

# 10 **Altenpflege**

Oktober 2008

33. Jahrgang

Magazin für Fachkräfte in der Altenpflege

[www.vincentz.net](http://www.vincentz.net)




VINCENTZ

Recht:  
**Stochern  
im Nebel**

Inkontinenz:  
**Gefahr  
im Verzug**

Demenz:

**Nähe suchen,  
Vertrautheit schaffen**



Betreuung und Pflege von Menschen mit Demenz: Berührung schafft Nähe und Sicherheit

FOTO: WERNER KRÜPER

## Therapie des Berührens

Wer an einer Demenz erkrankt, verspürt motorische und emotionale Unruhe. Die in den Vereinigten Staaten entwickelte Berührungsmethode des **Therapeutic Touch** wirkt dieser Verunsicherung mit Nähe, Vertrauen und Geborgenheit entgegen

VON RENATE WALLRABENSTEIN

**B**itte kommen, bitte kommen, bitte kommen...“ Der Ruf hat sich verselbstständigt. Den ganzen Tag lang ist er zu hören in unserem auf gerontopsychiatrische Pflege spezialisierten Wohnbereich, durchdringend und in endloser Aneinanderreihung. Frau Adalbert\* ist in fortgeschrittenem Stadium an Demenz erkrankt, so wie alle Bewohner, die hier leben. Sie geht mit Trippelschritten ihre Runden, immer auf der Suche nach Kontakt und menschlichem Halt. Sie fühlt sich einsam und kann die vielen Geräusche und Geschehnisse um sich herum nicht mehr einordnen, sie machen ihr Angst.

Auch wenn ich sie anspreche, ihr sage, dass ich da bin und sie ein Stück begleite, ruft sie weiter ihr „bitte kommen“. In

Gruppenaktivitäten kann sie nicht mehr eingebunden werden, und eigentlich bräuchte sie den ganzen Tag jemanden, der sie an die Hand nimmt. Obwohl sie aus motorischer Sicht noch in der Lage wäre, allein zu essen, tut sie es nicht und zeigt zunehmend lautstarkes Abwehr-



Titelthema:  
**Demenz**

verhalten, wenn man ihr Essen reichen möchte. Auch während der Mahlzeit sagt sie nach jedem Atemzug „bitte kommen“. Eines Tages, als ich ihr zum ich weiß nicht wie vielen Mal versichere, dass ich doch da bin und neben ihr bin, greift sie nach meinem Arm mit den verzweifelten Worten: „Aber ich spür's nicht!“

### Nähe und Sicherheit

Es war dieser Satz, der es für mich auf den Punkt brachte: Spüren, sich spüren, den anderen spüren – das ist der Zugang zum Innersten, wenn Worte ihre Kraft und Bedeutung verloren haben und keinen Sinn mehr machen. Berührung war der Schlüssel zu Frau Adalbert, die einzige Möglichkeit, sie wenigstens zeitweise aus ihren automatisierten Mustern herauszuholen.

Berührung weckte ihre Aufmerksamkeit, schaffte Kontakt, Nähe, Sicherheit, Wohlbefinden. Sie begann zu essen, wenn ich ihr gleichzeitig die Hand hielt und sie damit spüren ließ, dass ich bei ihr war. Ihr Hunger nach Berührung war wie ein Fass ohne Boden, und diesen Hunger gestillt zu bekommen, stand für sie an vorderster Stelle, noch vor dem physischen Hunger.

Welch überaus wichtige und unverzichtbare Rolle Berührung für unser Leben und unsere Gesundheit spielt, beginnen Wissenschaftler erst seit einigen Jahren in Laborversuchen weltweit zu erforschen. Neugeborene hören auf zu wachsen, wenn sie nicht berührt werden. Junge Ratten ziehen im Laborversuch das Gestreicheltwerden dem Nahrungsangebot vor. Kinder mit Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) und Menschen mit Essstörungen haben ein Defizit in der Selbst- und Fremdwahrnehmung und Schwierigkeiten in der Verarbeitung von Sinneseindrücken.

