habe, die ich nicht missen möchte, weil es so in Harmonie ablief. Es war ein schönes, ein gelungenes Sterben, wenn man Sterben als gelungen oder glücklich bezeichnen kann.

Almut Engeli:

Ihre Mutter war achtundachtzig Jahre alt und sie war ja nicht sterbenskrank. Also sie hatte keinen Tumor, sie war in keiner sehr schlimmen Phase. Warum wollte Ihre Mutter sterben?

Christiane zur Nieden:

Meine Mutter hatte viele Gebrechen und sie hatte seit siebenundzwanzig Jahren Kunsthüften beidseitig und die wurden ihr damals eingesetzt mit der Maßgabe, dass es zehn bis fünfzehn Jahre hält, aber sie hatte sie siebenundzwanzig Jahre, sicher dadurch, dass sie so schlank war und so viele Übungen immer im Bett gemacht hatte, hat sie das so lange ausgehalten. Aber im Grunde ging zum Schluss weder laufen noch stehen, noch langsames gehen, noch bücken, im Bett nur noch auf dem Rücken liegen. Also sie war ganz eingeschränkt und konnte im Grunde ihren Alltag nur noch unter größten Mühen und Schmerzen schaffen. Und sie brauchte mich für alles, sie konnte nicht lange sitzen, sie hatte Magenschmerzen tagsüber, besonders nachts, wenn sie nicht gegessen hatte, obwohl sie Morphiumpflaster hatte. Mein Mann, der war ihr Hausarzt, hatte ihr das verschrieben, aber auch trotz dieses Schmerzpflasters war es einfach für sie im Grunde zum Schluss unerträglich. Sie hatte im Grunde viele Gebrechen, sie sagt immer: „Wenn man die alle zusammenzählt, bin ich doch auch schwerstkrank.“ Und sie hat einfach auch die letzten Jahre sich verweigert sich diagnostisch untersuchen zu lassen, weil sie einfach sagte: „Und selbst wenn ich was hätte und wenn jetzt was rauskäme, ich würde nichts mehr machen lassen.“

Almut Engeli:

Wie kam das dann, also wie ging dieser Prozess los? Hat Ihre Mutter eines Tages gesagt, „das war es jetzt, ich möchte sterben“, oder wie war das?

Christiane zur Nieden:

Ich hatte sie einen Tag vor Rosenmontag zu uns geholt und...

Almut Engeli:

Sie wohnte ganz bei Ihnen in der Nähe.

Christiane zur Nieden:

Sie wohnte ungefähr zweihundert Meter entfernt von uns, wir hatten extra da sie in eine Wohnung geholt, damit wir sie ganz nah hatten. Und ich hatte sie abgeholt und sie war an dem Tag sehr schlecht drauf, lag die ganze Zeit nur im Wohnzimmer auf dem Sofa. Sie hat alles abgelehnt und hat dann plötzlich, mitten am Nachmittag, gesagt: „Christiane, ich möchte sterben, wie mache ich das?“ Und dann habe ich gesagt: „Ja, wieso und warum?“ „Ja, ich will nicht mehr, ich habe keine Lust mehr, was soll ich noch hier, ich kann doch nichts mehr.“ Und dann fragte sie, ob Christoph, also mein Mann, ihr nicht eine Spritze geben könnte oder meine Schwester, die ebenfalls Ärztin ist. Und dann habe ich gesagt: „Das geht nicht, das dürfen die nicht, das können die nicht und dich umgebracht zu haben, ich weiß nicht, ob sie damit leben könnten.“ Ja, und dann hat sie immer weiter gebohrt: „Okay, dann nehme ich alle Schlaftabletten auf einmal, sterbe ich dann denn?“ Dann habe ich gesagt: „Nein, Mama, damit geht's dir höchstens schlecht, du erbrichst und dann kann man am Erbrochenen sterben, aber das ist ein schrecklicher Tod und der ist nicht sicher.“ Und da sagt sie: „Ja, wie würdest du es denn machen?“ Und dann habe ich halt eben auch an meine Sterbebegleitung gedacht, an diese vielen, die ich gemacht habe, und habe gesagt: „Ich würde einfach“, das Wort hängt mir heute noch nach, „ich würde einfach mit Essen und Trinken aufhören.“ Und dann hat sie gefragt: „Und da könnte man dann sterben? Hält man denn das aus, kann man das durchhalten?“ Und dann habe ich ihr erzählt, dass im Grunde alle, die ich begleitet habe in der Sterbebegleitung, ob sie nun schwerstkrank waren oder einfach nur sehr alt, hochbetagt, die haben irgendwann aufgehört mit Essen, oder weniger gegessen, ganz wenig getrunken, was ja meine Mutter auch schon hat, machen ja die meisten, wenn sie so hochbetagt sind, dass sie sehr wenig trinken. Ja, und dann habe ich gesagt: „Das macht denen dann auch nichts aus. Wenn man im Sterbeprozess liegt, braucht man nichts zu essen, oder fast nichts zu essen. Und dann braucht man auch fast nichts zu trinken. Und wenn man das dann noch etwas mehr reduziert, dann kann man dadurch sterben. Genauso wie, wenn ein Auto kaputt ist, wird man es nicht mehr volltanken.“

