

12

Dezember 2006

31. Jahrgang

Altenpflege

Magazin für Fachkräfte in der Altenpflege



TT
Fachartikel
S. 39

Gerontopsychiatrie:
Haut auf Haut

Pflegedienstleitung:
Hand in Hand

Seelsorge:

Hoffnung, Hilfe, Halt



Die Sprache der Hände

Die heilsame Wirkung von Berührungen kennen die Menschen seit ewigen Zeiten. Auch die Altenpflege profitiert in einem hohen Maß von dieser Erkenntnis. Im Umgang mit Demenzerkrankten hat sich die Methode des **Therapeutic Touch** als besonders hilfreich erwiesen

VON RENATE WALLRABENSTEIN

Das Pflegeteam unseres gerontopsychiatrischen Wohnbereiches ist sich einig: Gisela Bach*, 78 Jahre alt und seit fünf Jahren Bewohnerin des Pflegeheims, hätte es am nötigsten, ins TT-Programm aufgenommen zu werden. TT steht für „Therapeutic Touch“, zu deutsch: „Therapeutische Berührung“. Hinter diesem Begriff verbirgt sich eine ganzheitliche Pflegeintervention und Entspannungsmethode aus der Energie-medizin, die sich besonders für die Arbeit mit Demenzerkrankten eignet.

„Oh, Sie sind warm!“

Innerhalb eines zwölfmonatigen Pilotprojektes in der städtischen Seniorenwohnanlage „Parkheim Berg“ in Stuttgart wurde „Therapeutic Touch“ in der Pflege Demenzerkrankter erprobt. Frau Bach war die unruhigste Person in ihrer Wohngruppe. Sie war bereits von einem offenen Wohnbereich in einen geschützteren umgezogen, weil man sie mehrmals am Tag im ganzen Haus oder in der Nachbarschaft suchen müssen. Ständig unterwegs, hielt sie es nirgends aus, blieb nie länger als für ein paar Momente auf einem Stuhl sitzen, wollte ständig in ihr Zimmer gebracht werden, um gleich wieder auf Wanderschaft zu gehen. Dabei wirkte sie unglücklich und innerlich getrieben, ihr Gesicht war angespannt und verhärtet. Frau Bach war in keine Gruppe zu integrieren und konnte für nichts interessiert werden. Körperliche Zuwendung lehnte sie ab.

Einmal pro Woche sollte ich Frau Bach besuchen, um sie mit „Therapeutic Touch“ zu behandeln. Die ersten Male schickte sie mich fort mit den Worten: „Was wollen Sie? Gehen Sie, ich brauche keinen Aufpasser.“ Oder: „Gehen Sie, ich brauche nichts.“ Bei einer ersten vorsich-



Therapeutic Touch: Mit den Händen den Energiefluss anregen und das menschliche Energiefeld harmonisieren

FOTO: ULF HERRMANN

tigen Berührung meiner Hand auf ihrem Arm meinte sie: „Was machen Sie da? Das habe ich früher nicht gehabt, das brauche ich jetzt auch nicht mehr. Gehen Sie.“

Es dauerte mehrere Wochen, bis sie Vertrauen fasste und mich in ihrer Nähe akzeptierte. Eines Tages setzte sie sich

aufs Sofa und wollte, dass ich bei ihr blieb. Als sie nach einer Minute den Impuls hatte, schon wieder aufzustehen, sagte ich, dass ich noch bei ihr bleiben könnte. So blieb sie sitzen, schloss die Augen und ließ es zu, dass ich sie an der Hand, dann am Arm und schließlich an der Schulter berührte.

„Oh, Sie sind warm“, war ihre Beobachtung. Ich fragte, ob das gut sei, und sie bejahte. Sie saß da mit geschlossenen Augen, blinzelte ab und an, um mich zu beobachten, ließ weiter die Berührung zu und genoss sichtlich die Wärme meiner Hände. Langsam wurden ihre Gesichtszüge weicher, ihr Atem ging ruhiger und tiefer, die Verspannungen im ganzen Körper ließen nach. Zwei Kolleginnen kamen vorbei und trauten ihren Augen nicht: Frau Bach saß seit gut zehn Minuten ruhig da, und es ging ihr offensichtlich gut. Vielleicht hat sie in diesem Moment zum ersten Mal erlebt, dass eine Berührung, die nichts erwartet, etwas Schönes sein kann.

