



Für ein paar Stunden Frieden

Marie Wortberg behandelt einmal in der Woche mit Kraniosakraler Therapie Menschen, die nicht mehr lange leben werden. DHZ-Redakteur Christian Böser durfte sie begleiten.

Ein Zischen, Fett spritzt in alle Richtungen, es duftet süßlich. Eine Frau um die 70 im Jogginganzug blickt konzentriert wie bei der Fahrprüfung in die Pfanne auf dem Herd vor sich. Schließlich rüttelt sie daran, bis sich die gelbe, ein bisschen zähflüssige Masse gleichmäßig verteilt hat. „Frau P. backt Pfannkuchen für alle, wollt ihr auch welche?“ fragt die höchstens 17-jährige Praktikantin, die Marie Wortberg eben die Eingangstür geöffnet hat und jetzt am Holztisch in der geräumigen Wohnküche mit Blick in Richtung Herd Platz nimmt. „Vielleicht später, wir wollen erstmal zu Björn“, antwortet Marie Wortberg. „Pfannkuchen sind doch wirklich das Gegenteil von Tod“, sagt sie leise und lächelt.

Marie Wortberg ist Heilpraktikerin, eine zierliche Frau mit weißen Haaren, mit zugewandtem Blick und einer sanften Stimme. Immer montags gegen 14 Uhr kommt sie hierher, Bielefeld, Bethelweg, Hausnummer 25. Ein Haus, das aussieht als ob durch die Eingangstür jeden Moment Thomas Mann ins Freie schreiten könnte. Ein solides Gebäude aus den ersten Tagen des vergangenen Jahrhunderts, weiß angestrichen, die Fassade teils mit Klinkern verziert, es hat einen Erker und Vorsprung, ein Teil des Daches ist ein Spitzdach. Mit den roten Ziegeln darauf gleicht es einer Zwergenzipfelmütze. Wie viele andere Gebäude hier in der Straße gehört es zu den v. Bodelschwingschen Stiftungen Bethel, einer diakonischen Einrichtung. Menschen mit Epilepsie lernen dort beispielweise ihren Alltag zu meistern. Andere mit geistiger

Beeinträchtigung bereiten sich in betreuten Wohngruppen auf ein selbstbestimmtes Leben vor. Im Haus mit der Nummer 25 sind die Menschen jedoch weniger mit dem Leben als vielmehr mit dem Sterben befasst. Haus Zuversicht hat man es schon vor über hundert Jahren getauft. Heute ist es ein stationäres Hospiz.

Tod ist keine Krankheit

Marie Wortberg ist im Haus Zuversicht als Komplementärtherapeutin tätig. Sie ist seit vielen Jahren in der Hospizarbeit aktiv, leitet Hospizgruppen, bildet Ehrenamtliche in der Hospizarbeit aus. Seit elf Jahren kommt sie einmal in der Woche für drei Stunden ins Haus Zuversicht und hilft den Gästen sich zu entspannen, in die Ruhe zu finden. Dazu setzt sie Kraniosakrale Therapie ein. Von Gästen spricht man im Hospiz, nicht von Patienten oder Klienten, schließlich ist der Tod keine Krankheit oder etwas, das man durch Coaching optimiert. Zwischen zehn Minuten und einer Stunde bleibt Marie Wortberg bei einem Gast, je nach dessen Bedürfnissen. Die Zeit reicht meist für zwei bis vier Gäste, manchmal auch für einen Angehörigen, auch sie finden manchmal nicht in die Ruhe, weiß Marie Wortberg. Für Therapie und Diagnostik ist sie im Haus Zuversicht nicht zuständig. Sobald sie das Haus mit der Nummer 25 betritt, wechselt sie in eine andere Rolle, die Heilpraktikerin in ihr hat dann Feierabend. Ein Problem hat Marie



Wortberg damit nicht. Einmal hat sie einem Gast eine spagyrische Salbe gegen Übelkeit rezeptiert. Die wurde nie angewendet. Das Signal hat sie verstanden. Medizin ist hier Sache der Ärzte und der Pflege. Nicht ihre.

Entspannen statt Grübeln

Björn Kuhfuß, rotblonde Haare, Kinnbart, ein bäriger Typ mit fürsorglicher Art, sitzt in der Wohnküche auf dem Sofa und blickt über seine randlose Brille auf das schwarze Klemmbrett mit Blättern in seinen Händen. Es sind Notizen zu den elf Gästen im Hospiz. Björn Kuhfuß ist Krankenpfleger, heute hat er die Spätschicht. Zu jedem Namen hat er die Diagnose notiert und wie es dem Gast geht. Mit Marie Wortberg gemeinsam überlegt er, wen sie an diesem Nachmittag besuchen kann.