Almut Engeli:

Starkes Bild.

Christiane zur Nieden:

Ja, aber es ist wirklich so. Sie hatte so das Gefühl, dass sie wirklich, ja, wenn man bei dem Bild von dem Auto bleibt, dass sie im Grunde schon auf dem Schrottplatz war.

Almut Engeli:

Das ist ja etwas, wo man dann als Tochter sich doch erschrickt, wenn die Mutter sich so fühlt. Also, haben sie sich da nicht so die Frage gestellt: Moment, sie könnte bei uns leben oder sie könnte im Rollstuhl sitzen und dann hätte sie viele Probleme nicht und könnte, könnte, könnte. Also, wenn die Mutter sich so wie ein kaputtes Auto fühlt, wie sind Sie damit umgegangen, haben Sie diese Gedanken auch gehabt?

Christiane zur Nieden:

Ja, ich habe sie ihr auch sofort geäußert, hatte sie ihr auch gesagt. Also wir hatten mit ihr geplant, dass sie auf keinen Fall in ein Heim kommt, sondern dass ich sie zu mir nehme. Aber sie wollte auch nicht in diesen unruhigen Haushalt, da ist alles getaktet nach den Bedürfnissen des Berufes meines Mannes und viele Anrufe von

Patienten, also es war einfach unruhig. Das wollte sie nicht und sie liebte ihre kleine Wohnung und da wollte sie bleiben. Also Heim kam nicht in Frage, zu uns ziehen kam nicht in Frage, mich belasten wollte sie nicht mehr, als sie es schon macht, und sie hatte keine Lust mehr. Sie war, so wie sie sagte auch, lebenssatt. Nicht lebensmüde, also sie hätte sicher gerne noch gelebt, aber nicht zu den Bedingungen, die das Leben ihr bot.

Almut Engeli:

Und dann, dann hat Ihre Mutter sofort angefangen?

Christiane zur Nieden:

An dem Tag haben wir dann noch weiter darüber gesprochen, mein Mann kam dazu und das war auch noch so eine niedliche Situation, er kam die Treppe runter und hatte eine Jeans in der Hand und dann habe ich zu meinem Mann gesagt: „Du, die Mama will sterben.“ Da hat mein Mann dann gesagt: „Ich traue mich es kaum zu sagen, aber könntest du mir vorher noch einen Knopf annähen?“ Und dann mussten wir alle so herzlich lachen. Und wir haben dann noch mit ihr zu dritt gesprochen über ihren Sterbewunsch und Christoph sagte auch, dass sterben mit Verzicht auf Essen und Trinken ein probates Mittel ist, das er kennt von den vielen sterbenden Patienten und dass das nicht mit so viel Leidensdruck ist, sondern dass man das gut kann. Gerade, wenn man so hoch betagt ist. Ja, und dann irgendwann haben wir über normale Dinge gesprochen. Ich habe früher auch oft mit meiner Mutter über sterben gesprochen, es ist bei uns im Alltag, in einem Haushalt, wo ein Allgemein- und ein Palliativmediziner ist und eine Sterbe- und Trauerbegleitung...

