

## Interview

### Sterbebegleitung: Gemeinsam bis zuletzt

von Behrang Samsami



Sabine Kahl arbeitet ehrenamtlich als Sterbebegleiterin.

Wie die zwei Frauen so eng nebeneinander stehen und sich vertraut unterhalten, wirken sie auf den ersten Blick wie Freundinnen, die sich schon Jahre kennen. Sabine Kahl und Barbara Braun (Name von der Redaktion geändert) stehen in der offenen kleinen Küche und kochen. Während das Wasser im Topf für die Spaghetti brodelt, schneiden die beiden Kielerinnen das Gemüse klein, das nachher mit dem Thunfisch auf die Nudeln soll. So unbeschwert ihr Zusammensein auch scheint - dass sie sich regelmäßig treffen, hat einen ernsten Hintergrund: Barbara Braun ist schwer krank. Die 52 Jahre alte schmale, brünette Frau hat Brustkrebs und weiß, dass sie daran wohl sterben wird. Sabine Kahl ist ihre Sterbebegleiterin.

#### Diagnose Brustkrebs

"Nach dem ersten Befund, der 2011 kam, dachte ich, ich kriege das hin", sagt Braun, nachdem Kahl und sie die Arbeit in der Küche beendet haben. "Nach dem zweiten Befund im vergangenen Jahr, als die Ärzte meinten, der Krebs sei weder heilbar noch operabel, fragte ich mich: Mache ich überhaupt weiter? Mache ich eine Chemotherapie?" Braun pausiert kurz. "Man sitzt wieder von neuem da und muss das verarbeiten. Da war ich sehr dankbar, dass mir jemand zur Seite steht."

#### Eine Freundin weiß Rat

Und dieser jemand ist Sabine Kahl, im Hauptberuf Angestellte bei einer Versicherung und seit Juli 2014 ehrenamtliche Sterbebegleiterin bei der Hospiz-Initiative Kiel e. v. Einen Monat nach Kahls Zertifizierung als Begleiterin lernte sie die ledige, kinderlose Barbara Braun kennen. Seitdem ist

Geschäftsstelle:

Regina Barthel, Geschäftsleitung

Waitzstraße 17, 24105 Kiel

Telefon 0431-22 03 35-10

Fax 0431-22 03 35-40

E-Mail: [info@hospiz-initiative-kiel.de](mailto:info@hospiz-initiative-kiel.de)

Internet: [www.hospiz-initiative-kiel.de](http://www.hospiz-initiative-kiel.de)

[www.facebook.com/Initiative](https://www.facebook.com/Initiative)

Geschäftsführender Vorstand:

Anne Münchmeier, 1. Vorsitzende

Erika Skibbe, 2. Vorsitzende

Rüdiger Hausen, Schatzmeister

Steuer-Nr. 192 918 46 81

VR 3777 KI

Spendenkonto:

Förde Sparkasse

IBAN DE87 2105 0170 0002 0057 18

BIC NOLADE 21 KIE

die 51-jährige Kahl einmal die Woche für vier Stunden bei Braun, die bis zum zweiten Krebsbefund als Grundschullehrerin gearbeitet hatte. Dass Kahl sie begleitet, hat Braun einer Freundin zu verdanken: "Sie sagte, als sie sah, wie schlecht es mir nach dem zweiten Befund ging, dass sie sich kümmern würde, und erfuhr über einen Arzt von der ambulanten Kieler hospiz-initiative. Ich nahm dann Kontakt mit einer der dortigen Koordinatorinnen auf und beim zweiten Besuch brachte sie Sabine mit."

### **Zuhören und Helfen**

"Wir haben uns auf Anhieb gut verstanden", sagt Kahl, eine große Frau mit blonden, halblangen Haaren und einem ansteckenden Lachen. "Es muss menschlich einfach passen, weil man dem fremden Gegenüber sein ganzes Privatleben bekannt macht", fügt Braun hinzu. Dass es passt, merkt man beiden Frauen auch an. Sie sitzen im hellen Wohnzimmer, essen die Spaghetti und unterhalten sich. "Wir sprechen über vieles - auch über Ängste und Sorgen", sagt Braun. "Ich bekomme von Sabine eine tolle Unterstützung. Sie hört zu und nimmt mir Dinge ab, etwa indem sie sich für mich erkundigt. Es ist wirklich schön zu wissen, dass man nicht immer alles alleine machen muss."

### **Der Tod ist keine Bedrohung**

Bei ihren Treffen sprechen sie über alle Themen, die Barbara Braun beschäftigen. "Ich bringe Zeit mit. Das ist meine Aufgabe, wenn ich zu ihr hingehe: Sie darf sich fallenlassen und einfach sein", ergänzt Kahl. "Es wird dann auch mal zusammen geweint. Das passiert schon. Wir teilen das." Das Thema Sterben und Tod streifen sie fast immer, wenn sie zusammenkommen. "Der Tod ist präsent und ein Bestandteil unserer Beziehung, aber er ist kein Wächter, der da steht und seine Flügel darüber hält. Er ist nicht wie eine Bedrohung."

