

Mehr als angreifen

Berühren und Behandeln im Ordensspital

Die heutige schnelllebige Zeit ist oftmals geprägt von oberflächlichen Kontakten und Berührungsarmut. Regelmäßig greifen wir zum Smartphone, selten aber nach der Hand eines anderen Menschen. Dabei birgt die Berührung vielerlei Wirkungen in unterschiedlichen Dimensionen – egal ob in der Beziehung oder im Alltagskontext, in Diagnostik, Therapie oder Pflege.

„Ruhige, sanfte, freundliche Berührung bewirkt eine Aktivierung unseres Beruhigungssystems“, beschreibt Ulrike Auinger die Folgen von achtsamem, sanftem und freundlichem Körperkontakt. „Die Ausschüttung von Oxytocin beruhigt und verbindet, gibt Sicherheit und Geborgenheit, körpereigene Endorphine sind schmerzstillend und weitere Neurotransmitter wirken sich positiv aus.“ In ihrer täglichen Arbeit erkennt und behandelt die Physikalische Ärztin Gesundheitsstörungen unter anderem mit ihren Händen.

Berührung in Diagnostik und Therapie

In einem Arbeitsumfeld wie dem Krankenhaus spielt Berührung eine besondere Rolle: „Generell leben wir heute in einer technokratisierten Welt mit einer auf Wissenschaft und Technik ausgerichteten Medizin. Auch die Patienten sind heute so eingestellt“, reflektiert Raffi Topakian, Leiter der Abteilung für Neurologie. In seiner Fachrichtung ist der Aspekt des Berührens besonders wichtig. „Eine sehr gründliche Anamnese und Untersuchung von Kopf bis Fuß ist zur Erhebung des neurologischen Status essenziell. Aber nicht nur wir ziehen daraus Erkenntnisse, auch der Patient spürt uns, zum Beispiel wenn wir eine Kraftprüfung durchführen.“ In der manuellen Medizin wird mit den Händen untersucht und behandelt. „Schon der Begriff Chiropraktik enthält das griechische Wort

für Hand. In der Physikalischen Untersuchung und in der Physiotherapie sind die Hände das wichtigste Instrument. Mit unseren Händen können wir Störungen erkennen und bearbeiten“, erklärt Auinger.

Berührung kann auch heilsam sein

Berührung kann aber auch auf andere Art heilsam sein. Nicht primär in dem Sinne, dass eine Berührung die Krankheit an sich kuriert, sondern die Wirkung der Berührung stärkt die Ressourcen des Menschen und lässt ihn besser mit der schwierigen Lebenssituation umgehen. „Verschiedene Studien zeigen, dass die Lebensqualität und das Wohlbefinden von Pflegebedürftigen und Demenzpatienten durch fürsorgliche Berührungen gesteigert werden und dass sich ihr Gesundheitsstatus dadurch verbessert“, beschreibt Alicia Lanzerstorfer die Wirkung der Berührung, was sich auch im Rahmen ihrer Pflegearbeit auf der Palliativstation immer wieder bestätigt. „Wir haben als Pflegepersonen das Privileg, Menschen im Zuge unserer pflegerischen Tätigkeiten berühren zu dürfen. Wir halten ihnen die Hand, wir setzen uns zu ihnen, wir führen Körperpflege durch und machen Rückeneinreibungen, bevor sie einschlafen, wir messen den Blutdruck und wenn wir sie auf die Toilette begleiten, hängen sie sich ein.“

Berührung schafft Nähe und Vertrauen

Es ist wichtig, die Menschen nicht bloß anzufassen, sondern auf eine qualitative, achtsame und fürsorgliche Berührung zu achten. Berührt man den Menschen mit Empathie, fühlt er sich als Mensch wahrgenommen, auch auf der emotionalen Ebene. So kann eine Berührung zum Auslöser für wichtige emotionale Gespräche werden, insbesondere bei Menschen, zu denen man anders keinen Zugang gefunden hat. „Berührung hat nicht nur diagnostischen, sondern auch symbolischen Charakter.“ Berührung wird dazu in allen Kulturen und Religionen der Welt eingesetzt, etwa beim Handauflegen oder Segnen. „Auch wir im Krankenhaus berühren, beobachten, hören zu. Das alles macht Nähe und Vertrauen. Dadurch schaffen wir eine Brücke zum Patienten und Akzeptanz für Untersuchungen, welche für die Therapie notwendig sind“, so Neurologe Topakian.