Almut Engeli:

Sie machen das seit fünfundzwanzig Jahren.

Christiane zur Nieden:

Jetzt sind es mittlerweile dreißig. Da ist das an der Tagesordnung über Tod und Sterben zu sprechen. Und dann haben wir uns verabschiedet und ich habe ihr gesagt: „Und morgen hole ich dich ab und dann gucken wir zusammen Karnevalssumzüge, kochen zusammen, das machte sie so gerne mit mir, essen zusammen und verbringen den Tag.“ Ja, und dann wollte ich sie am nächsten Tag abholen und da musste ich aufschließen, sie machte nicht auf, lag im Bett, hatte vier Schlaftabletten genommen. Und dann habe ich gesagt: „Was machst du denn hier, ich wollte dich doch abholen?“ Und da sagt sie: „Ja, du hast doch gesagt, ich soll nicht mehr essen und nicht mehr trinken und dann könnte ich sterben.“ Und dann habe ich gesagt: „Ja, aber wir haben doch da nur so drüber gesprochen.“ „Nein, nein.“ Sie hat das dann einfach umgesetzt.

Almut Engeli:

Das ging sofort los.

Christiane zur Nieden:

Das ging sofort los, ich war entsetzt. Und habe mir auch natürlich Vorwürfe gemacht, wie ich auch sagen konnte, dann würde ich einfach mit Essen und Trinken aufhören. Dieses einfach, also... Ja, ich habe versucht auf sie einzureden: „Hör auf mit den Schlaftabletten. Ich möchte mit dir reden.“ Und da sagte sie: „Nein.“ Und weil sie ja unter diesen nüchternen Magenschmerzen so litt, hatte sie Angst, wenn ich jetzt gar

nichts esse, dann halte ich es vor Magenschmerzen nicht aus. Sie wollte sich selber sozusagen sedieren, um diese Schmerzen nicht zu spüren.

Almut Engeli:

Eigentlich gut gedacht.

Christiane zur Nieden:

Gut gedacht, ja.

Almut Engeli:

Aber was ich da so raus höre, ist für Sie ja auch ein schwieriger Zwiespalt. Dass Sie einerseits ziemlich geschockt waren, dass Ihre Mutter jetzt Ernst macht und von Ihnen als Tochter, und Sie hatten offenbar eine glückliche Mutter-Tochter-Beziehung, erwartet, dass Sie das begleiten. Also einerseits haben Sie es abgewehrt und andererseits, sagten Sie, haben Sie dann auch zu Ihrer Mutter gesagt: „Also, wenn du das machen willst, dann musst du das richtig machen.“

Christiane zur Nieden:

Ja, genau.

Almut Engeli:

Und wie ging das in Ihnen vor? Sie haben sich dann aber schon sozusagen damit angefreundet?

Christiane zur Nieden:

An dem Tag, wo ich sie da so gefunden habe, konnte man ja nicht mit ihr reden. Ich konnte sie auch nicht mit nach Hause nehmen, sie war nicht transportfähig, da bin ich erst mal wutentbrannt nach Hause und habe erst mal meinen Mann angerufen, meine Schwester angerufen und habe erst mal innerlich einen Kampf ausgemacht. Und dann bin ich immer wieder hin und sie hatte immer wieder mal eine Tablette genommen, das sah ich an der Blisterpackung. Dann wollte ich ihr die wegnehmen, damit sie endlich damit aufhört, dann hat die mich ganz angefahren und hat gesagt: „Du hast kein Recht dazu, das ist meine Entscheidung, die hast du zu respektieren.“ Und dann dachte ich nur: „Ja, wenn sie etwas für sich entschied, dann hatte ich das zu respektieren.“ Und ich habe die Tabletten dagelassen, habe aber gesagt: „Wenn du möchtest, dass ich dich begleite, dann verlange ich, dass du mit den Schlaftabletten aufhörst. Ich möchte mit dir reden können, sonst kann ich das eventuell nicht ertragen, dich damit zu begleiten.“ Ich sagte: „Das, was wir besprochen hatten, das habe ich mit Fremden gemacht, aber nicht mit dir.“

Almut Engeli:

Wieso war das Reden so wichtig, was dachten Sie, weshalb das so wichtig ist?

