Weitere sozialrechtliche Informationen sowie Ratgeber zum kostenlosen Download finden Sie stetig aktualisiert unter www.betanet.de.

© 2025 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kobelweg 95, 86156 Augsburg | www.betanet.de

Palliativpflege durch Angehörige

1. Das Wichtigste in Kürze

Die Palliativphase stellt oft sehr spezielle Pflegeanforderungen, die Fachpersonal erfordern. Aber auch Angehörige können in vielen Bereichen mithelfen und pflegen, sofern sie das wollen und können. Gerade in der letzten Lebensphase kann dies eine gute Möglichkeit sein, Nähe und Verbundenheit zu zeigen und die Lebensqualität eines sterbenden Menschen zu verbessern.

2. Self Care: Achtung der eigenen Kräfte

Angehörige von schwerstkranken und sterbenden Menschen sind immer auch selbst Betroffene. Sie können Schuldgefühle und Ängste entwickeln, Erwartungen nicht erfüllen zu können. Auch Ängste vor dem körperlichen Zerfall der angehörigen Person, vor Schmerzen, vor starken Emotionen und Reaktionen, vor Persönlichkeitsveränderungen und nicht zuletzt Angst vor dem Tod können stark belasten. Neben diesen körperlichen und psychischen Belastungen kann es zu Spannungen in der Familie kommen, die zusätzlich Kraft kosten.

Um sich in dieser schweren Situation nicht zu überfordern, sollten Angehörige Unterstützung in Anspruch nehmen, Näheres unter Pflegende Angehörige > Entlastung .

Angehörige **müssen** nicht pflegen und sollten auch nicht dazu gedrängt werden. Sie sollten in jedem Fall die Zeit und Möglichkeit haben, ihre eigenen Bedürfnisse und bisherigen Rollen (Ehemann/Ehefrau, Mutter/Kind, Beruf) wahrzunehmen.

2.1. Praxistipps

- Der Ratgeber Palliativversorgung bietet viele Informationen zur Unterstützung von Angehörigen von Palliativpatienten, kostenloser Download: Ratgeber Palliativversorgung .
- Der Ratgeber "Die Pflegetipps - Palliativ Care" der Deutschen PalliativStiftung informiert zu vielen Fragen der häuslichen Pflege, kostenloser Download und Bestellung gedruckter Exemplare unter www.palliativstiftung.com > Publikationen > Bücher, Broschüren und Ratgeber .

3. Möglichkeiten der pflegerischen Unterstützung

Nachfolgend einige Pflegebereiche, die häufig in der Palliativphase wichtig sind und bei denen Angehörige sich gut einbringen können, wenn sie das möchten. Allerdings müssen sie dabei immer auch auf ihre eigene Belastbarkeit achten, siehe oben. Zudem sollten sie sich Tipps von Pflegefachkräften holen und sich bei Pflegetätigkeiten genau anleiten lassen.

3.1. Mundpflege

Die Mundpflege ist in der Palliativphase sehr wichtig, weil die Mundschleimhaut und die Lippen besonders anfällig sind. Sie können ausgetrocknet, gerissen, entzündet oder von Pilzen befallen sein. Gründe dafür sind z.B. die Krankheit selbst, Medikamente oder ein geschwächtes Immunsystem. Reduzierte Ernährung und Magen-Darm-Probleme können zu Mundgeruch oder einem schlechten Geschmack im Mund führen.

Das Ziel von Mundpflege ist, die Mundschleimhaut feucht, sauber und gesund zu halten sowie das Durstgefühl zu lindern. Die Mundpflege soll im Idealfall angenehm für die Person sein. Wenn sie sich nicht mehr äußern kann, sollte an der Mimik oder an kleinen Bewegungen beobachtet werden, ob die Mundpflege angenehm ist oder abgelehnt wird.

Maßnahmen zur Mundpflege sind:

- Speichelfluss anregen, z.B. durch Lutschen von gefrorenen Getränken oder Fruchtstückchen oder Zitronenbutter
- Mundbefeuchtung: Spülen oder Auswischen des Mundes mit Wasser oder Tee, bei Schluckstörungen mit Pipette
- Lippenpflege

Konkrete Mundpflegetipps geben Pflegekräfte und Palliativteams. Es gibt hier sehr viele Möglichkeiten, die stark von der Erkrankung und der Situation des Patienten abhängen.

3.2. Hautpflege

Die Haut ist das größte Sinnesorgan und auch sie leidet häufig in der Palliativphase: Hauttrockenheit, unerträglicher Juckreiz, Einstichstellen, Reizungen durch Pflaster, Druckstellen, Entzündungen, Wunden und Geschwüre - die Beschwerden können vielfältig sein.

