

Dirigierte Energie

Therapeutic Touch ist eine neue Art der Pflegeintervention, die ihre Wurzeln in der alten Praxis des Handauflegens hat. Sie soll Schmerzen reduzieren, Stress abbauen, die Wundheilung fördern. Nun wird die alternative Methode auch in der Altenpflege ausprobiert

VON RENATE WALLRABENSTEIN

Frau König* strahlt, als sie mich zur Türe herein-kommen sieht. In letzter Zeit ist sie wieder sehr schwach, sodass sie nur selten oder nur für wenige Stunden in den Rollstuhl gesetzt werden kann. Heute wird sie den Tag im Bett verbringen, wird behutsam gewaschen, eingerieben, gelagert und auf Grund von Schluckstörungen mit Sondennahrung versorgt. Frau König ist 83 Jahre alt. Da sie in Folge eines Schlaganfalls nicht reden, keine Wünsche äußern und nicht klingeln kann, schauen wir in regelmäßigen Abständen zu ihr herein, um sie mit allem Notwendigen zu versorgen. Nur leider bleibt an manchen Tagen nicht genügend Zeit, um auch alle Wünsche nach zwischenmenschlichem Kontakt und Nähe erfüllen zu können.

Nun hatte sich bei ihr – während eines Krankenhausaufenthalts – an der linken Ferse ein Dekubitus gebildet, was bei geschwächten Menschen mit Diabetes und Schlaganfall leicht passieren kann. Viele Wochen schon war die Wunde nach ärztlicher Anordnung mit einem modernen Wundverband versorgt worden, hatte in Sachen Heilung aber keinerlei Fortschritte gemacht. Deutlich konnte man beobachten, dass Frau König, trotz entsprechender Medikation, jedes Mal starke Schmerzen hatte, wenn wir uns an ihrem kranken Bein zu schaffen machten. Der Arzt meinte, in Anbetracht ihres geschwächten Allgemeinzustandes und der Diagnose Diabetes mellitus sei „das Behandlungsziel nun nicht mehr, die Wunde geschlossen zu bekommen, sondern keimfrei zu halten, den Status quo zu erhalten, Verschlechterung zu vermeiden“.

Therapeutic Touch beschleunigt die Wundheilung

Gefühlte Wärme

Diese Aussage war für mich der Anlass, einen Versuch mit der Methode des „Therapeutic Touch“ (TT) zu machen. Therapeutic Touch ist eine Pflegeintervention aus dem Bereich des Energetischen Heilens, die anzuwenden ich in drei Wochenendseminaren am „Deutschen Institut für Therapeutic Touch“ in Haltern am See gelernt hatte.

Das ist jetzt fünf Jahre her. Damals nahm ich mir, außerhalb des Dienstes, eine Woche lang jeden Tag Zeit, um Frau König zu besuchen und bei ihr „Therapeutic Touch“ anzuwenden. Sie war immer schon dankbar gewesen für jeden freundlichen Kontakt, und ihre Augen strahlten zurück, wenn man ihr mit Aufmerksamkeit und ein paar netten Worten begegnete. Frau König hatte nach allem, was wir aus ihrer Biografie wussten, in ihrem Leben nicht viel zu lachen gehabt. Der Mann ein Despot,



FOTO: RENATE WALLRABENSTEIN

„Therapeutic Touch“: Eine Pflegeintervention aus dem Bereich des Energetischen Heilens

bei dem sie nichts zu melden hatte; die Kinder mit ihren Familien untereinander zerstritten – so war sie ein Jahr zuvor halb verwahrlost und mit vielen offenen Wunden ins Pflegeheim gekommen. Sie gehört zu denjenigen Bewohnern, für die das Leben in einem Heim wirklich eine Verbesserung der Lebensqualität bedeutet.

So habe ich also bei Frau König meine ersten praktischen Erfahrungen mit „Therapeutic Touch“ gemacht. Zunächst habe ich meine Hände langsam von Kopf bis zu den Füßen über ihren Körper gleiten lassen. Das geht auch ohne direkte Berührung des Körpers, und es wirkt durch Kleider und Decke hindurch. Man nennt es in der Fachsprache „Glätten oder Harmonisieren des Energiefeldes“, die Energie des Körpers wird gleichmäßig an alle Stellen verteilt. Dann habe ich die verwundete Ferse zwischen meine Hände genommen, mich gedanklich auf die Wunde konzentriert, mir vorgestellt, dass Energie zwischen meinen Händen hin und her fließt und die Wunde damit „gespült“ wird. Ich spürte eine große Wärme und eine Art Kribbeln in meinen Händen, fühlte auch hin und wieder Muskelzuckungen des Fußes und wie sich das Bein langsam entspannte. Frau König beobachtete mich mit großer Aufmerksamkeit und schien recht zufrieden, dass ich mich so intensiv mit ihr beschäftigte. Diese Anwendung habe ich eine Woche lang jeden Tag gemacht. Frau König freute sich jedes Mal und genoss die Zuwendung.