Frau P. hat einen guten Tag, sie fühlt sich sogar so gut, dass sie für alle Pfannkuchen backt. Das lenkt sie vom Grübeln ab. Björn Kuhfuß und Marie Wortberg sind sich einig, sie nicht zu unterbrechen. Frau Bergmann könnte Entspannung gebrauchen, sie ist sehr unruhig und aufgewühlt. Tochter und Enkel kommen regelmäßig zu ihr, im Augenblick ist sie alleine. Marie Wortberg sagt, sie werde sie fragen, ob ihr eine Behandlung recht ist. Herr Ludwig freue sich schon sehr auf Marie Wortbergs Besuch, er habe schon nach ihr gefragt. Eventuell täte auch Herrn K. eine Behandlung gut. Doch der schläft im Augenblick. Marie Wortberg wird auch bei ihm vorbeischaun.

Keine Ausgrenzung, Sterben in Würde

Wie Frau P., Frau Bergmann und Herr Ludwig sind die Gäste im Haus Zuversicht in der Regel über 50 Jahre, selten nur kommen unter 40-Jährige hierher. Die meisten haben eine neurologische

Erkrankung oder Krebs, in jedem Fall aber eine, die letztlich in absehbarer Zeit zum Tode führt. Zwischen einigen Tagen und mehreren Wochen sind sie hier, nur selten bleibt einer der Gäste über Monate.

Als Mitte der 1980er-Jahre das erste Hospiz in Deutschland eröffnete, war in den Köpfen der Menschen, Sterbende würden dorthin abgeschoben, damit sie Angehörigen nicht länger Last sind. Die Sterbehäuser, wie Hospize damals auch genannt wurden, förderten die Ausgrenzung Sterbender aus der Gesellschaft, der Tod werde tabuisiert, befürchteten die Gegner. Es wurde von aktiver Sterbehilfe hinter den verschlossenen Türen gemunkelt.

Das Gegenteil war und ist der Fall. Sterbehilfe jeglicher Form ist ein Tabu im Hospiz. Angehörige bringen ihre Lieben nicht dorthin, weil sie deren Pflege in der letzten Lebensphase überdrüssig sind. Sie sind meist schlichtweg damit überfordert. Hospize können leisten, was sie zu Hause nicht ermöglichen können: Eine gute Pflege, letzte Tage und Wochen in Würde und Geborgenheit. Erfahrene, meist speziell in Palliative Care, also der Versorgung und Begleitung unheilbar Kranker und Sterbender, ausgebildete Fachkräfte wie Björn Kuhfuß ermöglichen das. Daneben sind meist Sozialarbeiter und Psychologen für die Gäste da. Im Haus Zuversicht zusätzlich Körpertherapeuten wie Marie Wortberg und eine Frau, die ebenfalls einmal die Woche für 3 Stunden hierher kommt und Shiatsu anbietet. Und da sind die ehrenamtlichen Helfer in den Hospizen, die kochen, aufräumen, Erledigungen für die Gäste übernehmen, ihnen vorlesen, unterstützen wo sie können.

Der Intuition folgen

In Frau Bergmanns Zimmer blicken ein Junge und eine Frau vom Fensterbrett in Richtung Bett, aus einem weißen Bilderrahmen. In einem kleinen Beutel blubbert Wasser vor sich hin wie in ei-



nem Aquarium. Der Sauerstoff, den Frau Bergmann über einen kleinen Schlauch in ihrer Nase einatmet, wird dort angefeuchtet, die Schleimhäute sollen nicht austrocknen. Über eine Kanüle im Arm läuft eine Infusion in ihren Körper, zum Trinken ist Frau Bergmann zu schwach. „Ich habe seit Tagen nicht mehr geschlafen“, sagt sie angestrengt, als Marie Wortberg fragt, wie es ihr geht. Erschöpft sei sie, und doch sei da keine Ruhe. „Wenn ich darf, kann ich Ihnen vielleicht helfen, zur Ruhe zu kommen“, sagt Marie Wortberg. Frau Bergmann überlegt kurz, nickt dann zögerlich, die zu große Brille in dem spitzen Gesicht rutscht dabei ein wenig nach vorne.

Vorsichtig greift Marie Wortberg unter die Bettdecke. „Ein Fuß ist kälter“, sagt sie. „Wie Zwillinge sind sie, gleich und doch verschieden.“ Marie Wortberg hält die Füße, atmet langsam und gleichmäßig. Zwei Minuten vergehen so. Dann setzt sie sich links neben das Bett auf einen Stuhl, legt ihre Hände über Leber und Zwerchfell auf Frau Bergmanns Oberkörper, neigt den Kopf zur Seite, als würde sie lauschen. „Ihre Unruhe spüre ich als ein Kribbeln unter meinen Händen. Wo spüren Sie die Unruhe noch“, fragt sie. Frau Bergmann muss nachdenken. „Im Kopf, im Herz ist es unruhig“, antwortet sie schließlich. Marie Wortberg nickt, schließt die Augen, verweilt mit den Händen. Frau Bergmanns Atem geht schnell, als sträube sich etwas in ihr gegen die Berührung. Marie Wortbergs Hände wandern weiter, bleiben auf dem Herzen liegen, der rechten Schulter. Jetzt schließt auch Frau Bergmann die Augen. Irgendwann wird ihr Atem gleichmäßiger und ruhiger. Draußen rumpelt ein Bagger vorbei, irgendwo im Haus knallt eine Tür zu. Der Stille, die jetzt den Raum erfüllt, kann das nichts anhaben. Als Frau Bergmanns Kopf in Marie Wortbergs Händen wie in einer Schale ruht, atmen beide Frauen gleichmäßig und tief ein und aus, fast synchron.