Von da an erlaubte sie mir, sie jede Woche zu besuchen. Meist zog sie mich auf das Sofa, dort saßen wir beieinander. Sie schloss die Augen, ich behandelte sie mit „Therapeutic Touch“. Das Pflegeteam bestätigte später, dass Frau Bach viel ruhiger geworden sei und nicht mehr so oft wegläufe. Die Beruhigungsmitteln reduziert werden.

service

Innerhalb der im Jahr 2006 begonnenen Serie „**Gerontopsychiatrie**“ ist in *Altenpflege* bereits erschienen:

Claudia Löding: „**Erfahrbare Reize**“ (Snoezelen), *Altenpflege* 2/06, S.45-47

Annette Dohmen: „**Berührende Momente**“ (Basale Stimulation), *Altenpflege* 4/06, S. 40/41

Nicole Richard: „**Das Puzzle des Lebens**“ (Validation), *Altenpflege* 6/06, S. 42/43

Jennifer Arndt: „**Vertraute Umgebung**“ (Milieutherapie), *Altenpflege* 8/06, S. 39-41

Petra Fiedler: „**Belebende Wirkung**“ (Spielen mit Dementen), *Altenpflege* 10/06, S. 40/41

Kopien einzelner Texte können beim Bücherdienst des Vincentz Network (Tel.: 05 11 - 9 91 00 33, Fax: 05 11 - 9 91 00 29, E-Mail: buecherdienst@vincentz.net) zum Preis von 1,30 Euro pro Seite zzgl. Versandkosten angefordert werden.

serie

Mit demenzkranken Menschen angemessen umzugehen, ist sicherlich eine der schwersten Aufgaben im beruflichen Alltag von Altenpflegern. Sie müssen den verwirrten alten Menschen Sicherheit vermitteln, Ängste nehmen, Lebensqualität ermöglichen, Wärme geben, Würde belassen. Und das alles gleichzeitig. Unsere neue Serie „Gerontopsychiatrie“ stellt Ihnen alle zwei Monate Wege und Methoden vor, **Menschen mit Demenz** auf professionelle Art und Weise zu betreuen, zu begegnen und zu begleiten.

„Das tut so gut!“

„Therapeutic Touch“ ist eine energetische Behandlungsmethode. Sie wurde vor ca. 40 Jahren in den USA für die stationäre Pflege entwickelt und standardisiert, um als Begleitmaßnahme zur medizinischen Versorgung das Befinden und die Vitalität der Patienten im Krankenhaus zu verbessern. Dass Berührung eine heilsame Wirkung hat, ist Erfahrung der Menschheit seit Anbeginn. Das Wort „Behandlung“ zeugt immer noch vom ursprünglichen Stellenwert der Hände beim Heilungsprozess. Heute berühren Mediziner ihre Patienten kaum noch, doch Pflege ist in hohem Maße ein Berührungsberuf. Umso wichtiger ist es deshalb, sich der Bedeutung und Wirkung von Berührung bewusst zu sein.

Berühren und Berührt-Werden spielen eine zentrale Rolle für die Entwicklung und Wahrnehmung des Menschen – bis ins hohe Alter. Neue Erkenntnisse aus Neurobiologie und Berührungsforschung im Bereich haptischer und taktiler Wahrnehmung zeigen auf, wie unverzichtbar Berührung ist: für gesundes Wachstum auf körperlicher, emotionaler und geistiger Ebene, für Eigen- und Fremdwahrnehmung, für ein adäquates Körperbewusstsein („Körperschema“), für das Begreifen der Welt und für die Orientierung in ihr. Und: Berührung ist Kommunikation. Die Sprache der Berührung schafft Zugang zu Menschen, die nicht oder nicht mehr über die Sprache der Logik erreichbar sind. Eine Chance, die auch andere Pflegekonzepte, wie z. B. die Basale Stimulation, nutzen.

„Therapeutic Touch“ ist darüber hinaus eine energetische Behandlungsform. Besonders daran ist, dass die wohl-tuende Wirkung von Berührung verstärkt dadurch wird, dass wir mit unseren Händen gleichzeitig bewusst Energie übertragen, den Energiefluss anregen und das menschliche Energiefeld harmonisieren können. Jede Krankheit, jede körperliche oder seelische Störung bedeutet auch eine Störung im Energiefeld. Wir können diese aus der Balance geratenen Energiemuster mit den Händen erspüren und wieder ausgleichen. Das bedeutet z. B., mit unseren Händen einen unruhigen Menschen zur Ruhe zu bringen, einen geschwächten Menschen zu vitalisieren, einen gestressten Menschen zu entspannen.

