



## Aus dem Inhalt des Buches „Ausweg am Lebensende“

Geleitwort von Dieter Birnbacher

Vorwort zur 4. Auflage

1. Vier Personen, die durch Sterbefasten den Tod vorzeitig herbeiführten
2. Informationen zum Freiwilligen Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit: Was man darüber wissen sollte
3. Informationen zum Freiwilligen Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit: Was zu tun ist
4. Änderungen im Stoffwechsel und subjektive Erfahrungen beim Einstellen der Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme; Vertretbarkeit bei nicht mehr einwilligungsfähigen Patienten
5. Rechtliche Fragen zum beabsichtigten, vorzeitigen Versterben durch Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit
6. Ethische Aspekte des Freiwilligen Verzichts auf Nahrung und Flüssigkeit

Prof. Dr. D. Birnbacher ist Ordinarius für Philosophie an der Universität Düsseldorf.

Dr. med. B. Chabot, PhD, ist Psychiater i.R. und Sozialwissenschaftler in Haarlem, Niederlande.

Dr. rer. nat. C. Walther ist Neurobiologe i.R. in Marburg.

Nützliche Informationen zum Versterben durch Freiwilligen Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit (FVNF) sind auch auf der Internetseite [www.sterbefasten.de](http://www.sterbefasten.de) zu finden, auf der künftig immer wieder über Erfahrungen mit Sterbefasten berichtet werden wird.

## Sterbefasten – ein Ausweg am Lebensende



## Selbstbestimmtes Sterben durch freiwilligen Verzicht auf Essen und Trinken

Ich bestelle aus dem Ernst Reinhardt Verlag:

..... Ex. **Chabot / Walther: Ausweg am Lebensende**  
Sterbefasten – Selbstbestimmtes Sterben durch freiwilligen Verzicht auf Essen und Trinken  
Mit einem Geleitwort von Dieter Birnbacher  
4., überarbeitete Auflage 2015. 180 Seiten.  
(978-3-497-02565-7) kt  
€ [D] 19,90 / € [A] 20,50

Name, Vorname: .....

Straße: .....

PLZ, Ort: .....

Datum /  
Unterschrift: .....

E-Mail: .....

**Einfach bestellen:**

Tel.: 089 / 178016-0 | Fax: -30 | Mail: [info@reinhardt-verlag.de](mailto:info@reinhardt-verlag.de)  
Ernst Reinhardt Verlag | Postfach 20 07 65 | 80007 München |  
Unsere AGB finden Sie hier: [www.reinhardt-verlag.de/de/agb](http://www.reinhardt-verlag.de/de/agb)



Wenn das Leben durch Alter und Leiden zur Last wird, möchte man irgendwann den Tod vielleicht „herbeirufen“ können. Wenn er nicht kommen will, stellt sich die Frage, ob man warten oder sein Schicksal selbst in die Hand nehmen will.

Einen Ausweg könnte der freiwillige Verzicht auf Nahrung und Flüssigkeit (FVNF) darstellen: Man unterlässt das, was in natürlicher Weise dem Erhalt des Lebens dient, – man hört auf zu essen und zu trinken. Man fastet also um zu sterben. Schon in der Antike war diese Möglichkeit des Sterbens im Alter bekannt. Doch ist das Wissen hierüber nicht allgemein verbreitet, und immer wieder erfinden Einzelne diese Möglichkeit für sich selbst.

Unser Buch „**Ausweg am Lebensende**“ soll dies nun ändern. Erstmals werden der Stand des Wissens über diesen Ausweg, genaue Angaben darüber, was zu tun ist, sowie ethische und juristische Abwägungen der Allgemeinheit zugänglich gemacht.

Es gibt keine triftigen juristischen oder medizinischen Gründe, die prinzipiell gegen diesen freiwilligen Abschied vom Leben (außer bei jüngeren Menschen) sprechen. Mancher schwer an Krebs leidende Mensch isst und trinkt nur noch wenig, und wenn er über FVNF Bescheid wüsste, würde er irgendwann vielleicht ganz damit aufhören, um endlich sterben zu können.

Weltanschauliche Barrieren, Unsicherheiten bei manchen Ärzten, der Vorrang der Effizienz im Pflegebereich und die Vermarktungspolitik der medizintechnischen und pharmazeutischen Industrie führen bei Patienten, denen man das Sterben wünschen darf, oft dazu, dass eine „Magensonde“, meist also eine PEG (perkutane endoskopische Gastrostomie) gelegt wird. Diese Technik, die in manchen medizinischen Situationen als vorübergehende Notmaßnahme ein Segen ist, entwickelt sich für viele alte Menschen eher zu einem Fluch.

Manche werden das Versterben durch FVNF als einen sanften, natürlichen Tod ansehen. Andere hingegen beunruhigt die Frage, ob FVNF ein grausames Verdursten zur Folge hat. Es gibt inzwischen genügend Belege dafür, dass dies normalerweise nicht der Fall ist. Das Durstgefühl lässt sich durch gute Mundpflege meist in erträglichen Grenzen halten.

Viele Patienten werden an manchen Tagen einen Arzt um ein Medikament bitten, damit sie FVNF besser bewältigen können. Ohne palliative ärztliche Begleitung kann der Weg (muss aber nicht) schwer werden. Man kann allerdings auch „umkehren“ und sich zum Weiterleben entschließen.

Für einen guten Verlauf von FVNF ist es durchaus nötig, sich im Voraus darum organisatorisch zu kümmern und Vorsorge für eine gute Mundpflege und andere medizinische Maßnahmen zu treffen. Wie dies im einzelnen geschehen sollte, ist in unserem Buch eingehend beschrieben.

Dass man das Leben nach einer autonomen Entscheidung eines Tages durch Sterbefasten beenden kann und hierfür keine schwierigen, z.T. rechtlich bedenklichen Vorbereitungen nötig sind, wird für manche etwas Befreiendes und Beruhigendes darstellen. Das gilt nicht nur für die, die über ihren Tod nachdenken, sondern auch für diejenigen, die Sterbende im Sinne der Hospiz-Idee begleiten: Sie können die Frage, ob der Tod denn nicht etwas früher kommen könnte, nun wenigstens in manchen Fällen beantworten, indem sie mit den Patientinnen über FVNF sprechen und gegebenenfalls ihre Unterstützung auf diesem Wege versprechen.

**Boudewijn Chabot**

**Christian Walther**

