

# Die Dienste und Angebote des Christophorus Hospiz Vereins auf einen Blick:

multiprofessionell – überkonfessionell – kultursensibel

## Ambulanter Hospizdienst und Palliative Beratung

Beratung und Begleitung zu Hause

## Tagesangebot »Tandem«

Begegnung, Austausch, Begleitung

## Hospiz- und Palliativberatungsdienst

für Menschen mit Behinderung

## Palliativ-Geriatriischer Dienst

Beratung und Unterstützung für  
Bewohner und Mitarbeiter in Heimen

## Kultursensibilität

Begleitung, Bildung,  
Vernetzung

## Spezialisierte Ambulante Palliativversorgung (SAPV)

Beratung, Koordination und Symptom-  
behandlung zu Hause und im Heim

## Stationäres Hospiz

Sicherheit und Geborgenheit  
in der letzten Lebensphase

## Institut für Bildung und Begegnung

Vorträge, Fortbildung,  
Seminare

## Fachstelle Palliativversorgung

in der stationären Altenhilfe in  
Stadt und Landkreis München

## Unterstützung in der Zeit der Trauer

Beratung, Begleitung,  
Seminare



**CHRISTOPHORUS HOSPIZ VEREIN  
MÜNCHEN**

Für weiterführende Informationen wenden Sie  
sich gern an unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter:

### Christophorus Hospiz Verein e.V.

Effnerstraße 93  
81925 München

Tel: 089 / 13 07 87-0  
Fax: 089 / 13 07 87-13

ambulant@chv.org  
[www.chv.org](http://www.chv.org)



Die Publikation ist urheberrechtlich geschützt. Für den Inhalt ist das Ambulante Hospiz- und Palliative Care-Team verantwortlich. Eine weitere Verwendung ist nur mit Zustimmung des Christophorus Hospiz Vereins München möglich. Stand: 01/2025. Fotos: Mario Fichtner / istockphoto.com (ojos de hojalata, Turac Novruzova, KrizzDaPaul)

# Essen und Trinken am Lebensende...

Informationen für  
Betroffene und Zugehörige



## Natürliche Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme

Das Ess- und Trinkverhalten ist ursprünglich gesteuert durch Hunger und Durst sowie geprägt durch kulturelle und religiöse Einflüsse. Nahrungsmittel werden aufgenommen bis der Mensch sich satt fühlt oder der Durst gestillt ist. Da in unserem Kulturkreis Nahrungsmittel im Überfluss vorhanden sind, wird auch oft über ein Sättigungsgefühl hinaus gegessen und getrunken. Essen fördert und erhält soziale Verbundenheit und ist bei Festen sowie bei Einladungen ein zentraler Aspekt. Wenn zu viel Essen und Trinken aufgenommen wird, reagiert der Körper meist mit einem Spannungsgefühl, oft auch mit Übelkeit, Erbrechen und Müdigkeit. Der Körper muss Essen und Trinken verarbeiten.

## Hunger und Durst am Lebensende

Am Ende des Lebens verändert sich häufig das Ess- und Trinkverhalten. Hunger und Durst sind weniger vorhanden bzw. werden weniger wahrgenommen. Dies führt oft zu einem Gewichtsverlust und einer Austrocknung des betroffenen Menschen. Angehörige erschrecken beim Erkennen dieser Situation. Es fallen dann oft Worte wie „Verhungern“ oder „Verdursten“. Diese Begriffe werden häufig mit leidvollen Fantasien in Verbindung gebracht.

*Kann aber jemand, der nicht unter Hunger und Durst leidet, qualvoll verhungern oder verdursten?*

„Verhungern“ oder „Verdursten“ kann nur jemand der unter Hunger und Durst leidet und dem nichts angeboten wird. Im Alltag werden sterbende Menschen jedoch tendenziell zu sehr mit Essen und Trinken bedrängt.

Um ein „Verdursten“ zu verhindern ist oftmals der Wunsch nach einer Infusion vorhanden. Durstgefühl wird bei trockenem Mund erlebt. Eine Infusion macht jedoch den Mund nicht feucht. Dies gelingt nur durch ein regelmäßiges Befeuften der Mundschleimhaut mit Hilfe kleiner Schwämmchen, Watteträger oder anderer Hilfsmittel.

## Künstliche Ernährung und Flüssigkeitsgabe

Eine künstliche Ernährung und Flüssigkeitsverabreichung stellt grundsätzlich eine Form von Therapie dar. Anders als bei der natürlichen Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme, die über das subjektive Gefühl Hunger und Durst gesteuert ist, wird bei der künstlichen Ernährung und Flüssigkeitsgabe (auch mit einer Infusion) eine fest vereinbarte kcal-Zahl bzw. Flüssigkeitsmenge dem Körper verabreicht. Dies geschieht meist unabhängig davon, ob der betroffene Mensch Hunger oder Durst hat oder sich satt fühlt und der Durst gestillt ist.



### Mögliche Nebenwirkung einer künstlichen Ernährung oder Infusionstherapie können sein:

- Atemnot
- Verschleimung
- Übelkeit
- Erbrechen und Verschlucken von Erbrochenem
- Durchfälle
- Flüssigkeitseinlagerungen an den Händen, Füßen und in der Lunge

Diese Symptome lassen sich durch eine Verringerung, Pausieren oder Beendigung der künstlichen Ernährung oder Infusionstherapie lindern.

Essen zu kochen, herzurichten und einzugeben ist oft Ausdruck von Zuneigung und Sorge. Um so bedrohlicher wird es wahrgenommen, wenn Sterbende dieses gut gemeinte Angebot nicht mehr annehmen können.

Liebe und Zuneigung kann auch durch „Ersatznahrung“ wie bspw. **Mundpflege, Handmassage oder Vorlesen** angeboten werden.

Zusammenfassend kann in der Sterbephase in vielen Fällen gesagt werden: **„Weniger ist mehr“.**

**„Lieber ein Bissen mit Genuß als viele mit Belastung.“**