

# Die Kraft Therapeutischer Berührung

Die Pflegeintervention Therapeutic Touch (TT) ist eine Entspannungs- und Berührungsmethode aus der modernen Energiemedizin und versteht sich als Pflegemaßnahme und ergänzende Behandlung zur Schulmedizin. Die ‚Therapeutische Berührung‘ in Kombination mit Energietraining bietet Gesunden wie Kranken, jungen wie alten Menschen, einen Weg zu Entspannung und Vitalität. Mit der Zusatzqualifikation Therapeutic Touch Practitioner eröffnet sich für die Pflegekräfte selbst ein individueller Weg.

**S**abine Seinen (Name der Patientin geändert) hatte kürzlich Geburtstag, sie ist 59 Jahre alt geworden. Sie hat einen liebevollen Mann, einen Sohn und eine Enkeltochter. Seit mehr als 18 Jahren befindet sich Sabine nach einem Narkose-Zwischenfall im Wachkoma. Diese außergewöhnliche Lebenssituation beeinflusst Betroffene und Angehörige tiefgreifend. Schon das Wort Wachkoma löst Ängste aus. Der Zustand ist für das soziale Umfeld des Betroffenen befremdlich, unbegreiflich und führt oft zur Hilflosigkeit. Von einem Tag auf den anderen ist nichts mehr ‚normal‘. Anfängliche Hoffnungen auf Genesung schwinden mit den Jahren, während die Erinnerungen an eine ehemals lebensfrohe Person verblassen.

## Ablauf einer Behandlung

An ihrem Bett sitzend, erkläre ich Frau Seinen zunächst, was ich vor habe. Ich gebe ihr Zeit, das Gesprochene aufzunehmen. Ein-fühlsmal suchen meine Hände Kontakt zu ihr. Ich beginne, ihren



*Im Fachpflegebereich für Wachkoma-Patienten des Pflegezentrum „Am Hofwiesenpark“ in Gera behandeln zwei ausgebildete TT-Practitioner innerhalb des pflegerischen Konzeptes die Patienten mit energetischen Berührungen.*

Körper ‚auszustreichen‘. Das ist vorbereitend wichtig, um ihr den eigenen Körper spürbar und ihre Körpergrenzen wahrnehmbar zu machen. Mit beiden Händen modelliere ich ihre Körperformen nach, erst ganz sanft, später etwas kräftiger und informativer. Dieser Kontakt bleibt während der gesamten Behandlung bestehen. Die Geschwindigkeit passt

ihrem Wahrnehmungsvermögen an. Zu Beginn spüre ich noch eine gewisse Abwehr, der Tonus der Muskulatur steigt, die Mimik ihres Gesichts wirkt angespannt, kleine Stressfältchen zwischen den Augenbrauen sind deutlich zu erkennen. Ihre Augen sind weit geöffnet. Ich halte inne, warte einen Moment, meine Hände bleiben am Körper, sie wollen sagen,

dass ich verstanden habe. Als ihre Anspannung nachlässt, fahre ich fort.

Nun beginne ich, zusätzlich über meine Hände sanft Energie in den Körper einfließen zu lassen, stets konzentriert auf alles, was ich spüre. Ziel einer jeden TT-Behandlung ist es, das gesamte Energiefeld eines Menschen zu harmonisieren. Ich fühle, wie sich der Muskeltonus weiter entspannt. Immer wieder gebe ich der Patientin zusätzlich verbale Informationen über das, was ich tue. Ich teile ihr mit, dass ich eine TT-Behandlung durchführe und sage ihr, wo meine Hände gerade sind und wohin ich sie als nächstes legen werde. Nach etwa fünf Minuten wird ihre Atmung ruhiger. Ein Kontrollblick auf das Monitoring bestätigt mir, dass sich der anfangs erhöhte Puls normalisiert hat. Die Sauerstoffsättigung steigt an. Auf die verbale Information verzichte ich jetzt, lasse nur noch meine Hände sprechen und gebe weiter Energie. Ihre Stressfältchen haben sich längst entspannt, Frau Seinen schließt ihre Augen.

Das automatische Aufpumpen der Blutdruckmanschette reißt uns



**Sanfte Berührungen und das Fließen von Energie über die Hände der TT-Anwenderin bringen das gesamte Energiefeld der Patientin in Harmonie.**

beide aus der Entspannung. Diesmal dauert es allerdings nur wenige Momente bis die Patienten wieder völlig entspannt ist. Ihr Puls ist regelmäßig und ihre Atemzüge tief und gleichmäßig. Nach weiteren fünf Minuten ist sie eingeschlafen. Ich löse ganz langsam meine Hände von ihrem Körper und decke sie behutsam zu. Auf 'Leisen Sohlen' verlasse ich den Raum.

