

**Sterbebegleitung in der  
Pflege**

8. Palliativ- und Hospiztag 2010

Heike Heß, Krankenschwester,  
Palliativfachkraft, Pain Nurse

---

---

---

---

---

---

---

---

**INHALT**

- Einleitung
- Palliative Care
- Berührungen
- Komplementäre Pflegemethoden
- Aromapflege

---

---

---

---

---

---

---

---

**EINLEITUNG**

- Individualität  
⇒ Durch Standards werden Schablonen auf den Menschen gelegt – jeder sollte gleich sterben
- Innehalten vor der Einmaligkeit des Menschen
- Der Mensch soll nicht zum Fall werden und die Versorgung nicht zur Falle
- Du bist, weil Du DU bist
- Miteinander werden wir es erkennen!
- Sprachnot - Verständigungsnot
- Daseinsberechtigung bis zum Schluss

---

---

---

---

---

---

---

---

## PALLIATIVE CARE

### Definition (WHO):

- **Palliative Care** ist die Bezeichnung für eine umfassende, palliative (lindernde) Betreuung im Erleben von schwerer Krankheit und Leiden.
- Palliative Care ist ein Angebot, dass sich an Menschen richtet, die unter einer schweren, fortschreitenden, unheilbaren oder chronischen Krankheit leiden.

---

---

---

---

---

---

---

---

## PALLIATIVE CARE

- rechtzeitiges Vorbeugen und Lindern von Schmerzen und anderen belastenden krankheitsbedingten Beschwerden (Erkennen von Bedürfnissen im biologischen, seelisch-geistigen, sozialen und kulturellen Bereich)
- Dies soll erfolgen durch verschiedene qualifizierte Fachpersonen und bewährter Organisationen in der Palliativen Betreuung

---

---

---

---

---

---

---

---

## PALLIATIVE CARE

- Das Ziel einer umfassenden Palliativen Betreuung besteht darin, miteinander würdevolle Bedingungen (wenn immer möglich am Orte der Wahl des Betroffenen und seiner Familie) für eine bestmögliche Einflussnahme auf die Lebensqualität der Betroffenen und seiner Angehörigen bis zu letzt zu schaffen und zu gestalten

---

---

---

---

---

---

---

---

## BERÜHRUNGEN

### Berührung ist nicht gleich Berührung!

Berührungen können:

- Gefühle transportieren
- Erlebnisse unterstreichen
- Erfahrungen vermitteln
- Intimität schaffen
- den Eintritt in tiefere, seelische Schichten ermöglichen

---

---

---

---

---

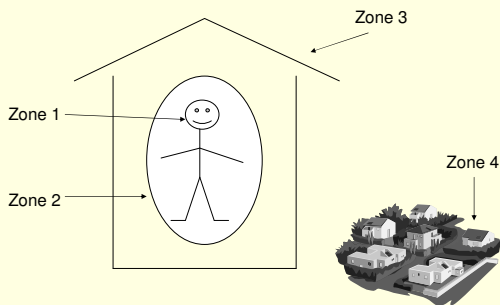
---

---

---

## BERÜHRUNGEN

### Lebensraumgrenzen



---

---

---

---

---

---

---

---

## BERÜHRUNGEN

### Abwehrreaktionen

- Aggressivität (nach vorne strebend)
- Flucht (weglaufen)
- Angst (sich verstecken)
- Sozial verankertes Verhalten (Hilferuf)
- Resignation (unterwerfen)

---

---

---

---

---

---

---

---

## BERÜHRUNGEN

### Arten der Berührung

Berufsberührung

Beziehungsberührung

Der Zweck  
steht im  
Vordergrund



Die Person  
steht im  
Vordergrund

---

---

---

---

---

---

---

---

## BERÜHRUNGEN

### Wie berühre ich einen Kranken oder Sterbenden?

Folgende Dinge sollten berücksichtigt werden:

- Wärme / Kälte (Temperatur der Hände, innere Einstellung)
- Rhythmus (schaukelnd => früheste Kindheit ⇔ hektische Berührungen)
- Berechenbarkeit und Zeit ( ist für das Gefühl von Vertrauen und Geborgenheit wichtig => Rituale)

