

Belegexemplar

ISSN 0937-0277

H 2633

Bibliomed  
Medizinische Verlags-  
gesellschaft mbH  
www.bibliomed.de

5.05

Oktober 2005

# Pflegen Ambulant



**Alternative Pflegemethoden:**  
Traditionelles im neuen Gewand

**Reportage:**  
Ambulante Intensivpflege  
von Kindern

**Stationäre Altenpflege:**  
Design im Heim

# Therapeutic Touch – Die heilsame Berührung

Renate Wallrabenstein



*Das Wort „Behandlung“ zeugt vom ursprünglichen Stellenwert der Hände beim Heilungsprozess: der Kunst, mit unseren Händen in der Berührung den ganzen Menschen anzusprechen und dadurch gesundheitsfördernde Prozesse in Gang zu setzen. Diesen Gedanken greift Therapeutic Touch, eine Pflegeintervention aus den USA, auf. Diese energetische Behandlungsform wurde für die Pflege entwickelt und lässt sich auch bei uns in den Pflegealltag integrieren.*

## Energetische Berührung

Pflege ist ein Berührungsbberuf. Wir berühren täglich. Beim Waschen, Ankleiden, Lagern, Mobilisieren oder bei der Behandlungspflege. In keinem anderen Beruf begegnet man Menschen so hautnah wie in der Pflege. Aber: In der Regel berühren wir sachlich, routiniert und unpersönlich. Wir haben unsere Hände auf ihre technische Funktion reduziert.

Doch Hände können mehr. Hände sind Boten unserer Gefühle. Wir kommunizieren durch unsere Hände, sie drücken unsere innere Haltung aus. Berührung kann Sicherheit, Halt, Trost, Vertrauen, Zuwendung und Wertschätzung ver-

mitteln. Das Verlangen nach Berührung ist ein Grundbedürfnis, über Berührung begreifen wir die Welt und erfahren uns selbst. Gute Berührung ist Nahrung für die Seele. Unser zwischenmenschliches pflegerisches Potenzial liegt zu einem großen Teil in der Qualität unserer Berührung. Dieses Potenzial wieder zu entdecken und zu neuem Leben zu erwecken, eröffnet neue Perspektiven und Chancen für die Pflege. Hier kann uns Therapeutic Touch zu Hilfe kommen. Durch die bewusste Energieleitung über die Hände geben wir der Berührung eine zusätzliche Dimension.

Auf der Suche danach, wie man die Befindlichkeit von Patienten im

Klinikalltag verbessern könnte, stieß die amerikanische Krankenschwester Dolores Krieger vor 35 Jahren auf diese alten Heiltechniken. Als Professorin für Pflegewissenschaften an der New York University gelang ihr später der Brückenschlag vom alten Heilerwissen zur modernen Forschung über die menschlichen Energiefelder. Auch die Pflegeethnologin Martha Rogers bezieht sich in ihrem Pflegemodell auf die wissenschaftliche Erkenntnis, dass der Mensch ein offenes Energiesystem ist, das über elektromagnetische Wellen ständig im Austausch mit seiner Umwelt steht.

Dolores Krieger entwickelte auf der Grundlage dieser physikalischen Tatsachen eine praktische, leicht anwendbare, energetische Methode als Begleitmaßnahme zur modernen Schulmedizin: Therapeutic Touch (TT).

Seitdem hat sich TT als ganzheitliche Pflegeintervention und komplementäre Behandlungsmethode im Klinikalltag, in Arztpraxen, Pflegeheimen und in der ambulanten Pflege bewährt. In den USA ha-

ben bereits mehr als 80 000 Personen aus dem Gesundheitsbereich die Methode auf unterschiedlichste Weise erlernt. In Europa gibt es klar vorgegebene Standards, die eine hohe Qualität in Ausbildung, Lernzielen, Prüfungen und Lehrerausbildung garantieren. Unter der Leitung von Dr. Imre Kerner, Begründer des Deutschen Instituts für Therapeutic Touch und der International School of Therapeutic Touch and Energy (ISTTE), wird die Methode in Zusammenarbeit mit Medizin und Wissenschaft ständig weiterentwickelt.

### Beispiel

Frau A. war nach einem Krankenhausaufenthalt „völlig durch den Wind“. Mit ihren 89 Jahren und einer beginnenden Demenz fand sie sich im Pflegeheim nicht mehr zu recht, fühlte sich verlassen und äußerte ihre innere Unruhe und Angst in ständigen Hilferufen. Mit beruhigenden Worten oder Erklärungen zur Orientierung war sie nicht erreichbar. Abends war es be-

sonders schlimm, an Einschlafen war trotz angeordneter Schlafmedikation nicht zu denken und ihre Zimmernachbarin litt unter den massiven Störungen.

Ich setzte mich ein paar Minuten zu Frau A. und die bloße Berührung löste bereits ein Aufatmen aus. Mit ausstreichenden Bewegungen glitten meine Hände mehrmals über Kopf, Arme und Oberkörper. Erstaunt sagte sie: „Da streichelt mich jemand, da ist man ein Mensch. Oh, das tut so gut.“ Die Atmung wurde tiefer, die Anspannung ließ nach, und Frau A. kam zur Ruhe.

