



Auch Krebskranke fasten, um zu sterben – wer tut es noch und warum?

Wer tut es und warum? Erstmals untersuchten Pflegewissenschaftler in der Schweiz, wer mit Essen und Trinken aufhört, um zu sterben.

Sabine Kuster

8.10.2019, 05:00 Uhr



Sanft aus dem Leben scheiden – das möchte dereinst wohl jeder. Das Sterbefasten sei der Weg dazu, hiess es in letzter Zeit immer öfter. Doch wie sanft ist Sterbefasten wirklich? Und wer tut es?

Dazu liefern die Forschenden um André Fringer nun für die Schweiz erstmals Antworten. Sie haben dies im Rahmen des Forschungsprogrammes «Forschung in der Palliative Care» untersucht. Fringer ist Professor für Pflegewissenschaft an der der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften ZHAW.

Befragt wurden nicht die Sterbefastenden selbst: Auskunft gaben 1672 Schweizer Hausärzte und leitende Pflegefachleute. 627 hatten schon einmal eine Person begleitet, die sterbefastete. Von den beschriebenen Fällen waren 87 Prozent älter als 70 Jahre.

Mehr als zwei Drittel aller Personen, die sich zum Sterbefasten entscheiden, sind krank – die Mehrheit hat Krebs. Die Lebenserwartung betrug bei fast der Hälfte nur maximal vier Wochen. In vielen Fällen wurde das Sterbefasten also als Abkürzung zu einem ohnehin nahen Tod gewählt.

Alles, was einem die Lebensfreude nimmt

Die Gründe, welche fürs Sterbefasten genannt wurden, sind zahlreich: darunter Schmerzen, geringe Lebensqualität, Erschöpfung, Einsamkeit, Verlust der Autonomie, Lebensmüdigkeit. Dabei spielt es offenbar keine grosse Rolle, ob jemand körperlich krank ist oder ob keine schwere Erkrankung vorliegt: Einsamkeit war für 44 Prozent aller Personen ohne schwere Erkrankung ein Grund, mit dem Sterbefasten zu beginnen – aber auch für knapp 40 Prozent aller Krebskranken. Der grosse Anteil an Frauen erklärt Studienleiter Fringer mit der Tatsache, dass Frauen älter werden und somit auch öfter alleine sind am Lebensende.

Insgesamt wird der Tod durch Sterbefasten von den begleitenden Fachpersonen als würdevoll beschrieben. Sie berichten, dass der Durst nach drei Tagen fast komplett verschwinde, der Sterbende schläfrig werde und dies als angenehm empfinde. Auch kann der Geist sehr klar sein. In der zweiten Woche können aber auch Delirien vorkommen, also starke Verwirrung und Unruhe.

Die Befragung zeigt weitere schwierige Seiten: In den letzten drei Lebenstagen wurden oft Schmerzen notiert (46 %), Übelkeit (41 %), Durst (48 %), Atemnot (40 %), Panikattacken (35 %) und Unwohlsein (39 %). Fringer sagt: «Beim Sterben können immer vielfältig ineinander verwobene Symptome vorkommen. Dies gilt auch für das Sterbefasten.»

Um diese Symptome zu mildern, werden die Personen in manchen Fällen sediert, das heisst mit Medikamenten schläfrig gemacht. Beim Sterbefasten wird dies aber als kritisch erachtet. Die Schweizerische Akademie der Medizinischen Wissenschaften SAMW hält in ihren ethischen Richtlinien fest: «Eine Sedierung zur Unterdrückung von Hunger- und Durstgefühlen ist nicht zulässig.»

Das Sterbefasten kann man auch abbrechen

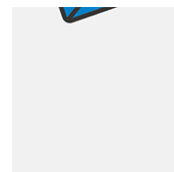
Dennoch notierten 10 % der Befragten eine kontinuierliche Sedierung, 36 % eine Sedierung nach Bedarf. «Es ist eine Gratwanderung», sagt Fringer, «einerseits will man den Sterbenden damit eine Entlastungsphase gönnen – andererseits ist es heikel, wenn die Person nicht mehr die Möglichkeit hat, den Sterbeprozess zu reflektieren.» Fringer findet beim Sterbefasten gerade das bewusste Erleben wertvoll. «Innerhalb der ersten Woche kann man den Prozess ohne bleibende Schäden abbrechen – und das ist schon vorgekommen.»

Ein noch problematischeres Ergebnis ist folgendes: In 7 Prozent der Fälle war die betroffene Person offenbar nicht bei der Entscheidung beteiligt. Wenn die Person dement war, sogar in 15 Prozent der Fälle. Die Studienautoren haben dafür keine Erklärung. Sie kommentieren aber, «die Freiwilligkeit der Entscheidung» könne damit infrage gestellt werden. Allerdings ist nicht bekannt, ob sich die Beteiligten in diesen Fällen für ein Sterbefasten entschieden haben oder ob ein Entscheid dann nicht gefällt werden konnte.

Generell findet Fringer das Sterbefasten gegenüber aktivem Suizid mehr ein «Gehen lassen» als ein «aus dem Leben reißen». Und doch antwortet er auf die Frage, ob es die sanfte Art zu sterben sei: «Wir wissen noch viel zu wenig darüber, um dies sagen zu können.»

Neuer Newsletter: Ostschweiz am Morgen

Gut informiert in den Tag. Die relevanten Themen, Bilder und Geschichten aus der Region, der Schweiz und der Welt im kompakten Morgenformat. [Jetzt kostenlos abonnieren](#)



Copyright © St.Galler Tagblatt. Alle Rechte vorbehalten. Eine Weiterverarbeitung, Wiederveröffentlichung oder dauerhafte Speicherung zu gewerblichen oder anderen Zwecken ohne vorherige ausdrückliche Erlaubnis von St.Galler Tagblatt ist nicht gestattet.