---

---

---

---

---

---

---

---

## BERÜHRUNGEN

- Respekt vor dem Rhythmus des anderen gehört mit den zu den Grundbedingungen des Umgangs zwischen Menschen
- Rhythmusausgleich ist eine Grundform der Kommunikation
- Konkret heißt das:
  - **Ich nehme Dich wahr, wie Du bist**
  - **Ich akzeptiere Dich, wie Du bist**
  - **Ich bin bereit, Deinem Rhythmus entgegenzukommen**

---

---

---

---

---

---

---

---

## BERÜHRUNGEN

### Möglichkeiten der Stimulation

- Qualität der Bettwäsche (auch Unterlagen z.B. aus Gummi oder Lammfell), der Kleidung
- Gegenstände in der unmittelbaren Umgebung des Bettes oder des Tisches
- Waschwasser, das kalt oder warm ist, wohlriechend oder geruchlos, ...



---

---

---

---

---

---

---

---

## BERÜHRUNGEN

### **Materialanregungen zur Stimulation:**

- ⇒ „eine Hand voll Erde“, „eine Hand voll Schnee“, ...
- ⇒ Tücher: Seide, Baumwolle, Wolle, Kunstfaser
- ⇒ Bezug zur Jahreszeit herstellen: erste Blumen, reife Ähren, Obst, verfärbtes Laub, ..
- ⇒ „Rosenkranz“ aus verschieden großen Perlen
- ⇒ „Massagetiere“, Rückenkratzer, Fußrollen, ...
- ⇒ ...

---

---

---

---

---

---

---

---

## BERÜHRUNGEN

### **JEDER VON UNS IST EIN EXPERTE IN BERÜHRUNGEN!!!**

Vor einer Berührung sollten wir kurz in uns hineinhorchen:

Fühlen wir uns angespannt, gestresst oder haben uns über etwas geärgert? Oder sind wir ruhig, zufrieden, haben uns vielleicht über etwas gefreut? Unsere Hände werden dies an den Kranken und Sterbenden weitergeben.

---

---

---

---

---

---

---

---

## **KOMPLEMENTÄRE PFLEGEMETHODEN**

### **Definition:**

- ❖ Von lat. complementare = ergänzen, komplettieren
- ❖ Ergänzend in Bezug auf die klassische, wissenschaftlich orientierte Medizin und Pflege
- ❖ Wird auch „alternative“ Pflege genannt

---

---

---

---

---

---

---

---

## **KOMPLEMENTÄRE PFLEGEMETHODEN**

### **Was sind komplementäre Pfleagemethoden?**

- ❖ Wickel und Auflagen
- ❖ Aromapflege
- ❖ Rhythmische Einreibungen
- ❖ Bäder und Waschungen
- ❖ Lagerungen, Umgebungsgestaltung
- ❖ Heilkräuteranwendungen,...

---

---

---

---

---

---

---

---

## **KOMPLEMENTÄRE PFLEGEMETHODEN**

- ❖ Bieten die Möglichkeit individueller Begegnungen durch Zuwendung, Berührung, Wärme, Kommunikation
- ❖ Können auch die gesunden, selbstregulierenden Kräfte aktivieren
- ❖ Die Schulung und Einbindung von Angehörigen ist gut möglich

---

---

---

---

---

---

---

---

## WICKEL UND AUFLAGEN

### Definitionen:

- o **Wickel:** zirkuläres Anlegen von Tüchern um den ganzen Körper oder ein Körperteil
- o **Auflage:** auf eine bestimmte Körperregion begrenzt, meist zirkulär mit einem Außentuch gewickelt
- o **Kataplasma:** Brei- oder Pastenumschläge

---

---

---

---

---

---

---

---

## WICKEL UND AUFLAGEN

### WIRKMECHANISMEN:

- o **Physikalisch:** durch Wärme / Kälte = Durchblutungsförderung der Haut
- o **Spezifisch:** durch die Wirkung der Zusätze bzw. Inhaltsstoffe (Heilkräuter, ätherische Öle, Lehm, ...)
- o Anregung der Selbstheilungskräfte durch die Unterstützung natürlicher Reaktionen
- o Verminderung des Muskeltonus bei Spasmen und Verspannungen

---

---

---

---

---

---

---

---

## WICKEL UND AUFLAGEN

- o Auseinersetzung mit dem erkrankten Körperteil (Wahrnehmen von Bedürfnissen, Eigenverantwortlichkeit)
- o Stärkung anfälliger Organe
- o **Zuwendung – zur Ruhe kommen**