### **Ein Blick in die Zukunft**



Viele unheilbar kranke Menschen finden Hilfe bei Hospiz-Initiativen.

Testament und Vorsorgevollmacht - diese Dinge haben sie zu Beginn der Begleitung besprochen. Und Braun hat nach ihrem zweiten Befund alles

Seite 2

Geschäftsstelle:

Regina Barthel, Geschäftsleitung

Waitzstraße 17, 24105 Kiel

Telefon 0431-22 03 35-10

Fax 0431-22 03 35-40

E-Mail: [info@hospiz-initiative-kiel.de](mailto:info@hospiz-initiative-kiel.de)

Internet: [www.hospiz-initiative-kiel.de](http://www.hospiz-initiative-kiel.de)

[www.facebook.com/Initiative](https://www.facebook.com/Initiative)

Geschäftsführender Vorstand:

Anne Münchmeier, 1. Vorsitzende

Erika Skibbe, 2. Vorsitzende

Rüdiger Hausen, Schatzmeister

Steuer-Nr. 192 918 46 81

VR 3777 KI

Spendenkonto:

Förde Sparkasse

IBAN DE87 2105 0170 0002 0057 18

BIC NOLADE 21 KIE

Fortsetzung Seite 3



geregelt. Doch die beiden sprechen nicht nur viel miteinander, sondern unternehmen auch gemeinsam Ausflüge, wenn es Brauns Gesundheitszustand erlaubt. "Wir setzen uns in die Sonne und trinken Kaffee, waren auch schon bei einem Schminkkurs und auf dem Weihnachtsmarkt", sagt Braun. Zugleich macht sie sich Gedanken über die Zukunft: "Was ist, wenn ich ein Pflegefall werde? Darauf wird es hinauslaufen und ich werde in ein Heim kommen." Dann aber werde sie jemanden haben, der sie betreut und den sie schon lange kennt.

### **Sterben ohne Kampf und Mühsal**

Wie liebevoll eine Betreuung sein kann, hat Sterbebegleiterin Kahl in der eigenen Familie erfahren. Als ihr Vater an Leukämie erkrankte, habe sich ihre Mutter um ihn gekümmert: "Sie hat das mit sehr viel Hingabe getan, was ich sehr schön fand. Sie hat sich die Zeit genommen und wir haben ihr unter die Arme gegriffen, damit auch sie wieder Kraft tanken konnte. Mein Vater durfte an einem sonnigen Tag in seinem Bett sterben, ohne Kampf und Mühsal." Der Tod ihres knapp 70-jährigen Vaters zu Hause hatte eine große Wirkung auf Sabine Kahl. Das Erlebnis hat sie dem Thema Sterbebegleitung nähergebracht. "Es war eine positive Erfahrung für mich, dass ein Sterben so möglich ist. Ich empfand es als große Gnade für meinen Vater und habe bis heute meinen Frieden damit."

### **Hilfe für die HelferIn**

Das, was Kahl bei Barbara Braun erfährt, muss sie für sich behalten. Es herrscht Schweigepflicht. "Wenn ich zu Hause bin, gehen mir ganz viele Gedanken durch den Kopf", sagt Kahl. "Die Präsenz der Krankheit und des Todes nehme ich immer mit. Ich könnte diese Krankheit ja auch bekommen. Das ist schon heftig. Aber mit Blick auf meinen Vater bin ich eher angstfrei, was das Sterben betrifft." Wenn sie etwas dennoch nicht loslässt, kann Sabine Kahl mit ihrem Ehemann und zwei Freundinnen sprechen. Das ist am Anfang der Begleitung mit Barbara Braun vereinbart worden. Oder sie strickt oder geht in ihren Garten.

### **Ungehemmtes Schnacken**

Über das viele Erzählen sind die Teller mit den Spaghetti fast von selbst leer geworden. Die Nachmittagssonne scheint ins weiß gehaltene, dezent eingerichtete Wohnzimmer. Braun und Kahl unterhalten sich weiter. "Ungehemmtes Schnacken", nennt es Sabine Kahl, die der von ihr begleiteten Barbara Braun auch in diesem Augenblick viel Liebe und Aufmerksamkeit schenkt. Man wünscht es beiden Frauen, dass sie sich gegenseitig noch eine lange Zeit haben.

*Das Interview führte Behrang Samsami*

Seite 3

Geschäftsstelle:

Regina Barthel, Geschäftsleitung

Waitzstraße 17, 24105 Kiel

Telefon 0431-22 03 35-10

Fax 0431-22 03 35-40

E-Mail: [info@hospiz-initiative-kiel.de](mailto:info@hospiz-initiative-kiel.de)

Internet: [www.hospiz-initiative-kiel.de](http://www.hospiz-initiative-kiel.de)

[www.facebook.com/Initiative](https://www.facebook.com/Initiative)

Geschäftsführender Vorstand:

Anne Münchmeier, 1. Vorsitzende

Erika Skibbe, 2. Vorsitzende

Rüdiger Hausen, Schatzmeister

Steuer-Nr. 192 918 46 81

VR 3777 KI

Spendenkonto:

Förde Sparkasse

IBAN DE87 2105 0170 0002 0057 18

BIC NOLADE 21 KIE