### Energiefeld harmonisieren

Ziel jeder TT-Behandlung ist es, das menschliche Energiefeld zu harmonisieren. Ein gesunder Körper hat ein ausgeglichenes elektromagnetisches Feld. Jede Krankheit, jede körperliche oder seelische Störung bedeutet auch eine Störung im Energiefeld. Wir können diese aus der Balance geratenen Energiemuster mit unseren Händen erspü-

ren und sie wieder ausgleichen, können Blockaden im Energiefluss ähnlich wie bei der Akupunktur lösen und das Energieniveau erhöhen.

Dieses wirkt sich positiv auf alle Körperfunktionen aus, wird vom Behandelten als Wohlgefühl wahrgenommen, regt die Selbstheilungskräfte an und unterstützt dadurch Heilungsprozesse. Aber auch wo keine Heilung der Grunderkrankung mehr möglich ist, kann TT helfen, körperliche und seelische Spannung abzubauen, Schmerzen zu lindern, Ängste zu verringern, das Allgemeinbefinden und damit die Lebensqualität zu verbessern – oder den Sterbeprozess zu erleichtern.

Die Wirkungen von TT als einer standardisierten Pflegeintervention wurden seit über 30 Jahren weltweit in mehr als 600 wissenschaftlichen Studien und Erfahrungsberichten aus Pflege und Medizin belegt. In vielen Ländern ist TT bereits Bestandteil der Pflegeausbildung.

## Definition Therapeutic Touch

*Therapeutic Touch (TT)* ist das Dirigieren und Modulieren von Chi. Chi ist definiert als humane Energie. Dirigieren bedeutet, Energie neu zu verteilen, Modulieren bedeutet, die Frequenz zu verändern.

### Die Bedeutung der Energiefelder

Dolores Krieger, ursprünglich Krankenschwester, später Professorin für Krankenpflege, New York University, entwickelte TT als standardisierte Pflegemethode für die Krankenhauspraxis. Als Grundlage und Philosophie diente ihr das Pflegemodell von Dr. Martha Rogers, Professorin für Pflegewissenschaften, N.Y., das von der physikalischen Tatsache ausgeht, dass alles Lebendige ständig Energie ausstrahlt und die Energie als Informationsträger benutzt wird. Das heißt, alle Lebewesen kommunizieren mit Hilfe der Energie. Sobald Lebewesen in Kontakt treten, tauschen sie Energie und damit Informationen aus, ob sie wollen oder nicht. Der Kommunikationsforscher Watzlawick nennt das: Man kann nicht nicht kommunizieren.

Mit Hilfe der modernen Quantenphysik konnte gezeigt werden, dass aus allen Zellen der Lebewesen Photonen (kleinster Teil des Lichts) austreten. Die von Rogers postulierte Energie ist also Licht. Dieses ultraschwache Licht hat kohärente Eigenschaften und ist dadurch nicht nur ein ausgezeichnete Informationsträger (in der IT-Technologie wird das kohärente Licht durch Glasfasern geschickt

und vielfältig verwendet), sondern auch interferenzfähig. Dadurch entsteht ein Feld – vergleichbar mit den Figuren im Raum, die von Laserlicht erzeugt werden können –, das außerhalb und selbstverständlich auch innen im Körper der Lebewesen vorhanden ist. In einer TT-Behandlung wird das Feld mit den Händen erspürt und je nach Bedarf moduliert und/oder dirigiert. Ziel ist es, mit einer optimalen Strukturierung des Energiefeldes heilsame Prozesse zu fördern, Selbstheilungsprozesse anzuregen, Entspannung zu vermitteln.

### Standardisierte Schritte TT

**Zentrieren** (Körper, Geist, Gefühle in Entspannung und Konzentration bringen, Fokussierung auf den Patienten)

**Einschätzen/Assessment** (Mit den Händen scannen, Abtasten des gesamten Energiefeldes des Patienten, von Kopf bis Fuß in ca. 5 cm Abstand vom Körper, Symmetrien/Asymmetrien im Energiefeld erspüren, viele TT-Praktiker beschreiben empfundene Anhaltspunkte wie Wärme, Kälte, Dichte, Ziehen, Prickeln, Dokumentation)

**Behandlung** (Intensivierung des allgemeinen Chi-Flusses, Einsatz TT-spezifischer Techniken an Topologien, Energiezentren, Akupunkturpunkten)

**Auswertung/Evaluation** (Feststellen des Behandlungsergebnisses, erneutes Einschätzen/Assessment, eventuell Wiederholen des vorherigen Schrittes, Dokumentation).

### Einsatzmöglichkeiten

Die Anwendungsmöglichkeiten in der Kranken- und Altenpflege sind vielfältig: Unruhige und demente Patienten sprechen beispielsweise deutlich darauf an, was 1999 in einer Studie aus Kanada auch wissenschaftlich belegt wurde: Danach verbesserte sich der Zustand von Alzheimerpatienten im fortgeschrittenen Stadium nach nur fünf TT-Behandlungen gegenüber der Kontrollgruppe signifikant (1). Weitere in den USA vorgenommene TT-Studien bei Osteoarthritis des Knies und degenerativer Arthritis älterer Menschen ergaben signifikante Reduktion der Schmerzen und Verbesserung der allgemeinen Befindlichkeit (2).