Christiane zur Nieden:

Nochmal gucken, vielleicht kann ich sie doch überreden. Ich hätte sie doch so gerne noch gehabt und sie war ja nun nicht sterbend. Die, die ich bisher begleitet habe als Sterbebegleiterin, da war das Leben, das ging vorbei, das wurde ausgehaucht. Die hätten zum Teil noch gerne länger gelebt, konnten aber nicht, weil einfach die Krankheit oder das Alter sie zum Sterben gezwungen hat. Aber meine Mutter hätte vielleicht noch ein paar Jahre leben können. Und ich hätte sie gerne noch behalten, ich hätte sie gerne gehabt.

Almut Engeli:

Wir können jetzt nicht den ganzen Prozess im Einzelnen rekapitulieren. Wie war das mit den Schmerzen? Ihre Mutter ging dann also dazu über tatsächlich nicht zu essen und zu trinken. Und ich stelle mir vor, dass die Organe sich doch irgendwie auch wehren, oder zumindest bestimmte, wenn das alles so trocken wird? Also was musste alles unternommen werden, damit das...? Oder auch diese ewige Liegerei, ich meine, da tut einem doch relativ schnell alles weh? Also wie sind Sie damit umgegangen?

Christiane zur Nieden:

Also erstens hatte sie ja schon ein Morphiumpflaster, was ihr mein Mann verschrieben hatte. Das haben wir dann im Laufe der Zeit erhöht, also die Dosierung erhöht. Für die Magenschmerzen, mit Tablette hätte sie wieder so viel Wasser trinken müssen, also wir konnten die Magenschmerzen, sie hat uns ein Zeichen gegeben oder gesagt: „Ich habe wieder ein bisschen Weh.“ Dann haben wir sofort reagiert, ihr eine Spritze gegeben, was das sofort weg. Es gibt ein Beruhigungsmittel, was man wie eine Oblate auf die Zunge legen kann und wenn die Zunge zu trocken ist, sprüht man die Zunge ein bisschen vorher ein und das macht ruhig, ganz schnell, das wird ganz schnell aufgenommen und dann konnte sie schlafen.

Almut Engeli:

Sie haben sie die ganze Zeit betreut, also Ihre Schwester und Ihre Tochter waren auch dabei, also umschichtig war immer jemand bei ihr.

Christiane zur Nieden:

Genau. Meine Tochter und ich wir haben den meisten Part, weil meine Schwester noch als Ärztin gearbeitet hat. Wir haben auch die Nächte uns aufgeteilt und, ja, sie war nie alleine.

Almut Engeli:

Und ich verstehe das schon aus dem, was Sie sagen, dass dieses Sterbefasten eigentlich nur geht mit einer guten Begleitung.

Christiane zur Nieden:

Ja, ich glaube nur mit einer guten Begleitung wird es schön, wird es so harmonisch. Und es war eine harmonische Zeit. Wissen Sie, die Vorzüge vom Fasten, das kennt jeder vom Heilfasten, wenn der Hunger weg ist, nach ungefähr achtundvierzig Stunden, kommt es zu einer Endorphinausschüttung, meine Mutter hatte gute Laune. Das sind so Glückshormone, die ausgeschüttet werden. Und wenn man dann wenig trinkt auch noch, dann kommt es zu einer Ketonkörperbildung, das sind auch noch Stoffe, die der Körper freisetzt durch den Hungerstoffwechsel, die dann auch noch so eine Art Glückshormon ausstrahlen. Also meine Mutter hatte eine gute Stimmung, im Grunde die ganze Zeit. Selbst wenn wir mal geweint haben, danach haben wir wieder zusammen gelacht. Es ging ihr gut, sie war begierig noch mit uns zu reden, sich zu verabschieden. Wir haben Freundinnen angerufen, sie hat noch Briefe diktiert, sie hat mit Freundinnen telefoniert, mit Verwandten. Sie hat noch viel gemacht, wir haben die Zeit unwahrscheinlich gut genutzt und ich glaube, deshalb brauchte sie auch nichts für Unruhe oder Angstzustände, weil wir haben sie beschäftigt und sie hat uns beschäftigt. Meine Tochter hat mit ihr gesprochen, auch

was sie sich noch wünscht, was meine Mutter ihrer Enkelin wünscht und es war einfach eine schöne Zeit.