Nach einer Woche nahm mich die Kollegin, der ich von meinem Versuch berichtet hatte, zum Verbandwechsel mit zu Frau König. Ich traute meinen Augen

nicht: Die anfänglich im Durchmesser fünf Zentimeter große Wunde war auf eine kleine offene Stelle von 0,5 x 2 Zentimeter geschrumpft. Der Wundrand hatte sich nach innen gezogen und es hatten sich Epithel gebildet: rosa, sauber, keimfrei. In ein paar weiteren Tagen würde die Wunde ganz verheilt sein. Meine Kollegin starrte mich an und sagte: „Das ist der Hammer! Das warst Du!“ Ich war sehr verblüfft, denn ich hatte mir solch eine Wirkung zwar erhofft, aber selbst nicht daran zu glauben gewagt.

Hilfreiche Energie

Es war vor mehr als 30 Jahren, als Dolores Krieger, eine amerikanische Krankenschwester und spätere Professorin für Krankenpflege an der New York University, „Therapeutic Touch“ als standardisierte Pflegemethode für die Praxis in Krankenhäusern und Altenpflegeheimen entwickelte. Als Grundlage und Philosophie diente ihr das Pflegemodell von Martha Rogers (1914-1994). Dies Modell geht von der physikalischen Tatsache aus, dass alles Lebendige Energie ausstrahlt und dass diese Energien miteinander kommunizieren. Sobald also

Therapeutic Touch reduziert den Schmerz

Lebewesen miteinander in Kontakt treten, tauschen sie Energie und damit Informationen aus, ob sie wollen oder nicht. Der Kommunikationsforscher Watzlawik nennt das: Man kann nicht *nicht* kommunizieren.

Wenn wir in der Pflege in Kontakt treten mit einem Bewohner, und das auch noch auf sehr nahe Weise durch Berührung, findet ein Austausch von Energien statt, den man spüren kann. Mit der Art und Weise, wie wir zu einem alten Menschen sprechen, wie wir ihn anschauen oder seinen Körper berühren, geben wir ihm unbewusst Auskunft über unsere innere Haltung und lösen damit unterschiedliche Gefühle aus. Jeder kennt das aus eigener Erfahrung. Dieses „energetische Berühren“ findet in jedem Falle statt. Die Wirkung der Berührung kann aber erheblich positiv gesteigert werden, wenn sie bewusst und gezielt eingesetzt wird. Das ist die Quintessenz, die man mit „Therapeutic Touch“ lernt.

Ein gesunder Körper hat ein ausgeglichenes elektromagnetisches Feld. Jede Krankheit bedeutet auch eine Störung im Energiefeld. Wir können diese aus der Balance geratenen Energiemuster mit unseren Händen wieder ausgleichen und zusätzlich dem geschwächten Organismus Energie zuführen, was beim Patienten bzw.



info

Deutsches Institut für Therapeutic Touch

Sabine Dietrich
R. Freericks-Str. 12
45721 Haltern
Tel.: 0 23 64 - 50 88 85
Fax: 0 23 64 - 50 88 85
E-Mail: sabinedietrich@therapeutictouch.de
Internet: www.therapeutictouch.de

International Therapeutic Touch Association (ITTA)

Springweg 57
NL-3511 VH Utrecht
Tel.: 0031 - 30 - 2 34 17 07
Fax: 00 31 - 30 - 2 30 05 66

International School of Therapeutic Touch and Energy (ISTTE)

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

Bewohner als Wohlgefühl wahrgenommen wird, die Selbstheilungskräfte anregt und den Heilungsprozess unterstützt.

„Therapeutic Touch ist das Modulieren und Dirigieren von humaner Lebensenergie“ – so lautet die offizielle TT-Definition europaweit. Denn anders als in den USA, wo bereits mehr als 80 000 Personen aus dem Kranken- und Altenpflegebereich die Methode auf unterschiedliche Weise erlernt haben, gibt es in Europa klar vorgegebene Qualitätsstandards in Ausbildung und Lehrerausbildung, identische Lernziele und vergleichbare Prüfungen, auf die sich die in der „International Therapeutic Touch Association“ (ITTA) zusammengeschlossenen Institutionen aus Deutschland, Österreich, den Niederlanden, Luxemburg, Belgien, Skandinavien und Südafrika geeinigt haben.