Bei der Hautpflege können Angehörige gut mithelfen. Waschen, cremen, ölen, massieren - das sind einfache Tätigkeiten, die aber viel Wohlbefinden und Nähe vermitteln können. Wie warm oder kalt, wie fest oder sanft, wie nass oder trocken, wie ölig oder wässrig und wie häufig gut ist, sollten Patient und Pflegeperson miteinander ausprobieren. Auch auf die Raumluft sollte geachtet werden, sie sollte nicht zu trocken sein. Es kann auch Hautprobleme geben, die durch Medikamente gelindert werden können.

3.3. Lagerung/Mobilisation

Lagerung und Mobilisation bedeutet, dass die Person richtig im Bett liegen und, wenn möglich, bewegt werden soll. Das kann sehr verschiedene Aspekte haben, weswegen die richtige Lagerung und Mobilisation immer mit den professionellen Pflegekräften abgestimmt werden sollte.

Hier nur einige Beispiele:

- Wenn der Oberkörper höher liegt, erleichtert das bei Atembeschwerden das Atmen. Es kann auch Übelkeit lindern.
- Umlagern beugt Druckstellen und Wundliegen vor. Dafür gibt es auch sog. Anti-Dekubitus-Matratzen, die bei bettlägerigen Menschen die Auflagestellen schützen und verändern.
- Schmerzen in bestimmten Körperregionen können durch spezielle Lagerung gelindert werden.

Allerdings sollte man in den letzten Tagen und Stunden auf viele Maßnahmen verzichten, wenn ein Mensch sehr schwach ist, dann ist Ruhe oft wichtiger.

3.4. Aromapflege und -therapie

Ätherische Öle und Pflanzenauszüge werden vor allem eingesetzt, um die Raumluft zu verbessern, unangenehme Gerüche zu nehmen, Übelkeit zu lindern, zu beruhigen oder zu beleben. Häufige Anwendungen sind Duftlampen, Massage- und Pflegeöle oder Ölbäder.

Ätherische Öle wirken über den Geruchssinn emotional, über Schleimhäute und die Haut werden Inhaltsstoffe aufgenommen. Auch wenn ätherische Öle frei verkäuflich sind, sollten sie nur innerlich eingenommen werden, wenn ein erfahrener Aromatherapeut entsprechende Empfehlungen ausspricht. Jede innerliche Einnahme muss zudem mit dem Arzt abgesprochen werden, da sich Wechselwirkungen mit Medikamenten ergeben können.

3.5. Wickel und Auflagen

Wickel und Auflagen können wärmen oder kühlen, beruhigen oder beleben und Beschwerden wie Schmerzen oder Magen-Darm-Probleme lindern. Es gibt Wickel und Auflagen mit und ohne Wirksubstanzen. Die Substanzen pflegen die Haut oder werden über diese aufgenommen.

Das Anlegen eines Wickels oder einer Auflage sollte sorgfältig vorbereitet und ruhig durchgeführt werden. Auch wenn es "probate" Hausmittel sind, sollten sie immer in Abstimmung mit anderen Pflege- und Therapiemaßnahmen erfolgen. Denn was beim einen Patienten lindert, kann beim anderen die Beschwerden verstärken.

3.5.1. Kosten

Die Kosten für Wickel und Auflagen können ggf. auf Nachfrage von der Krankenkasse übernommen werden, wenn die Anwendung ärztlich verordnet wird.

4. Beschäftigung und Ablenkung

Wenn der Kopf mit angenehmen Tätigkeiten oder Erinnerungen beschäftigt ist, bringt das enorme Lebensqualität, reduziert das Leid und lässt schwere Phasen vergessen.

"Vergessen" ist hier wörtlich zu nehmen: Unangenehmes wie Schmerz wird vom Kopf gelernt. Je öfter es wahrgenommen wird, desto schneller reagiert er. Umgekehrt heißt das: Je öfter es in der Palliativphase angenehme Erlebnisse gibt, desto erträglicher wird die letzte Lebenszeit. Näheres auch unter Beschäftigung in der finalen Lebensphase.

5. Wer hilft weiter?

- Adressen von Pflegestützpunkten, die Pflegeberatung anbieten, bietet die Stiftung "Zentrum für Qualität in der Pflege" (ZQP) unter www.zqp.de > Angebote > Beratungsdatenbank.
- Oft wünschen sich Angehörige professionelle Unterstützung bei der Pflege und Betreuung des Sterbenden. Ambulante Hospizdienste bieten praktische Hilfe, z.B. durch Nachtwachen, Sterbebegleitung sowie Trauerarbeit mit den Angehörigen.

- Adressen von ambulanten Hospizen finden Sie im Wegweiser Hospiz und Palliativversorgung unter https://wegweiser-hospiz-palliativmedizin.de .

6. Verwandte Links

Ratgeber Palliativversorgung

Palliativphase

Palliativphase > Familie

Palliativphase > Selbstständigkeit und Mobilität

Familienpflegezeit

Palliativphase > Symptome

Palliativpflege

Pflege > Schwerstkranke und Sterbende

Sterbebegleitung