Almut Engeli:

Und wie war das mit dem Durst, wie sind Sie mit diesem Durstgefühl umgegangen?

Christiane zur Nieden:

Also Durstgefühl kann man vermeiden oder fast ganz wegbekommen, indem man gute Mundpflege macht. Im Mund und im Rachenraum gibt es sozusagen einen Feuchtigkeits- oder Flüssigkeitsmelder, der zum Kopf signalisiert: Genügend Flüssigkeit. Da muss man nicht getrunken haben, Hauptsache die Schleimhäute sind befeuchtet. Deshalb ist das A und O beim Sterbefasten, bei der Begleitung ist eine gute, solide Mundpflege, die wirklich immer angeboten wird. Gerade Kälte lindert Durstgefühl, also Eisstückchen zerschlagen und in den Mund tun. Gute Mundpflege, A und O.

Almut Engeli:

Was hatte Ihre Mutter denn für eine Vorstellung, was nach dem Tod kommt, das spielte doch wahrscheinlich eine Rolle?

Christiane zur Nieden:

Nein, ich glaube fast nicht. Also sie hatte die Hoffnung meinen Papa wiederzusehen. Sie war lange mit ihm verheiratet, er ist sehr früh gestorben und sie hat es sich versucht, in Gedanken vorzustellen und ihre Mama wiederzusehen. Im Grunde war sie nicht religiös. Sie war auch aus der Kirche ausgetreten, sie war nicht gläubig, aber ich denke, ich habe das bei vielen Sterbenden auch erlebt, wenn es dann ans Ende geht, dass man gerne sich an so einen Gedanken klammert und ich finde das ist dann auch berechtigt. Wenn so etwas hilft, dann ist das okay.

Almut Engeli:

Es war nicht, dass sie Verbote dazu im Kopf hatte, aber sie hatte auch nicht eine Glücksvorstellung davon, in den Himmel zu kommen oder so.

Christiane zur Nieden:

Nein, nein.

Almut Engeli:

Sie betonen in Ihrem Buch, dass für das Sterbefasten die Freiwilligkeit sehr wichtig ist. Ich glaube, es ist wichtig das zu betonen, weil die Gefahr eines sozialen Drucks besteht, wenn die Situation schwierig wird, dass weniger liebevolle Angehörige vielleicht auch einfach mal erwarten, dass jemand jetzt sich mal in diese Richtung bewegt. Ich habe da einen großen Nachdruck auf diesem Punkt empfunden bei Ihnen.

Christiane zur Nieden:

Ja, das wäre ganz schrecklich. Dann würde das Sterben aber auch nicht so schön. Die Freiwilligkeit gehört auch beim Fasten dazu. Die Endorphinausschüttung beim Fasten gelingt nur, wenn man freiwillig fastet. Der Gerald Hüther, dieser Gehirnforscher, der hat mal so eine Studie gemacht, wo Menschen in einer Klinik untersucht wurden auf Stresshormone, die dort eingeliefert waren zum Fasten. Und dann gab es eine Gruppe, die hatte wenig Stresshormone im Blut und eine hatte

viele Stresshormone. Und dann wurde das untersucht und die mit den vielen Stresshormonen waren dort aufgrund von Einweisung durch den Hausarzt oder Arbeitgeber, da hieß es: Ihr müsst abnehmen, sonst verliert ihr eure Stelle. Die waren nicht freiwillig da. Bei denen kommt es nicht zu dieser Endorphinausschüttung. Also, damit es gut gelingt und schön ist, muss es diese Freiwilligkeit sein, sonst hat dieses Fasten nicht diese positiven Auswirkungen, sonst könnte es wirklich zur Qual werden. Und ich denke, meine Mutter war überzeugt. Wir haben ihr ja immer wieder angeboten: „Komm!“ Sie rief ja dann auch: „Es riecht so lecker nach Kaffee bei euch, och.“ Und dann haben wir gesagt: „Mama, komm, wir bringen dir auch einen Kaffee oder komm rüber, wir haben ganz leckeren Kuchen.“

Almut Engelen:

Wie lange geht das, dass man sagen kann: „Moment, stopp, doch nicht, ich habe es mir überlegt, ich will jetzt gerne am Kaffeetrinken teilnehmen.“

Christiane zur Nieden:

Also wir gehen so ungefähr von einer Woche aus.

