

Inhaltsverzeichnis

Einführung	4
1 Ihr wichtigster Begleiter	4
2 Was eine gute Vorsorge leisten kann – und was nicht	8
3 Ein Weg, kein Formular: Ihr Wegweiser durch dieses Buch	12
I Die Grundlagen der Selbstbestimmung	17
4 Die 3 wichtigsten Schritte, die Sie heute noch tun können	20
5 Notfallsituationen verstehen	24
6 Der mutmaßliche Wille	27
7 Ihre häufigsten Ängste	32
8 Warum sich Ihr Wille ändern darf	36
9 Medizinische Behandlung – Nur mit Ihrer Einwilligung!	41
II Klarheit statt Angst: Was auf der Intensivstation wirklich geschieht	47
10 Heilen oder Lindern? Die zwei Ziele der Medizin	48
11 Die häufigsten Wege auf die Intensivstation	56
11.0.1 Geplante große Operationen	58
11.0.2 Schwere Herz-Kreislauf-Erkrankungen . . .	60
11.0.3 Sepsis („Blutvergiftung“)	61
11.0.4 Akutes Lungenversagen (ARDS)	63
11.0.5 Schwere neurologische Notfälle	65
11.0.6 Das schwere Trauma	66
12 Reanimation – Die Entscheidung über den Neustart	70
13 Apparatemedizin: Lebensretter und Leidensverlängerer	78
13.0.1 Die künstliche Beatmung	80

13.0.2	Der Luftröhrenschnitt (Tracheotomie)	82
13.0.3	Das Weaning: Der oft schwierige Weg zurück	84
13.0.4	Die Kreislaufunterstützung	85
13.0.5	Die Dialyse	87
13.0.6	Den Einsatz von Apparatemedizin klar regeln	89
14	Künstliche Ernährung und Flüssigkeit	92
15	Die medikamentösen Möglichkeiten der Palliativmedizin	100
16	Wie ein friedliches Sterben begleitet wird	109
17	Entscheidende Zustände: Wann greift meine Verfügung?	114
18	Prognosen und Wahrscheinlichkeiten verstehen	120
III	Ihr innerer Kompass: Wie Sie Ihre persönlichen Wünsche definieren	127
19	Was Lebensqualität für Sie wirklich bedeutet	128
20	Zwischen „alles tun“ und „in Ruhe lassen“	133
21	Der Umgang mit Angst, Hoffnung und Vertrauen	137
22	Von der inneren Haltung zur klaren Anordnung	140
IV	Ihr Schutzschild Teil 1: Die Patientenverfügung rechtssicher erstellen	145
23	Die Voraussetzung für einen gültigen Willen	146
24	Sonderfall Demenz – Handeln, solange noch Zeit ist	149
25	Die 8 Bausteine Ihrer wirksamen Patientenverfügung	155
26	Das Reichweitenproblem	158
27	Konkrete Entscheidungssituationen durchdenken	163
28	Wie Sie differenziert entscheiden	168
29	Von der Theorie zur Praxis: Die fertige Verfügung	172
V	Ihr Schutzschild Teil 2: Die Vorsorgevollmacht – Wer für Sie spricht	175
30	Warum Ihre Verfügung eine Vertretung benötigt	176
31	Die wichtigste Personalentscheidung Ihres Lebens	179

32 Das offene Gespräch	184
33 Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt ins Team holen	190
34 Die Vorsorgevollmacht für maximale Selbstbestimmung	195
35 Plan B und Notfallnetz	200
VI Die praktische Umsetzung: So wird Ihre Vorsorge im Ernstfall wirksam	207
36 Aufbewahrung und Auffindbarkeit	208
37 Wie Ihr Wille im Krankenhaus ankommt	211
38 So halten Sie Ihre Vorsorge aktuell	215
VII Aus der Praxis lernen: Was wir aus echten Schicksalen für unsere Vorsorge mitnehmen können	219
39 Frau Wagner und die Last der Ungewissheit	220
40 Herrn Scholz und die Macht einer präzisen Verfügung	226
41 Frau Berger und die Macht des gesprochenen Wortes	230
42 Frau Fischer und die besondere Vorsorge bei Demenz	234
43 Schlusswort	238
Anhang	242
Anhang A: Textbausteine für Ihre Patientenverfügung	242
Anhang B: Textbausteine für Ihre Vertretungsregelung	262
Anhang C: Ihre praktischen Werkzeuge	278
Anhang D: Glossar	291
Anhang E: Wichtige Adressen und weiterführende Links	298