

# Trauerbegleitung für pflegende Angehörige von Wachkoma-Patienten

Die Pflege von Angehörigen im Wachkoma-Zustand oder mit schwerer Schädel-Hirn-Verletzung ist eine anspruchsvolle Aufgabe, die nicht nur körperlich, sondern auch emotional belastend ist. In vielen Fällen führt der Zustand des Betroffenen zu langfristigen Veränderungen im gemeinsamen Leben einer Familie, die oft mit tiefer Trauer und Verlustgefühlen einhergehen.

Durch die schwere Erkrankung und Pflege meines Mannes weiß ich, mit welchen Herausforderungen man in diesem „veränderten Leben“ konfrontiert ist. Nach dem Tod meines Mannes habe ich eine Ausbildung zur Trauerbegleiterin absolviert und kann aus dieser Perspektive nun anderen Betroffenen Möglichkeiten aufzeigen und anbieten, diesen Schicksalsschlag zu bewältigen.

## Herausforderungen der Trauer

Die Trauer pflegender Angehöriger von Wachkoma- und Schädelhirntrauma-Patienten kann vielschichtig sein. Einerseits müssen sie den Verlust des früheren Selbst des Betroffenen akzeptieren, während sie gleichzeitig mit den täglichen Herausforderungen der Pflege und der Ungewissheit über die Zukunft kämpfen.

Zudem können finanzielle Belastungen und die Veränderung der familiären Dynamik zusätzlichen Stress verursachen. Die Verarbeitung der Trauer kann durch das Fehlen klarer Abschlüsse und die langfristige Natur der Situation erschwert werden.

Typische Herausforderungen die pflegende Angehörige bewältigen müssen:

**Langanhaltende Ungewissheit:** Der unvorhersehbare Verlauf bei einer Schädelhirnverletzung führt zu einer dauerhaften Ungewissheit über den Gesundheitszustand und die Prognose. Diese ständige Unsicherheit kann zu chronischem Stress und emotionaler Erschöpfung bei den Angehörigen führen.

**Trauer um das Verlorene und das Nicht-Gewesene:** Pflegende Angehörige trauern nicht nur um den Verlust des geliebten Menschen, sondern auch um die Veränderungen in der Beziehung und den Verlust von gemeinsamen Erlebnissen und zukünftigen Plänen, die durch die Krankheit möglicherweise unerreichbar werden. Dieser Verlust kann besonders schmerzhaft sein.

**Belastung durch die Pflege-Rolle:** Die Rolle als Pflegeperson bringt an sich schon eine hohe



Belastung mit sich, sowohl körperlich als auch emotional. Angehörige fühlen sich oft isoliert und überfordert, da sie sich um die Bedürfnisse des Erkrankten kümmern müssen, während sie gleichzeitig mit ihrer eigenen Trauer kämpfen.

**Schuld- und Selbstzweifel:** Angehörige können sich schuldig fühlen, wenn sie negative Gefühle wie Frustration oder Wut gegenüber dem Patienten empfinden oder wenn sie sich Auszeiten zur Selbstfürsorge gönnen. Sie zweifeln möglicherweise an ihren Entscheidungen und fragen sich, ob sie genug getan haben.

**Soziale Isolation:** Die intensive Pflegebedürftigkeit des Patienten kann dazu führen, dass Angehörige sich sozial isoliert fühlen, da sie ihre Zeit und Energie vollständig der Pflege widmen.

## Bewältigungsstrategien

Trotz der schweren Belastungen gibt es Möglichkeiten, pflegende Angehörige dabei zu unterstützen, mit ihrer Trauer umzugehen. Eine offene Kommunikation innerhalb der Familie, mit Pflegekräften und Trauerbegleitern kann helfen den Schicksalsschlag und die überwältigenden Gefühle die damit verbunden sind zu verarbeiten. Selbstfürsorge hat ebenfalls eine große Bedeutung in diesem Prozess.

Pflegende Angehörige müssen sich erlauben, auch auf ihre eigenen Bedürfnisse zu achten und sich Auszeiten zu nehmen, um Erschöpfung und Burnout vorzubeugen. Der Anschluss an eine Selbsthilfegruppe ist hilfreich um sich mit anderen in ähnlichen Situationen auszutauschen.

Wenn die emotionalen Herausforderungen auf diesen Wegen nicht zu bewältigen sind ist es ratsam psychologische Unterstützung in Anspruch

zu nehmen. Sie brauchen Ihre ganze Kraft, für sich und für Ihren pflegebedürftigen Angehörigen. Achten Sie von daher gut auf sich selbst und holen Sie sich Hilfe und Unterstützung. Organisieren Sie Besuchsdienste durch Familie, Freunde oder Nachbarn. Auch professionelle Alltagsbegleiter die über den Entlastungsbetrag abgerechnet werden, können Sie stundeweise entlasten.

Wichtig ist vor allem, dass Sie die Situation annehmen, wie sie gerade ist. Akzeptieren Sie auch Ihre Gefühle und den Trauerprozess. Es ist völlig normal in solch einer Situation eine Vielzahl an Emotionen zu erleben. Begegnen Sie sich selbst stets mitfühlend, wenn in Ihnen Trauer, Wut oder Frust aufsteigen.

## Fazit:

Die Trauer pflegender Angehöriger von Wachkoma- und Schädelhirntrauma-Patienten ist eine komplexe und herausfordernde Erfahrung, die oft professionelle Unterstützung erfordert. Durch offene Kommunikation, gute Selbstfürsorge und professionelle Hilfe können pflegende Angehörige Wege finden, mit ihrer Trauer umzugehen und gleichzeitig die bestmögliche Versorgung für ihre geliebten Menschen zu gewährleisten.

**Hinweis:** In der nächsten Ausgabe berichtet Patrizia Westphal über einen speziellen Bereich Ihrer Tätigkeit: Die Trauerbegleitung mit Pferd. Die tiergestützte Begleitung eignet sich nicht nur zur Trauerbewältigung auch bei Lebenskrisen ist dies eine wertvolle Unterstützung um wieder neue Kraft zu schöpfen. ■

## Kontakt:

Patrizia Westphal – Ansprechpartnerin  
unseres Verbandes  
Müllersdorf 6, 94262 Kollnburg (Landkreis  
Regen – Niederbayern)  
Telefon: 09942 / 4067798  
Mobil: 0176 / 93113672  
E-Mail: [patrizia.westphal@gmail.com](mailto:patrizia.westphal@gmail.com)  
Web: [www.patrizia-westphal.com](http://www.patrizia-westphal.com)

 **Lebenshilfe**  
Patrizia Westphal