Im Klinikalltag hat sich gezeigt, dass TT besonders geeignet ist als Begleitmaßnahme bei Angst- und Stresszuständen, chronischen Erkrankungen, Schmerztherapie, Chemotherapie, prä- und postoperativ und auch in der Palliativpflege und Sterbebegleitung.

In Dortmund kommt TT mit großem Erfolg zum Einsatz in der Kinder- und Jugendpsychiatrie bei unkonzentrierten, verhaltensauffälligen Kindern. Auch deren Eltern lernen über die Schulung in einer TT-Elterngruppe, mit heilsamer Berührung einen neuen Kontakt zu ihren Kindern herzustellen.

Gute Möglichkeiten, mit TT zu arbeiten, bieten sich auch in der ambulanten Pflege, weil im häuslichen Bereich die pflegenden Angehörigen besser in die energetischen Behandlungen mit einbezogen werden können. Auf diese Weise kann der Behandlungserfolg für den Patienten gesteigert werden, wovon die Angehörigen ebenfalls profitieren. Außerdem lernen Angehörige von der Energiearbeit, zur einfachen, natürlichen und liebevollen Berührung zu finden, und gleichzeitig besser für sich selbst zu sorgen.

### Stellenwert

Der Stellenwert von TT in der Kranken- und Altenpflege ist gerade in wirtschaftlich schwierigen Zeiten nicht zu unterschätzen. TT gewinnt Bedeutung sowohl als Ergänzung zur schulmedizinischen



*Durch TT werden körperliche Spannungen gelöst. Das Ziel jeder Behandlung ist, das menschliche Energiefeld zu harmonisieren.*

Versorgung als auch in Kombination mit anderen Pflegeansätzen wie Palliative Care, Basale Stimulation und Validation. Allen diesen Konzepten liegt, genau wie auch Therapeutic Touch, eine Haltung der Wertschätzung und der ganzheitlichen Wahrnehmung des Patienten zugrunde.

Darüber hinaus gewinnt Pflege durch TT eine zusätzliche therapeutische Relevanz, die nicht etwa in Konkurrenz zu anderen Therapien steht, sondern diese aus einer neuen, energetischen Perspektive in idealer Weise ergänzt. Schließlich kann TT auch eine wichtige Rolle spielen im Bereich der Prävention und Gesundheitsförderung.

### Pilotprojekt

Die Heimleiterin im Stuttgarter Altenpflegeheim Parkheim Berg wurde aufmerksam auf die Methode. Sie entschloss sich, ein einjähriges Pilotprojekt mit TT-Behandlungen bei Bewohnern durchzuführen. Es sollte erprobt werden, inwieweit TT für die einzelnen Bewohner, aber auch für den Pflegealltag Erleichterung schaffen und den Pflegeprozess positiv beeinflussen kann.

Über 300 Behandlungen wurden vorgenommen und dokumentiert. Im Herbst 2005 wird das Projekt ausgewertet. Schon vorab kann zusammenfassend festgestellt werden, dass sich das Projekt sehr positiv ausgewirkt hat. Zu den durchgängig beobachteten Wirkungen zählen Entspannung und Verbesserung der Befindlichkeit der Bewohner (häufigstes Zitat: „Oh, das tut so gut!“).

Jetzt ist ein neues Konzept in Planung, diesmal mit Blick auf die Mitarbeiter: Gesundheitsprävention am Arbeitsplatz durch Energietraining.

### Literatur:

(1) Giasson, M. et al.: L'Effet du Toucher Therapeutique sur les personnes atteintes de Démence de Type Alzheimer à un Stade avancé, Québec, 1999

(2) Gordon, A. et al.: The Effects of Therapeutic Touch on Patients with Osteoarthritis of the Knee, Pittsburgh, Pennsylvania, 1998

### Weiterführende Literatur:

Dr. Imre Kerner/Dagmar Kerner: Therapeutic Touch, Energietraining oder der Geschmack von Mangos - Wie energetisches Heilen wirkt, Energiesystem des Menschen, Heilen ist erlernbar, Heiler im Test. Eigenverlag 2003. Bezug über ISTTE. Originaltitel: Heilen, Verlag Kiepenheuer/Witsch 1997 (vergriffen)

Dolores Krüger: Die Heilkräfte unserer Hände, Verlag Hermann Bauer 1995, Freiburg

### Anschrift der Verfasserin:

Renate Wallrabenstein  
Altenpflegerin, Energietrainerin  
Birkbucklenstraße 54, 70599 Stuttgart  
E-Mail: Renergy07@aol.com

### Informationen und Ausbildung

ISTTE (International School of Therapeutic Touch and Energy,  
Dr. Imre Kerner)  
Kursorganisation:  
Sabine Dietrich  
R.-Freericks-Straße 12  
45721 Haltern am See,  
Tel./Fax: (02364) 508885  
E-Mail: schule@istte.de  
Internet: www.istte.de