„Wo ich meine Hände während einer Behandlung auflege, das weiß ich im Voraus nicht“, sagt sie später auf dem Flur vor Frau Bergmanns Zimmer. Jede Behandlung laufe individuell ab. Mal sei es Intuition, die sie veranlasst beispielsweise eine Hand vom Bauch in Richtung Herz wandern zu lassen. Mal ist es die Anspannung im Gewebe, der sie folgt. Und dann sind da auch innere Bilder, die plötzlich während einer Behandlung in Marie Wortberg

entstehen. Sie sieht dann beispielsweise, wie sich das Gehirn eines Gastes langsam entspannt, während sie seinen Kopf in den Händen hält. „Manchmal sagt mir ein Gast auch, wo er meine Hände gerne spüren möchte.“

Berührung gegen die Angst

Marie Wortberg geht ins Bad, reibt ihre Hände mit Desinfektionsmittel ein. Als nächstes möchte sie Herrn Ludwig besuchen. Als sie in sein Zimmer kommt, fallen dort gerade große rote Krabben übereinander und rollen einen Abhang hinunter, greifen sich gegenseitig mit ihren Scheren an. „Paarung, Territorialverhalten der Krabben“ ruft eine Stimme aus dem Fernseher, unterbrochen wird sie wieder und wieder von einer anderen aus dem Radio, aus Leibeskräften singt die „All About That Bass.“ „Hauptsache es quasselt“, sagt Herr Ludwig. Weiße, kurze Haarstoppel hat er, ein sanftes, weiches Gesicht. Fernseher und Radio sind fast ständig an, Stille könne er nicht ertragen, dann kämen die Gedanken an das Sterben, die Erinnerungen an die Schmerzattacken. Wie ein böser Traum, plötzlich heftig und stark, fast unbändig seien sie. Immer schneller spricht Herr Ludwig, spricht von den Schmerzattacken, spricht sich weiter in die Angst hinein. Da setzt Marie Wortberg sich zu ihm aufs Bett, legt ihre Hand auf seinen linken Unterarm. „Vielleicht legen Sie sich jetzt hin und wir fangen an.“ Ihre Berührung bannt die Angst, bringt ihn zurück. Herr Ludwig legt seinen Kopf auf das Kissen mit einem weißen Fell darauf, seinen Körper auf das Laken. Marie Wortberg hält in der rechten Hand sein Bein, streicht mit der linken über die Innenseite seines Unterschenkels, lässt die Hand auf dem Knie liegen. Herr Ludwig atmet tief ein und aus, den Rest Angst weit von sich weg, schließt die Augen. Marie Wortbergs Hände wandern hinab zu den Füßen, hinauf zu den Oberschenkeln. Dort verweilt sie einige Minuten, spürt, legt dann eine Hand auf Herrn Ludwigs Bauch, eine auf seinen unteren Rücken. Sie neigt den Kopf, lauscht, schließt die Augen. Irgendwann nimmt sie die Hände weg vom Körper, hält sie ca. 5 cm über Herrn Ludwigs Leisten, verharrt dort. Immer ruhiger atmet er, gleichmäßig. Weich sind seine Gesichtszüge jetzt wieder. Im Fernsehen versuchen sich die Krabben aus Netzen zu



befreien, während Marie Wortberg Herrn Ludwigs Kopf in den Händen hält, die Daumen auf dem höchsten Punkt am Kopf liegen, die Zeigefinger sanft neben beiden Augen ruhen, die übrigen Finger sich bis zu den Ohren spannen. Sie hält seinen Kopf, bis er einschläft.

Im Moment sein mit dem Patienten

Am späten Nachmittag steht Marie Wortberg im Garten hinterm Haus vor einem Blumenbeet. Herr K. hat geschlafen, als sie bei ihm reingeschaut hat. Ihn wecken für eine Runde Entspannung? Jetzt steht sie hier, blickt auf blaue Blüten, zwischen ihnen steht eine Figur aus Ton, die ein Kind schützend mit den Händen umfasst. „Manchmal frage ich mich schon, was soll es helfen, wenn das, was ich hier tue, nur für so kurze Zeit Linderung verschafft.“ Nach einer Weile sagt Marie Wortberg schließlich. „Achtsamkeit, im Moment sein für und mit dem Patienten. Ihm genau in diesem Augenblick Hilfe sein. Das ist doch schon viel.“

Herr Ludwig sagt, Marie Wortberg bringe für einige Stunden Ruhe in ihn. Zumindest in der Zeit denke er nicht an die Schmerzen und an den Tod. ■

Anmerkung der Redaktion: Es sind nur die Namen der Gäste des Hospizes genannt, die ausdrücklich mit der Veröffentlichung ihrer Namen einverstanden sind.

Alle Bilder: © Werner Krüper

Dieser Artikel ist online zu finden:
<http://dx.doi.org/10.1055/s-0035-1563598>