Bilder und Statements:

Bild: KWG_Lanzerstorfer_Alicia_DGKP_BScN_Palliativ.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

Bildtext: DGKP Alicia Lanzerstorfer, BScN, Expertin für Aromapflege, Palliativstation, Klinikum Wels-Grieskirchen

„Berührung bedeutet für mich: Ich bin da, wenn du mich brauchst. Du bist mir wichtig und wertvoll.“

Sie gibt Halt im Leben und speziell in der aktuellen Situation. Berührung verleiht ein Gefühl der Geborgenheit.“

Bild: KWG_Topakian_Raffi_Dr_Prim_Neuro.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

Bildtext: Prim. Dr. Raffi Topakian, Leiter der Abteilung für Neurologie, Klinikum Wels-Grieskirchen
„Berührung bedeutet für mich: „Ich kümmere mich. Um wahrgenommen zu werden, möchte der Mensch berührt werden. Ich nehme mir Zeit für die Patienten. Berührung ist in der Lage, Angst und Sorgen abzubauen.“

Bild: KWG_Auinger_Ulrike_Dr_OA_Physikalische-Medizin.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

Bildtext: OÄ Dr. Ulrike Auinger, Institut für Physikalische Medizin und Allgemeine Rehabilitation, Klinikum Wels-Grieskirchen
„Berührung bedeutet für mich: „Den anderen wahrzunehmen, so wie er ist. Sie bedeutet, anzunehmen und Grenzen zu respektieren. Zu trösten. Sie ist eine nonverbale Kommunikationsform.“

Bildvorschlag: <https://www.istockphoto.com/at/foto/neugeborene-babys-mädchen-gm152128009-14394161>

Bildtext: Nähe und Körperkontakt zu den Eltern geben Säuglingen Geborgenheit und Sicherheit.

Bildvorschlag: <https://www.istockphoto.com/at/foto/sie-machen-immer-meinen-tag-gm1125719715-296063432>

Bildtext: Auch in späteren Jahren kann sich der Mensch durch Berührung stärken.

Weiterführende Informationen

Nach Virginia Satir, der US-amerikanischen Psychotherapeutin und Pionierin in der Familientherapie, braucht der Mensch vier Umarmungen täglich, um zu überleben, acht Umarmungen, um sich wohlfühlen und zwölf Umarmungen, um sich weiterzuentwickeln und zu wachsen.

Berührung lässt uns wachsen

Kleine Geste, große Wirkung: Berührung ist von Geburt an wichtig für uns. Weshalb das so ist? Während der Schwangerschaft lebt der heranwachsende Mensch in einer warmen, ihn berührenden Umgebung. Seine Entwicklung wird begleitet durch den pulsierenden Herzschlag der Mutter und vielen durch das Organsystem bedingten Rhythmen. So gesehen wird das Kind in eine eher kalte, berührungsarme Welt geboren. Umso wichtiger ist dann der Körperkontakt zur Mutter, die Wärme und das Wiedererkennen des Herzschlags geben Geborgenheit und Sicherheit. Damit ist die Basis

geschaffen, um sich in einer neuen, unbekannten Welt zu entwickeln. Auch in späteren Jahren kann sich der Mensch, wenn er vor Herausforderungen steht, durch Nähe und Berührung Stärke holen.

Schon gewusst ...

In manchen Intensivstationen für Erwachsene wird das Prinzip des Kangarooing angeboten – der Körperkontakt kann in dieser Situation Wohlbefinden, Beruhigung und Beziehung fördern.

Das Klinikum Wels-Grieskirchen – www.klinikum-wegr.at

Das größte Ordensspital Österreichs ist eine Institution der Kongregation der Barmherzigen Schwestern vom heiligen Kreuz und der Franziskanerinnen von Vöcklabruck. Mit rund 30 medizinischen Abteilungen, 1.227 Betten und rund 3.800 Mitarbeitern leistet das Klinikum Wels-Grieskirchen umfassende medizinische Versorgung in Oberösterreich. Rund 88.000 Patienten werden hier jährlich stationär behandelt. Aufgrund seiner zahlreichen Schwerpunkte und Kompetenzzentren bündelt das Klinikum fachübergreifendes Know-how und ermöglicht interdisziplinäre Diagnosen und Behandlungen zum Wohle der Patienten.

Pressekontakt Klinikum Wels-Grieskirchen

Mag. Kerstin Pindeus, MSc, A-4600 Wels, Grieskirchner Straße 42,

Tel: +43 7242 415 - 93772, Mobil: +43 699 1416 3772

E-Mail: kerstin.pindeus@klinikum-wegr.at