„Wenn Berührungen als klinisches Heilverfahren bis heute nicht allgemein eingeführt worden sind“, meint der Berührungsforscher Dr. Martin Grunwald vom Haptiklabor der Universität Leipzig, „so hat es weniger mit Lücken in der Beweiskette zu tun als mit mangelnder Bereitschaft.“ Sein Fazit: „Gute Berührung ist Nahrung für jedes fühlende Wesen.“ Die taktilen Reize werden als elektrische Impulse unmittelbar ins limbische System geleitet, in den Teil unseres Gehirns also, der unsere Gefühle verarbeitet. Damit verbunden sind Hormonausschüttungen, die zu Entspannung, Wohlbefinden und Glückszuständen führen.

### Ruhe und Gelassenheit

Seit vielen Jahren arbeite ich in Einrichtungen der Altenpflege mit der Methode des „Therapeutic Touch“ (TT). Diese therapeutische Berührung ist eine energetische Behandlungsmethode und standardisierte Pflegemaßnahme, die Pflegeprofessorin Dolores Krieger bereits vor 40 Jahren in den USA entwickelt hat. Seitdem wird TT in vielen Ländern in der Pflege kranker und alter Menschen erfolgreich angewandt.

Nach einem einjährigen Pilotprojekt im Altenpflegeheim „Parkheim Berg“ in Stuttgart, bei dem die Anwendung von TT auf allen Wohnbereichen erprobt wurde, wird die Methode heute dort vor allem bei der Pflege und Betreuung von Bewohnern mit demenziellen Symptomen eingesetzt. Professionelle Pflege als eigenständiger Bereich mit therapeutischer Relevanz braucht Zusatzqualifi-

### info

Wer mehr über die Methode des **Therapeutic Touch** erfahren möchte, wende sich an:

#### Deutsches Zentrum für Therapeutic Touch/ISTTE

Reinhard-Freericks-Str. 12  
45721 Haltern  
Tel.: 0 23 64 - 50 88 85  
Fax: 0 23 64 - 30 56  
E-Mail: schule@istte.de  
Internet: www.istte.de

kationen mit ganzheitlichem Ansatz, um die einseitig auf die körperlichen Funktionen und pharmakologischen Therapien reduzierte Schulmedizin zu ergänzen mit pflegerischen Interventionen, die auch emotionale, seelische und geistige Aspekte des Menschen berücksichtigen.

TT ist ein solcher Ansatz. Neben der Harmonisierung des menschlichen Energiefeldes, der Lösung von muskulären und energetischen Blockierungen und der Anregung des Energieflusses im Körper legt die Methode einen Schwerpunkt auf die Qualität der Berührung. Sich dieses menschlichen Potenzials, das in unseren Händen ruht, wieder bewusst zu werden und über die Berührung Herzensqualität in unsere Arbeit zu bringen, ist eine große Chance für die eigene Zufriedenheit im Pflegeberuf. Und eine Quelle zusätzlicher Lebensqualität für Patienten und Bewohner.

Ein Beispiel hierfür ist Frau Bertram\*, 89 Jahre alt. Sie kommt nicht zur Ruhe, ist aufgedreht, ruft und schimpft. Ich setze mich zu ihr ans Bett mit einer begrüßenden Berührung der Schulter, streiche dann den ganzen Körper, vom Kopf bis zu den Füßen, mit meinen Händen in ein paar Zentimetern Abstand von ihrem Körper mehrmals aus, was bereits eine erste Beruhigung erzeugt. Frau Bertram deutet mir dann mit den Händen an, dass sie im Brustbereich ein Unbehagen hat. Ich lege meine Hand auf die Stelle, spüre damit in sie hinein, nehme eine große Unruhe im Körper wahr, die sich unter meiner Hand allmählich auflöst. Sie murmelt noch eine Weile unverständliche Worte, um gegen Ende der Behandlung nach einem tiefen befreienden Seufzer einzuschlafen.

Mit der Hand die Energien zu spüren (Information bekommen) und mit derselben Hand dann der Person das zu geben, was sie braucht und heilsam für sie ist (Information geben): das ist nicht nur gelernte „Berührungs-Technik“, sondern auch eine Kunst, die sich mit langjähriger Erfahrung und wachsender Sensibilität entwickelt. Diese Methode anzuwenden, ist zutiefst befriedigend. Und jeder kann sie erlernen.