Eine TT-Behandlung nach Standard dauert zehn bis 20 Minuten und folgt den immer gleichen Schritten: Zentrierung, Einschätzung, Behandlung, Evaluation. Im Pflegealltag kann sie allerdings, je nach Bedarf, flexibel variiert werden. Jede pflegerische Tätigkeit kann von energetischer Berührung begleitet sein, ohne zeitlichen Mehraufwand. Voraussetzungen sind die eigene Zentrierung, eine liebevolle und wertschätzende Haltung, ein eigenes hohes Energieniveau und eine sensibilisierte und ganzheitliche Wahrnehmung des Bewohners bzw. Patienten. Allesamt Fähigkeiten, die während der TT-Ausbildung intensiv geschult werden.

Ein Vorteil von „Therapeutic Touch“ ist, dass die Methode immer und überall ohne weitere Hilfsmittel und am bekleideten Körper angewendet werden kann – unsere Hände haben wir schließlich immer dabei. Und: Jeder kann lernen, energetisch zu berühren. Deshalb sollten auch Angehörige von Demenz-Erkrankten in das Konzept einbezogen werden.

literatur

Dolores Krieger: **Therapeutic Touch**. Die Heilkraft unserer Hände. Lüchow Verlag, Stuttgart, 2004

Maud Nordwald Pollock: **Vom Herzen durch die Hände**. Bedingungslose Liebe und Therapeutic Touch. Lüchow Verlag, Stuttgart, 2004



Therapeutic Touch: Die Sprache der Berührung schafft Zugang zu Menschen, die über Sprache nicht mehr erreichbar sind

FOTOS: ULF HERRMANN, VOLKER BÄBLER

in München, drückt es so aus: „Während meiner über 25-jährigen Berufserfahrung habe ich mit der Integration von Kinästhetik, Basaler Stimulation und der Rehabilitationspflege bereits Erfolge in Bezug auf Bewegen, Orientieren, Wahrnehmen, Beruhigen und Atemunterstützung erlebt. Aber die Kombination mit Therapeutic Touch bedeutet für mich die Krönung meiner Pflegearbeit“.

* Name von der Redaktion geändert

Im Rahmen unserer Serie „Gerontopsychiatrie“ stellen wir im Februar die Methode der „Atemarbeit für Demenzerkrankte“ vor

Renate Wallrabenstein



ist Altenpflegerin in Stuttgart und Lehrassistentin für Therapeutic Touch und Energietraining (ISTTE)

„Das wünsch ich mir jeden Tag!“

Die demenzkranken Teilnehmer des Projektes in Stuttgart zeigten nach einer „Therapeutic Touch“-Behandlung eine verbesserte Befindlichkeit. Diejenigen, die zu verbaler Äußerung in der Lage waren, drückten es etwa so aus: „Oh, das tut so gut. Das wünsch ich mir jeden Tag. Lassen Sie Ihre Hände da.“ Oder: „Jetzt geht's mir lila, vorher ging's mir grau...“ Körperlich sichtbare Anzeichen von Entspannung, wie eine veränderte Atmung oder die spürbare Lockerung verspannter Muskeln, gingen einher mit seelischer Entspannung, Ruhig-Werden, Angst-Verlieren, Einschlafen-Können.

Im Jahr 1999 untersuchte eine kanadische Studie die Wirksamkeit von „Therapeutic Touch“ bei Alzheimerpatienten im fortgeschrittenen Erkrankungsstadium. Dabei wurden zahlreiche Verhaltensmuster und körperliche Symptome – etwa Schreien, Unruhe, Reizbarkeit, Aggressivität, Nesteln, abgehackte und verkrampte Bewegungen, ängstlicher oder trauriger Gesichtsausdruck – von unabhängigen Beobachtern jeweils vor und nach den TT-Behandlungen registriert. Bis dahin waren die Möglichkeiten für Pflegeinterventionen zur Linderung dieser Beschwerden begrenzt. Die Studie ergab nun, dass sich der Zustand der behandelten Patienten gegenüber der Kon-

trollgruppe im Laufe von Behandlungen an fünf aufeinander folgenden Tagen signifikant verbesserte. Weitere Untersuchungen zur Wirksamkeit von TT bei Demenzkranken aus den Jahren 2002 und 2005 bestätigten diese Ergebnisse.

Mit „Therapeutic Touch“ hat die Pflege Demenzerkrankter ein weiteres Handwerkszeug, das nicht in Konkurrenz zu anderen Therapien steht, sondern diese aus einer neuen, energetischen Perspektive wirkungsvoll ergänzt. Elfriede Götz-Ahmed, TT-praktizierende Kollegin und Krankenschwester am Schwabinger Krankenhaus