Almut Engelen:

Ab einer Woche sind Schäden im Körper, wo man nicht mehr zurückkann.

Christiane zur Nieden:

Ja, gerade Schäden an der Niere und die dann eventuell auch nur noch mit Dialysepflichtigkeit zu beheben wären. Oder sogar irreparable Schäden.

Almut Engelen:

Also eine Woche lang kann man es sich überlegen.

Christiane zur Nieden:

Ja.

Almut Engelen:

Und Sie hatten nun über Ihren Mann immer einen Arzt im Hintergrund. Halten Sie das, aus Ihrer Erfahrung als Sterbebegleiterin und auch mit Ihrer Mutter, für nötig? Sollte ein Arzt, der der Sache positiv gegenübersteht, schon immer da möglichst in der Nähe greifbar sein?

Christiane zur Nieden:

Besonders, wenn das Menschen wären, die nicht so einen Hintergrund hätten wie ich, so viel Sterbebegleitungserfahrung, da wäre es sicher eine psychische Unterstützung für die Angehörigen. Aber ich glaube, dass man es sogar ohne Arzt hinbekäme. Aber viel schöner wäre, wenn der wenigstens ansprechbar wäre. Wenn man sagen könnte: „Sie hat im Moment Unruhezustände oder sie hat Schmerzen, könnte ich was haben gegen Schmerzen?“

Almut Engelen:

Und ich verstehe Ihre Erfahrung so, dass es schon optimal ist, zuhause zu sein. Geht denn Sterbefasten auch auf einer Palliativstation oder in einem Heim oder sogar im Krankenhaus?

Christiane zur Nieden:

Ja, also rein theoretisch geht das überall, wo man sie unterstützt. Aber es wird überall halt eben ein Problem sein, wo die Menschen davon ausgehen, es ist ein Suizid und damit zu verurteilen.

Almut Engeli:

Sie sehen es in keiner Weise als Suizid?

Christiane zur Nieden:

Doch, also ich denke wenigstens die Initialzündung meiner Mutter oder die Initialidee war natürlich eine suizidale. Sie wollte nicht mehr leben, sie war leidenssatt und lebenssatt. Aber der Sterbeprozess, der sich dann entwickelt, der ist ein ganz natürlicher, der unterscheidet sich nicht von anderen Sterbeprozessen.

Almut Engeli:

Kommt ein Arzt oder kamen Sie als Sterbebegleiterin in eine juristisch heikle Situation, gibt es irgendwelche Punkte, wo jemand, der das als Mediziner oder Sterbehelfer begleitet, so ein bisschen in Gefahr gerät, dass die Nachbarin sagen könnte, die macht was Illegales?

Christiane zur Nieden:

Nein. Also damals schon mal gar nicht, weil es da diesen Paragraph 217 noch gar nicht gab, als meine Mutter 2010 starb, da war mit Sicherheit gar kein Problem. Besonders, wenn diejenige frei verantwortlich ist, also keine psychische Erkrankung hat, so dass sie die Tragweite ihrer Entscheidung nicht erkennen könnte. Meine Mutter war psychisch gesund. Wenn jemand frei verantwortlich ist und es der freie Wille ist, dann hat man da kein Problem. Es ist nur ein Unterlassen, ein Weglassen. Es ist schon anders, als alle anderen Suizidarten.

Almut Engeli:

Sie haben gerade diesen neuen Paragraphen erwähnt, ist da eine Gefahr für Ärzte, dass sie Ärger kriegen könnten, wenn sie Sterbefasten begleiten?