Als standardisierte Methode gibt es bei der TT-Behandlung bestimmte Schritte. Je nach Bedarf und Zeit ist hier Flexibilität nicht nur möglich, sondern wichtig:

#### ■ Zentrieren

Der Behandelnde konzentriert sich auf seine eigene Körperwahrnehmung und entspannt sich bewusst körperlich, geistig, emotional. Diese Eigenfokussierung ermöglicht eine intensive und umfassende Konzentration auf den Patienten.

#### ■ Einschätzen (Assessment)

Mit allen Sinnen wird der momentane Zustand des Patienten eingeschätzt. Neben Aussehen, Stimme, Körperbau, Haltung, Muskeltonus wird sein gesamtes Energiefeld mit den Händen erspürt, um Disharmonien festzustellen.

#### ■ Behandlung

Mit speziellen TT-Techniken wird an Energiezentren und Energiebahnen, Reflexzonen, Akupunkturpunkten und im Bereich der festgestellten Disharmonien der Energiefluss angeregt und das Energieniveau erhöht.

#### ■ Auswertung (Evaluation)

Abschließend wird das Behandlungsergebnis durch erneutes Einschätzen festgestellt und bei Bedarf durch weitere Behandlung korrigiert. Beobachtungen und Maßnahmen werden dokumentiert.

### Vertrauen und Geborgenheit

Einsatzmöglichkeiten für TT im Umgang mit Demenzkranken bestehen u. a. bei Abwehrverhalten in der Pflege, Appetitlosigkeit und Nahrungsverweigerung, Einschlafstörungen, Angst und Panik oder Depression, Reizüberflutung oder Reizmangel, Orientierungslosigkeit, gesteigerten Vokalisationen, Verspannungen und Kontrakturen, Schmerzzuständen und Einsamkeit.

Warum ist Berührung gerade für Demenzkranke so bedeutsam und hilfreich? In unserer Kultur dominiert der Intellekt das Leben des Menschen, und der Einbruch einer Krankheit wie Alzheimer bedeutet den Verlust seiner Identität. Ihm geht alles verloren, worüber er sich definiert hat: wer er ist, was er weiß, was er kann. Je mehr die Verstandesebene im Vergessen versinkt, umso mehr gewinnt die Gefühlsebene an Bedeutung: einerseits werden Gefühle und Stimmungen der anderen sehr genau wahrgenommen, andererseits ist man ohne Verstandeskontrolle seinen eigenen Gefühlen ausgeliefert.

Das führt bei den Betroffenen zu herausfordernden Verhaltensweisen, die einen guten Umgang mit Demenzkranken so anspruchsvoll machen und hohe Anforderungen an die Betreuungskräfte stellen.

Neben einer Grundhaltung von Empathie, Wertschätzung, Respekt, Geduld und einer validierenden Gesprächshaltung sind die Bereitschaft und die Fähigkeit zu nonverbaler Kommunikation gefordert. Wo die Sprache der Logik versagt, schafft die Sprache der Berührung Zugang, Verständnis und Vertrauen, um die Not zu lindern.

Damit komme ich zurück zu Frau Adalbert. Da TT in unserem Haus zum Pflegealltag gehört und in das Betreuungskonzept integriert ist, wird sie regelmäßig damit behandelt. Es sind die kostbaren Momente, in denen sie zur Ruhe kommt, sich auf ihrem Bett liegend nach und nach vollkommen entspannt und die Berührungen, die stets am bekleideten Körper ausgeführt werden, genießt. Es

sind Momente, die sie spüren lassen: Ich bin nicht allein, ich bin in Sicherheit, ich darf vertrauen, ich werde gehalten

Ihre automatisierten Rufe „bitte kommen“ sind mit der Zeit weniger geworden. Ersetzt wurden sie durch gegenwärtiges Wahrnehmen: „Das ist so schön, dass man es gar nicht sagen kann.“ Oder: „Jetzt ist alles gut!“ ●

-----  
Namen von der Redaktion geändert

#### Renate Wallrabenstein



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