„Therapeutic Touch“ ist eine komplementäre Behandlungsmethode und Pflegeintervention. Eines ihrer Ziele ist es, eng mit Schulmedizin und wissenschaftlicher Forschung zusammenzuarbeiten. Es gibt inzwischen mehr als 600 wissenschaftliche Studien und Erfahrungsberichte aus Krankenpflege und Medizin, die die positive Wirkung von „Therapeutic Touch“ auf die Gesundheit belegen. Zu diesen Wirkungen gehören:

- subjektives Wohlgefühl,
- Entspannung,
- Angstreduktion,
- Stressreduktion,
- Schmerzreduktion,
- verbesserte Durchblutung,
- beschleunigte Wundheilung.

Angenehmes Kribbeln

Der letzte Punkt führt mich wieder zu meiner oben geschilderten Erfahrung zurück.



info

Wer genauer wissen will, wie man **Therapeutic Touch** im altenpflegerischen Alltag einsetzt, wende sich bitte an:

Alten- und Pflegeheim Parkheim Berg

Ottostr. 10
70190 Stuttgart
Tel.: 07 11 - 1 66 36
Fax: 07 11 - 1 66 37 00

Natürlich hatte ich keine Beweise, dass ich es war, die zur Heilung der Wunde beigetragen hatte. Aber das Ganze machte mich neugierig, und ich wollte über das „Therapeutic Touch“-Basisprogramm hinaus mehr darüber lernen. So besuchte ich in den letzten Jahren weitere Seminare. Ich lernte immer mehr über die Methode und erfuhr dann zum einen in der praktischen Anwendung,

Therapeutic Touch fördert die Durchblutung

dass TT-Behandlungen mir selbst helfen, mit Stress besser umzugehen, Burn-out im Beruf zu vermeiden und meine Gesundheit zu erhalten. Und ich lernte zum anderen, dass „Therapeutic Touch“ bei Heimbewohnern oder Freunden und Familienmitgliedern ein Wohlgefühl, Entspannung und Erleichterung auslösten.

Immer wenn ich dafür ein wenig Zeit fand, habe ich bei Bewohnern, die dafür offen waren, kurze TT-Behandlungen gemacht.

- Frau Schulte* mit ihren ständigen rheumatischen Schmerzen strich ich immer wieder im Energiefeld, d. h. mit zwei bis drei Zentimetern Abstand, über Arme und Hände, während wir uns unterhielten. Das tat ich so lange, bis sie plötzlich bemerkte: „Oh, das tut richtig gut.“
- Für Frau Ackermann*, die gerade eine Gürtelrose und starke Schmerzschübe hatte, fühlten sich meine Hände „wie magnetisch“ an. Sie genoss die Berührung, die ihr Linderung brachte, und fragte: „Haben Sie heilende Hände? Hatten Sie das schon als Kind?“ Meine Antwort, ich hätte das erst vor wenigen Jahren erlernt und jeder, der sich dafür interessiere, könne es lernen, fand sie sehr überraschend.
- Herr Eich*, ebenfalls Diabetiker mit Durchblutungsstörungen und Taubheitsgefühl in den Beinen,



literatur

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

Maud Nordwald Pollock: **Vom Herzen durch die Hände**. Therapeutic Touch – Eine neue Methode des Heilens. Lüchow, Stuttgart, 2004

spürte bei meiner TT-Behandlung „ein angenehmes Kribbeln“ in den Füßen, was auf eine verbesserte Zellaktivität schließen lässt.

Erfreulicherweise stieß „Therapeutic Touch“ nicht nur bei den Bewohnern, sondern auch bei der Leiterin und der Pflegedienstleitung unseres städtischen Alten- und Pflegeheims „Parkheim Berg“ in Stuttgart auf Interesse. Es ist geplant, noch in diesem Jahr für die anderen Mitarbeiter im Haus eine Informationsveranstaltung durchzuführen. In manchen deutschen Städten wie München, Berlin, Dortmund oder Gera wird „Therapeutic Touch“ bereits in Krankenhäusern und Pflegeheimen von Pflegekräften praktiziert. In den USA, in Holland, Österreich und anderen Ländern ist „Therapeutic Touch“ sogar Bestandteil der Pflegeausbildung.

Deutschland dagegen ist immer noch ein TT-Entwicklungsland ...

Namen der Bewohner von der Redaktion geändert



Renate Wallrabenstein arbeitet als Altenpflegerin im Alten- und Pflegeheim „Parkheim Berg“ des städtischen Eigenbetriebs „Leben & Wohnen“ in Stuttgart