## Grundlagen und Entwicklung von Therapeutic Touch

TT wurde schon in den 70er Jahren in den USA von der Pflegeprofessorin Dolores Krieger konzipiert. Sie wollte die Berührung, die wir als Pflegende ständig ausführen,

nutzen, um gezielt heilsame Prozesse beim Patienten zu fördern. Dafür schaute sie weit zurück und gleichzeitig weit voraus, denn sie verband das alte Wissen der Naturvölker um den Zusammenhang

von Energie und Berührung mit moderner Wissenschaft. Jahrelang erforschte sie in Krankenhaus und Universität die medizinisch-therapeutischen Wirkungen der Therapeutischen Berührung und etablierte sie im Krankenhaus. Heute liegen über 600 Studien und Untersuchungen über die Wirkung von TT vor. Weltweit profitieren verschiedenste Gesundheitsbereiche von der Geburtshilfe bis zur Altenpflege davon. Das enorme Wirkungsspektrum der Therapeutischen Berührung umfasst unter anderem Entspannung, Schmerzreduktion, Stress- und Angstminderung sowie beschleunigte Wundheilung.

An meinem Arbeitsplatz im Fachpflegebereich für Wachkomapatienten werden 27 Schwerst-

schädel-Hirnverletzte von einem multiprofessionellen Team aktivierend gepflegt und gefördert. Dieser Herausforderung stellen wir uns seit 1990 mit dem Ziel, die uns anvertrauten Menschen bestmöglich zu betreuen, um ihnen eine adäquate Lebensqualität zu ermöglichen. Unser Heimkonzept beinhaltet die Anwendung von TT durch zwei ausgebildete TT-Practitioner.

Eine TT-Behandlung dauert 10 bis 20 Minuten und folgt festgelegten Schritten, in denen das Energiefeld des Patienten gelesen, behandelt und evaluiert wird. Energetische Berührungen können ohne zeitlichen Mehraufwand flexibel in pflegerische Tätigkeiten integriert werden. Wir führen Kurzbehandlungen bei Kontrakturen, beim Versorgen von Wunden und Dekubiti sowie bei Einreibungen und anderen pflegerischen Versorgungen durch. Voraussetzungen dafür sind die eigene Zentrierung, das heißt die Fokussierung auf sich selbst, dazu eine annehmende und wertschätzende Haltung, ein eigenes hohes Energieniveau und die ganzheitliche Wahrnehmung des Patienten – Fähigkeiten, die während der TT-Ausbildung intensiv geschult werden. Die Therapeutische Berührung

## Therapeutic Touch und Energietraining

### Energietraining:

Das eigene Energieniveau dauerhaft erhöhen. Energetische Körperübungen in Kombination mit Atmung, Meditation, Tanz, Energiearbeit. Die gelernten Energieübungen werden trainiert, zu Hause, am Arbeitsplatz zur Entspannung, für die eigene Gesundheit...

### Therapeutic Touch (TT):

„Therapeutisches Berühren“, weltweit in Kliniken, Pflegeheimen... praktizierte standardisierte Energiebehandlung. In den Fortbildungen zum TT-Practitioner (Zertifikat/Gesundheitsberufe), Energietrainer/In (Zertifikat/Ziel: eigene Praxis) erlernen die Teilnehmer die Standardbehandlungen und darüber hinausführende Techniken. Therapeutic Touch ist eine Zusatzqualifikation für alle Pflegeberufe.

### Ausbildung & Informationen:

Deutsches Institut für Therapeutic Touch/ISTTE Haltern am See  
Sabine Dietrich, R.-Freericks-Straße 12, 45721 Haltern am See  
Tel.: 02364/508885, schule@istte.de, www.istte.de

## Das Duschgerät samt Abwasserbehälter kommt auf Rollen zum Patienten.

**Bei liegendem Patienten wird ein wasserdichtes Bettlaken mit eingebautem Abfluß untergelegt und auf einfache Weise zur Duschwanne umfunktioniert.**

**Keine sanitären Anlagen im Krankenzimmer erforderlich.**

**Herstellung für jede Bettgröße.**

Im Pflegehilfsmittelverzeichnis unter der Reg. Nr. 51.45.01.1001 registriert.

Weitere Informationen senden wir Ihnen gerne zu:

**HEIWASCH • Dipl.-Ing. Dieter Heier**  
Am Auweg 6A • 61231 Bad Nauheim  
Telefon 0 60 32 / 54 60 oder 01 71 / 28 58 51 3  
Telefax 0 60 32 / 32 81 8  
Internet: <http://www.heiwasch.de>  
email: [info@heiwasch.de](mailto:info@heiwasch.de)

Patentiertes System



**HEIWASCH**

lässt sich sehr gut in den Pflegealltag von Wachkoma-Patienten integrieren und mit anderen pflegerisch-medizinischen Konzepten kombinieren.

## Wirkung Therapeutischer Berührung

Berührung begleitet uns von der Geburt an bis zum Tode und fördert in allen Lebenslagen unser Wachstum, unsere Wahrnehmung und unser Wohlbefinden. Fehlender Körperkontakt hingegen hemmt die körperlich-seelische Entwicklung und führt bis zu Vereinsamung und Depression. Kein Mensch kann dauerhaft existieren, ohne zu berühren und berührt zu werden. Das belegen Forschungsergebnisse der modernen Haptikforschung und Neurobiologie. Schon im Mutterleib wird ein haptisches Gedächtnis angelegt, das sich im Laufe des Lebens erweitert.

