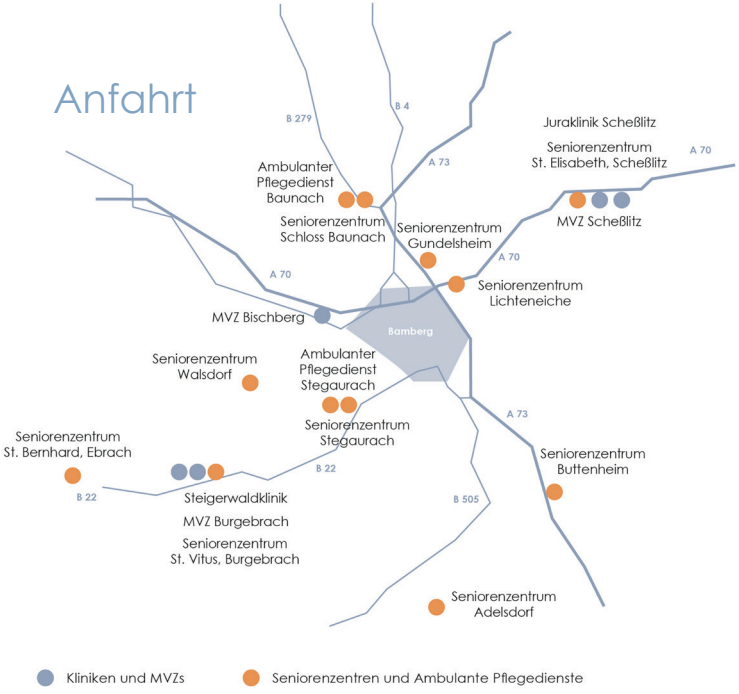
# Essen und Trinken am Lebensende

## Spezifische Mundpflege am Lebensende

- Mundtrockenheit - regelmäßiges Anfeuchten hilft
- Sanfte Mundpflege: Weiche Zahnbürste, feuchter Tupfer, milde Mundpflegemittel, kleine Sprühflasche oder Pipette
- Lippen, Zunge, Gaumen, Backentaschen ausstreichen
- Die Auswahl der Flüssigkeiten richtet sich nach den Wünschen des Betroffenen. Wasser, Lieblingsgetränke, spezielle Mundpflegeöle, bei wachen Patienten Eiswürfel, Kaubonbons zur Unterstützung der Speichelfunktion
- Lippen frisch halten: Lippenbalsam oder Öl sanft auftragen
- Luftfeuchtigkeit: Die Raumluftfeuchtigkeit angenehm halten
- Beobachten: Bei roten oder schmerzhaften Stellen, Blutungen, extremer Trockenheit informieren Sie einen Arzt oder eine Pflegefachperson
- CAVE: Vorsicht, wenn der Saug- oder Schluckreflex erloschen ist. Es besteht die Gefahr, dass Flüssigkeit in die Luftröhre gelangt

Bildhinweis: KI-generiert

## Anfahrt




## Ihre Ansprechpartner:

Wenden Sie sich vertrauensvoll an die **Pflegefachkraft** in Ihrer Klinik oder in Ihrer Senioreneinrichtung.

**Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter informieren Sie gerne auch in einem persönlichen Gespräch.**


Gemeinnützige Krankenhausgesellschaft
des Landkreises Bamberg mbH
Oberend 29 - 96110 Scheßlitz
Telefon: 09542-779-0
Telefax: 09542-779-199
E-Mail: info@gkg-bamberg.de
www.gkg-bamberg.de



Stand: 09/2026


Ludwig Erhard Preis 2025
Recognised for Excellence 4 Star

# Wir sorgen für Sie. Steigerwaldklinik Burgebrach

Palliativmedizinischer Dienst

# Essen und Trinken am Lebensende

Normalität, Fürsorge, Würde

Unterstützung für Angehörige.
Liebevolle Nähe statt Druck.

GKG
Gesundheit & Lebensqualität
für die Region Bamberg

## Was geschieht im Körper am Lebensende?

- Weniger Appetit und geringere Nahrungsaufnahme können Teil des natürlichen Sterbeprozesses sein
- Der Stoffwechsel verlangsamt sich, dadurch braucht der Körper weniger Energie
- Verminderte Durchblutung im Magen-Darm-Trakt
- Organfunktionen lassen nach (Nieren, Leber, Darm)

## Belastungen durch Nahrung

- Übelkeit und Erbrechen
- Blähungen und Bauchschmerzen
- Krämpfe und Koliken
- Völlegefühl trotz kleiner Mengen
- Reflux fördert Atemnot
- Aspirationsgefahr

## Warum eine hohe Flüssigkeitszufuhr am Lebensende nicht sinnvoll ist

- Die Nierenfunktion ist reduziert - Gefahr von Einlagerungen (Lungenödeme - Atemnot, Beinödeme, verstärkte Sekretbildung)
- Kein Durstgefühl trotz geringer Trinkmenge
- Zu viel Flüssigkeit kann das Sterben erschweren

Essen und Trinken
am Lebensende

## Ziel am Lebensende - Komfort statt Ernährung

- Begleitung statt Druck: Unterstützung anbieten, aber niemanden zum Essen und Trinken zwingen
- Angenehme Sinneserfahrung schaffen, z. B.: Musik, angenehme Gerüche oder Vorlesen
- Orientierung an individuellen Wünschen
- Nähe und Präsenz zeigen: Zeit miteinander verbringen
- Wenn Essen schwerfällt: Trost, Musik, Vorlesen, Gespräche
- Würde, Komfort und Selbstbestimmung bis zuletzt wahren
- Verständnis für die Situation zeigen

„Der Mensch stirbt nicht, weil er aufhört zu essen und zu trinken, sondern er hört auf zu essen und zu trinken, weil er stirbt."

Essen und Trinken
am Lebensende

„Wenn ein schwerstkranker Mensch aus freiem Entschluss nicht mehr essen und trinken will, um sein Sterben zu beschleunigen, dann ist das zu respektieren."

## Der Mythos „Sie verdursten"

- Sterbende spüren meist keinen quälenden Durst
- Das Trockenheitsgefühl entsteht nicht durch Dehydration, sondern durch den Wechsel von Nasenatmung zu offener Mundatmung
- Trockene Schleimhäute können zu zusätzlichen Beschwerden wie Wunden und Infektionen führen und verursachen häufig Unbehagen, Schmerzen sowie eine verminderte Lust auf Essen und Trinken
- Eine sorgfältige Mundpflege kann diesen Beschwerden vorbeugen und zudem das subjektive Durstgefühl deutlich lindern