

Letzte Hilfe Kurse

wurden von Georg Bollig konstruiert, er ist Palliativmediziner, Notfallmediziner und Forscher.

Die Idee eines Letzte Hilfe Kurses wurde von Georg Bollig erstmals 2008 im Rahmen seiner Master Arbeit in Palliative Care beschrieben.

Nach dieser ersten Idee der Letzte Hilfe Kurse gab es ab 2014 in Norwegen und 2015 in Deutschland und Dänemark erste Kurse.

Erste Hilfe und letzte Hilfe gemeinsam ist eine humane Haltung und die Bereitschaft, anderen Menschen in Not beizustehen.

Beides kann aktiv geschehen, wie zum Beispiel durch das Verbinden von Wunden und die Herz-Lungen-Wiederbelebung in der Ersten Hilfe.

Aber auch letzte Hilfe kann aktiv sein durch die Mundpflege, das Haltgeben bei Unruhe/Verwirrtheit, aber auch Dasein/Dableiben angesichts schwieriger Situationen bei Sterbenden.

Eine hinwendende Haltung und bürgerschaftliches Engagement bilden das gemeinsame Fundament von Erster und Letzter Hilfe.

Definitionen von Erste Hilfe und Letzte Hilfe nach Dr. Bollig

Erste Hilfe

Maßnahmen zur Hilfe bei akuter Verletzung und Erkrankung mit dem primären Ziel, das Überleben der Betroffenen zu sichern.

Letzte Hilfe

Maßnahmen zur Hilfe bei lebensbedrohlichen Erkrankungen mit dem primären Ziel, der Linderung von Leiden und Erhaltung von Lebensqualität.

In Zukunft werden wir, die HospizmitarbeiterInnen, „[Letzte Hilfe Kurse](#)“ bei uns vor Ort anbieten.

Die Kurse können kompakt an einem Nachmittag oder Abend absolviert werden.

Die TeilnehmerInnen lernen Letzte Hilfe, also die Begleitung Schwerkranker und Sterbender am Lebensende.

Die vier Unterrichtsstunden stehen jeweils für eines der vier Module:

1. Sterben ist ein Teil des Lebens
2. Vorsorgen und Entscheiden
3. Leiden lindern
4. Abschied nehmen vom Leben

Im Kurs sprechen wir über die Normalität des Sterbens als Teil des Lebens, natürlich werden auch Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht kurz angefügt.

Wir thematisieren mögliche Leiden als Teil des Sterbeprozesses und wie wir lindern können.

Zudem gehen wir darauf ein, wie man mit den schwereren, aber auch den leichteren Stunden umgeht.

Wir überlegen abschließend gemeinsam, wie man Abschied nehmen kann und besprechen unsere Möglichkeiten und Grenzen.

Wie auch bei der Ersten Hilfe soll die Letzte Hilfe Wissen zur humanen Hilfe und Mitmenschlichkeit in schwierigen Situationen vermitteln.