Die Forschungsgruppe um Professor Martin Grunwald des deutschen Haptiklagers der Universität Leipzig berichtet von der Chemie der Berührung. Häufige Berührung hat positive Auswirkungen wie die Produktion des Beziehungs- hormones Oxytocin und die Beeinflussung von Wachstums- und Stresshormonen. Berührungs- mangel löst gegenteilige Prozesse aus, fehlende Berührung kann sogar zu lebensbedrohenden Krankheitsbildern führen.

Besonders bei Menschen, die über die Sprache nicht sicher erreichbar sind, sehr wohl aber über Sinneswahrnehmungen und Gefühle, spielt Berührung eine zentrale Rolle. Therapeutisch zu berühren ist ein Potenzial, das jedem Menschen innewohnt. Wir können mittels gezielter Berührungstechniken das Energiefeld



**Sichtlich entspannt sich Frau Seinen bei der Therapeutischen Berührung.**

ausgleichen, Blockierungen ähnlich wie bei der Akupunktur lösen und zusätzlich dem geschwächten Organismus Energie zuführen. Patienten nehmen dies als Wohlgefühl wahr, die Selbstregulierung des Körpers wird angeregt und der Heilungsprozess unterstützt. Die Wirkungen reichen von tiefer Entspannung, Verminderung von Unruhe- und Erschöpfungszuständen, Reduktion von Angst, Stress und Schlafstörungen, beschleunigter Wund- und Knochenheilung, bis zur Steigerung der Vitalität und des Wohlbefindens. Während in den USA der Trend dahin geht, überwiegend im Energiefeld mit Abstand zur Hautoberfläche zu behandeln, legt das Deutsche Institut, das nach europäischem Standard arbeitet, Wert darauf, möglichst viel direkte Berührung auszuführen. Diese Entscheidung hat sich parallel zu den neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen zum Thema Berührung ergeben. In Deutschland werden verschiedene Berührungsarten und -techniken angewandt, um den Patienten möglichst individuell behandeln zu können und ihn vor allen Dingen so zu berühren, wie

er es braucht und es ihm gut tut. Die Wirksamkeit von TT ist untersucht und dokumentiert. Im Jahr 2001 wurde unter Dauer-EKG die Herzratenvariabilität gemessen und festgestellt, dass während der TT-Behandlung einerseits das subjektive Stressempfinden sinkt, interessanterweise gleichermaßen für die Testpersonen wie für die Behandelnden selbst. Andererseits erhöhte sich die parasympathische Aktivität während der Behandlung für die Probanden signifikant. Bereits 1990 kam TT bei Babys und Kleinkindern in den USA zum Einsatz. Das Ergebnis der Studie, die auf physiologischen Messungen beruht: Die signifikante Stressreduktion begann bereits drei Minuten nach Behandlungsbeginn. 1997 wurde bei Studenten mit Prüfungsangst eine verbesserte Immunlage nach TT gemessen. Besonders bemerkenswert sind die ‚harten‘ Studien, bei denen biochemische oder physiologische Messergebnisse vorliegen. So wurden nicht nur bei unruhigen Alzheimer-Patienten im Anschluss an TT-Behandlungen niedrigere Cortisolwerte in Speichel und Urin gemessen. In

Studien aus den Jahren 2003 und 2005 stellten Forscher fest, dass Frauen mit Brustkrebs positiv auf Berührungstherapie reagierten, weniger Ängste hatten und die Funktion ihres Immunsystems sowie des neuroendokrinen Systems – gemessen an den drei Parametern Dopaminwert, Zahl der Abwehrzellen und Zahl der Lymphozyten – sich verbessert hat.

## Self Care und mehr Gesundheit für die Pflegekräfte

Ein besonders positiver ‚Nebeneffekt‘ der Energiemethoden: Die Anwender selbst kommen durch Behandlungen und energetische Körper- und Wahrnehmungsübungen in den Genuss von mehr Energie und Lebensqualität. TT ist eine ideale Ergänzung für Pflegekräfte und Therapeuten, die sich beruflich weiterentwickeln und die eigene Gesundheit aktiv in die Hand nehmen wollen. Auch für pflegende Angehörige ist Energiearbeit und TT ein Weg, um Kraft zu schöpfen und so einer drohenden Überforderung entgegen zu wirken.

*Literatur- und Quellenverzeichnis liegt dem Verlag vor.*

### kontakt

Heike Mähler  
Pflege-  
expertin für  
Menschen im Wachkoma,  
Heilpraktikerin,  
TT Practitioner,  
Energietrainerin  
Geraer Heimbetriebs-  
gesellschaft mbH  
Pflegezentrum  
„Am Hofwiesenpark“  
Neue Straße 3  
07545 Gera  
traudel.schlotter@  
hbg-gera.de  
☎ 0365/83047123