Christiane zur Nieden:

Als Angehöriger ist man im Grunde außen vor, als Angehöriger darf man es machen, darf man seinen geliebten Menschen begleiten, aber nicht wenn es geschäftsmäßig ist. Geschäftsmäßig heißt auf Wiederholung angelegt. Rein theoretisch dürfte ich meine Mutter begleiten, aber nicht meine Tochter oder meinen Mann. Weil dann wäre es schon mehr als einmal, dann wäre es schon geschäftsmäßig. Also es ist ganz schwierig und das Gesetz ist so schwammig, dass man, wenn man an den falschen Staatsanwalt kommt, schon Gefahr laufen könnte.

Almut Engeli:

Gibt es Bedingungen für Sterbefasten, die auf jeden Fall erfüllt sein sollten? Gibt es Konstellationen, wo Sie sagen würden: „Nein, für diese Personengruppe von Menschen kommt das gar nicht in Frage.“

Christiane zur Nieden:

Ja, also Wohlerwogenheit heißt der eine Begriff, sowohl von denen, die begleiten, als auch der, der sich fürs Sterbefasten entscheidet, der muss den Schritt wohlerwogen haben. Überlegt haben, gibt es Alternativen, würde palliativmedizinisch vielleicht

mehr was lindern, dass ich trotzdem noch Lebensqualität bekomme, gibt es ein besonderes Heim oder eben nach Hause zu der Tochter ziehen oder so was. Also das gehört zur Wohlerwogenheit, das muss sein, und dann die Freiverantwortlichkeit, man darf nicht psychisch erkrankt sein. Also die, die wirklich eine schwere psychische Erkrankung haben und als nicht freiverantwortlich gelten, die dürften es nicht machen. Besser gesagt, die könnten sich dazu entscheiden, aber die würden eventuell halt eben zwangseingewiesen und die Angehörigen bekämen Probleme, weil man dann denjenigen im Grunde davon abhalten muss.

Almut Engeli:

Und ich glaube, Sie haben, wenn Sie über das Sterbefasten sprechen, alte Menschen vor Augen.

Christiane zur Nieden:

Ja, für hochbetagte und für schwerkranke ist das ein, wenn man das so sagen darf, ein gutgangbarer Weg aus dem Leben. Je jünger man ist, umso einen größeren Wasserbedarf hat der Körper, umso mehr Flüssigkeit bräuchte er, umso stärker wird der Durst sein.

Almut Engeli:

Ich habe das so verstanden, dass man beim Sterbefasten eigentlich stirbt an Nierenversagen.

Christiane zur Nieden:

Ja.

Almut Engeli:

Also die Niere kann nicht mehr arbeiten, weil sie keine Flüssigkeit bekommt. Was ist denn das für ein Tod dann, wie ist das, wenn die Niere versagt?

Christiane zur Nieden:

Also im Grunde ist Nierenversagen ein recht gnädiger Tod. Die Gifte werden nicht mehr ausgespült aus dem Körper, werden auch zum Kopf geschickt, was halt eben dann zu einer Schläfrigkeit führt, die allmählich in so einen Dämmerzustand übergeht, so dass man in den Tod hineinschläft.

Almut Engeli:

Also ganz sanft.

Christiane zur Nieden:

Ganz sanft. Also bei meiner Mutter war es ganz sanft. Und es ist halt eben eine Kombi aus Nierenversagen und halt eben Gehirnversagen wird dann noch dazukommen, weil halt eben das Gehirn auch diese Gifte abbekommt und dann kommt es zum Herzversagen.

Almut Engeli:

Was bedeutet das heute für Sie, diese Erfahrung?

Christiane zur Nieden:

Im Grunde ist es ganz spannend, weil ich immer wieder mich erwische, dass ich überlege, war das alles richtig, wenn sie mir manchmal ganz doll fehlt, meine Mutter.

Und dann habe ich das letztens auch meiner Tochter mal gesagt und dann sagte meine Tochter zu mir: „Nein, nein, du musst dir keine Sorgen machen. Sie war so felsenfest davon überzeugt, wir hätten sie nicht umentscheiden können.“ Sie hat sich immer gewünscht, dass ich bei ihr bin, wenn sie mal stirbt und ich konnte ihr den Gefallen tun und war dabei. Und das auch allein ist wunderschön. Es war eine schöne, wertvolle Zeit.