

# Inhalt

## Vorwort

Erste Hilfe und Letzte Hilfe als Ausdruck gelebter Mitmenschlichkeit .....	5
---	---

## Sterben ist ein Teil des Lebens

Warum alle Menschen Grundausbildung in Letzter Hilfe brauchen .....	9
Erste Hilfe und Letzte Hilfe: Beides gehört zusammen .....	10
Die Kette der Palliativversorgung .....	11
Der Letzte-Hilfe-Kurs: Überblick .....	13
Woher kommen wir, was wird aus uns? .....	15
Wie erkennt man, dass ein Mensch stirbt? .....	16
Was passiert, wenn ein Mensch stirbt? .....	18
Begriffe und Definitionen aus der Palliativversorgung ....	19

## Vorsorgen und Entscheiden

Reaktionen auf begrenzte Lebenszeit und Trauer .....	22
Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht .....	27

---

## Körperliche, psychische, soziale und existenzielle Nöte lindern

Mögliche belastende Beschwerden und Symptome am Lebensende .....	32
Ernährung und Flüssigkeit am Lebensende .....	35
Möglichkeiten der Ernährung und Flüssigkeitsgabe .....	36
Ernährung und Flüssigkeit in der Sterbephase .....	40
Mundtrockenheit – Mundpflege als praktische Maßnahme der Letzten Hilfe .....	40
Praktisches Vorgehen bei der Mundpflege .....	42

## Abschied nehmen

Was ist nach dem Tod zu veranlassen? .....	45
Vorschlag für ein Kerzenritual .....	48
Bestattungsformen .....	49
Mein Koffer für die letzte Reise .....	56

## Anhang

Über die Autoren .....	60
Kontakt .....	62
Literatur .....	63

---