

Inhaltsverzeichnis

Wie Sie dieses Buch für sich nutzen können	10
Warum schreibt man ein Buch über den Tod?	13

1. Mensch und Hund – treue Gefährten auf dem gemeinsamen Weg..... 19

Glück kann man doch kaufen.....	20
Nur ein Hund?	21
Du bedeutest mir so viel(es)	22
Coming-out: Ich liebe einen Hund	24
Mensch und Hund – eine Erfolgsstory.....	25
Mein eigen Fleisch und Fell	26
Hund macht gesund	27
Oxytocin – Kuschelhormon und Beziehungskitt	27
Glücklich in Schieflage – eine asymmetrische Beziehung	29
Wedelnde Werte	32

2. Entscheidungen treffen – Routenplanung..... 35

Die Qual der Wahl – oder die, keine zu haben.....	36
Eine Nacht darüber schlafen	39
Quantitative Pro – und Contra-Liste	40
Expertenrat oder Peer to Peer	40
Perspektivwechsel	41
Wertebasiert entscheiden.....	41
Selbstregulation statt Selbstkontrolle.....	41

Somatische Marker und Körpergefühl.....	43
Hinwendung oder Abwendung	44
Die Körperwahrnehmung trainieren	45
Konsens innerhalb der Familie finden	48
Irren ist menschlich	49

3. Sterben, Tod und Abschied – Gedanken über Weg und Ziel..... 51

Der Tod benutzt den Hinterausgang.....	52
Ein Bild entsteht durch Licht und Schatten	53
Kostbare Zeit.....	55
Was macht die Vorstellung vom Tod so schrecklich?.....	56
Darf mein Hund sterben?	60
Das Prinzip Hoffnung	62
Zwischen Fürsorge und Überforderung.....	62
Willkommen im Kabinett der Gefühle	64

4. Achtung, Absturzgefahr! – wenn der Weg jäh endet.....69

Unfall oder schwere Verletzung des Hundes	70
Plötzliche schwere Erkrankung des Hundes.....	72
Wenn der Hund verschwindet.....	73
Der unmögliche Abschied – mit der Ungewissheit leben	76
Wenn der Hund zurückbleibt	77
Abgabe des Hundes aus persönlichen Gründen	79

5. An der letzten Wegbiegung – wenn das Ende absehbar ist..... 85

Alter und chronische Erkrankung.....	86
Der alternde Hund.....	86
Leben mit einem älteren Hund.....	87
Geriatric in der Tiermedizin	89
Palliativmedizin und Sterbebegleitung	91

6. Das letzte Stück trage ich Dich – wenn den Gefährten die Kraft verlässt..... 95

Kontrolle um jeden Preis?.....	96
Was ist Leid?	97
Palliative Versorgung – Lebensqualität im Zentrum.....	100
Wie sieht ein Palliativkonzept aus – wer ist daran beteiligt?	103
Wie finde ich palliativmedizinische Unterstützung?.....	104
Was kann ich noch für mein Tier tun?	105
Eigene Wahrheit und sich scheidende Geister	107
Der Preis der Trauer für den Mut zu lieben	109
Was geschieht beim Sterben?	111
Feststellung des Todes	113
Die Zeit unmittelbar danach – dem Tod ins Angesicht schauen	114
Feierliche Abschiednahme.....	117
Kinder und Tod des Hundes	118
Andere Tiere und Tod des Hundes.....	120
Einige wichtige Formalitäten	121

Einschläfern – Fluch oder Segen?	121
Zu Hause oder in der Tierarztpraxis?	122
Was geschieht beim Einschläfern?	126
Für die Einschläferung verwendete Substanzen	127
So läuft das Einschläfern ab	129
Soll ich bis zum Ende dabei sein?	130
Abschied in der Tierarztpraxis.....	131

7. Unser Reisetagebuch –letzte Ruhe und Gedenken133

Wie will ich Deiner gedenken?	134
Letzte Ruhe	135
Tierkörperbeseitigung	136
Weltraum-, Mondbestattung & Co.	138
Beerdigung im (eigenen) Garten.....	139
Beerdigung auf einem Tierfriedhof	141
Die Einäscherung in einem Krematorium	142
Ablauf der Einäscherung.....	142
Umgang mit der Asche	144
Sammelkremierung und Basiskremierung	145
Bestattungsunternehmen oder Eigenregie?	146
Was macht eigentlich ein Tierbestatter genau?	146
Mit welchen Kosten muss ich rechnen?	147
Sterbeversicherung für Haustiere.....	150
Mensch-Hund-Grab – für immer vereint.....	150
Andenken und Gedenken	151

8. Alleine weitergehen – die Zeit und die Gefühle danach157

Die erste Zeit „danach“	158
Die Zeit der Trauer	159
Das Bild von den Trauerwellen	160
Vom Berg zum Kieselstein	161
Alles, was ist, darf sein	162
Über die Lücke verbunden bleiben	164
Erschwerte Trauer	165
Schuld verbindet	166
Trauma verhindert Trauerarbeit	168
„Pathologische“ Trauer und wann Sie sich professionelle Hilfe holen sollten	169

9. Den Blick heben – wieder offen werden für neue Begegnungen173

Ein neuer Gefährte?	174
---------------------------	-----

Anhang179

Wenn man ein Buch über den Tod geschrieben hat	180
Von Herzen Danke!	183
Über die Autorin	186
Literaturangaben und Referenzen	188
Persönliche Empfehlungen	191