

Ein paar Gedanken zur «Fastenzeit»

In vielen Religionen wird gefastet. Die verschiedenen Glaubensgemeinschaften haben jeweils ihre eigenen Fastenzeiten und Regeln.

In der christlichen Welt befinden wir uns gerade in der Halbzeit des 40-tägigen Fastens vor Ostern. Muslime haben gerade den Fastenmonat Ramadan hinter sich gebracht, während die jüdische Glaubensgemeinschaft Mitte April das Pessach-Fest sowie den Busstag «Ta'anit» begeht.

Trotz unterschiedlicher Ursprünge und Traditionen soll das Fasten dazu dienen, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren, sich von Ablenkungen zu lösen und näher zu Gott zu kommen.

Ganz anders verhält es sich hingegen mit dem «Sterbefasten». Das Palliativnetz Liechtenstein hat erst kürzlich zu diesem Thema im Fortbildungsseminar «Palliative Care» einen Fokusvortrag und eine Podiumsdiskussion abgehalten.

Der freiwillige Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit (FVNF) – «Sterbefasten» wird dabei von manchen Patienten als Möglichkeit gewählt, um den Sterbeprozess zu beschleunigen oder das eigene Leben vorzeitig zu beenden.

Das Sterbefasten ist zu einem relevanten Thema für das Gesundheitspersonal und sicher auch für die Angehörigen in der Sterbebegleitung geworden. Wird sowohl auf Nah-



Der freiwillige Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit (FVNF) – «Sterbefasten» wird von einigen Patienten als Möglichkeit gewählt, um den Sterbeprozess zu beschleunigen oder das eigene Leben vorzeitig zu beenden. Bild: iStock

rungsaufnahme als auch Trinken verzichtet, tritt der Tod nach vier bis fünf Tagen ein. Wird nicht gänzlich auf Flüssigkeitszufuhr verzichtet, kann sich der Sterbeprozess auch wesentlich länger hinziehen. Der Patient wird dabei zusehends schwächer und benötigt palliative Pflege. Auftretende Schmerzen und besonders starkes Durstgefühl müssen dabei vom Pflegepersonal

so gut wie möglich reduziert werden.

Die professionelle Begleitung eines freiwilligen Verzichts auf Nahrung und Flüssigkeit wird mittlerweile als Teil der Palliative Care anerkannt. Die Abgrenzung zum assistierten Suizid ist allerdings schwierig, und auch der Prozess des Sterbefastens selbst ist für die Betroffenen, die Angehörigen und die

involvierten Fachpersonen anspruchsvoll.

Nach bisherigen Erfahrungen entscheiden sich Personen jeden Alters für diesen Weg, wobei über 90 Prozent der Betroffenen älter als 66 Jahre alt sind. Die sterbewilligen Personen leiden, in den meisten Fällen, an einer Krebserkrankung oder anderen körperlichen oder psychischen Erkrankungen, sehen keine Aussicht auf

Besserung ihres Zustandes und haben Angst davor, von anderen abhängig zu sein.

Sterben und insbesondere ein freiwilliger und selbstbestimmter Abschied vom Leben sind und bleiben ein grosses Tabu. Trotzdem kommen wir als Gesellschaft nicht umhin, uns mit diesen Themen und den damit verbundenen ethischen Fragen auseinanderzusetzen. (lsb)



T 230 48 00
info@seniorenbund.li
www.seniorenbund.li

- 7. April, Mo.**
16.00 - 17.00 Uhr
Walking Football - Trainingsstart
Für Männer und Frauen ab 60 Jahren; Anmeldung beim Seniorenbund; Ort: Rheinparkstadion
- 8. April, Di.**
18.00 Uhr
Kochklub 60+
Es gibt wieder freie Plätze! Anmeldung bis zum 7. April bis 10 Uhr beim Seniorenbund. Ort: Weiterführende Schulen Vaduz
- 9. April, Mi.**
08.00 / 13.30 Uhr
Kurs: Fit am Steuer - Autofahren Auffrischkurs Theorie & Praxis.
Vor- und Nachmittag ausgebucht. Subventioniert durch die KfU. Ort: Driving Center Sennwald.
- 11. April, Fr.**
10.00 - 11.30 Uhr
Generationenprojekt: Einladung zum „Sprachcafé“ in der formatio Privatschule
Anmeldung bis zum 7. April bis 12 Uhr beim Seniorenbund.
- 15. April, Di.**
09.00 - 11.30 Uhr
Rechtsberatung für LSB Mitglieder (Ausgebucht/Warteliste)
Nächster Termin: 20. Mai 2025. Ort: Seniorenbund, Schaan
- ** April, Mi.**
Englisch Sprach-Café
Die drei Englisch Sprach-Café Gruppen in Schaan sind derzeit ausgebucht.
**Alle Termine sind online ersichtlich unter www.seniorenbund.li/angebot/kultur/sprach-cafe
- 02. Mai, Fr.**
14.30 Uhr
Seniorenkino „Was dein Herz dir sagt“
Ort: Altes Kino Vaduz. Das nächste Seniorenkino findet am 6. Juni statt.
- 14. Mai, Mi.**
9.00 - 12.15 Uhr
E-Bike Fahrkurs 60+
Praxis (Balance-, Geschicklichkeits-, Motorikübungen auf einem kl. Parcours und mehr) und Theorie (Strassenverkehrsregeln, Unfallprävention und mehr)
Anmeldung bis Dienstag, 6. Mai 2025, beim Seniorenbund. Ort: Rheinparkstadion Parkplatz

IBA Informations- und Beratungsstelle Alter - Eine Fachstelle vom Liechtensteiner Seniorenbund.
 Wir haben ein offenes Ohr für Ihr Anliegen und helfen Ihnen gerne weiter oder vermitteln Ihnen Kontakte zu den zuständigen Stellen.
 Ansprechpartner ist Jakob Gstöhl, Tel. 230 48 01 oder iba@seniorenbund.li



Jooly Epaulette 5
 Brillenfassung 145.-
 Einstärkengläser Orma von Essilor, mehrfach entspiegelt, inkl. UV-Schutz 90.-
 Einschleifen im eigenen Atelier (Paar) 100.-
Total 335.-



Gucci GG07690
 Brillenfassung 184.-
 Gleitsichtgläser Varilux® von Essilor, mehrfach entspiegelt, inkl. UV-Schutz 304.-
 Einschleifen im eigenen Atelier (Paar) 70.-
Total 558.-

Alle Preise in CHF. Preismodell «economy».
 Infos zu unseren Preismodellen unter www.federerbuchs.ch

Topqualität
 zu Toppreisen.

federerbuchs.ch
 NEUES SEHEN.