---

---

---

---

---

---

---

---

## WICKEL UND AUFLAGEN

### Beispiele für schmerzlindernde Wickel und Auflagen

- o Feuchtheiße Wickel (Bauch, Gelenke)
- o Zwiebelwickel (Ohrenschmerzen)
- o Ingewickel (durchwärmend, lösend)
- o Meerrettichauflagen bei Sinusitis,
- o Bienenwachskompressen (schleimlösend, entspannend)
- o Quarkauflagen bei Entzündungen



---

---

---

---

---

---

---

---

## AROMAPFLEGE

### Anwendung in der Palliativpflege

- Ätherische Öle für Körper und Seele
- Ätherische Öle die Geborgenheit vermitteln
- Hautpflege
- Duft und Gerüche
- Öle als begleitende Schmerzmedikation
- Öle zur Begleitung Sterbender

---

---

---

---

---

---

---

---

## AROMAPFLEGE

### Ätherische Öle

- Sind Kostbarkeiten die uns die Natur schenkt
- Es sind Duftstoffe, die in Blüten, Schalen, ... enthalten sind
- Wirken wie ein Medikament, deshalb muss wohlüberlegt damit umgegangen werden => ein zuviel kann ernsthaften Schaden anrichten
- Kinder und ältere Menschen reagieren empfindsam

---

---

---

---

---

---

---

---

## AROMAPFLEGE

### Fette Öle oder Basisöle

- Sind hochwertige Öle aus Samen oder Kernen, wie Mandelöl, Sesamöl,...
- Es sind wichtige Trägeröle für ätherische Öle
- Sie dringen gut in die Haut ein
- Haben heilende und pflegende Eigenschaften
- Es sollten nur naturreine, kaltgepresste Öle aus biologischem Anbau Verwendung finden

---

---

---

---

---


---

---

---

## AROMAPFLEGE

### INDIKATIONEN

- Pflege und Schutz für gesunde Haut
- Schmerzlinderung
- Pflege von kleinen Wunden, Prellungen, ...
- Stärkung der Abwehrkräfte 
- Pflege bei Erkältungssymptomen
- ...

---

---

---

---

---


---

---

---

## AROMAPFLEGE

### Anwendungsmöglichkeiten in der Palliativpflege

- Einreibungen oder Massage, z.B. der Hände
- Waschungen oder Bäder 
- Inhalation oder Raumbeduftung

---

---

---

---

---

---

---

---

## AROMAPFEGE

### Auswahl an ätherischen Ölen und ihre Wirkung

- **Benzoe:** stärkt das Herz, gibt Geborgenheit, beruhigt
- **Bergamotte:** nervenberuhigend, stimmungsaufhellend, ausgleichend
- **Cistrose:** löst seelische Verletzungen, öffnet das Herz, erwärmt die Seele
- **Cajeput:** schleimlösend, schmerzstillend



---

---

---

---

---

---

---

---

## AROMAPFLEGE

- **Grapefruit:** psychisch aufhellend, antidepressiv
- **Lavendel:** harmonisiert, beruhigt Körper, Geist und Seele, klärt und reinigt
- **Mandarine rot:** tröstet, hilft beim Einschlafen
- **Rose:** öffnet das Herz, heilt seelische Verletzungen, hilft beim Loslassen
- **Weihrauch:** schenkt weiten Blick, beruhigt, reinigt



---

---

---

---

---

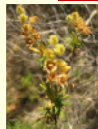
---

---

---

## AROMAPFLEGE

- **Rosmarin:** stärkt, richtet auf, durchblutet
- **Ylang:** stimmungsaufhellend, beruhigt
- **Zeder:** richtet auf, beruhigt, harmonisiert, nimmt Ängste



Atlaszeder

---

---

---

---

---

---

---

---

## AROMAPFLEGE

**Bewährte Rezepte** (Quelle: R. v. Braunschweig / Praxis Aromatherapie)

### Ohrenschmerzen

•1 Tr. Lavendel fein oder Thymian masticina auf Watte tropfen und vorsichtig in den Gehörgang einlegen – ständig warm halten, morgens und abends wechseln

•Niemals direkt ins Ohr tropfen!

### Bauchschmerzen

•1 Tr. Fenchel  
•1 Tr. Kardamon  
•1 Tr. Koriander  
•1 Tr. Kreuzkümmel  
in 50 ml Mandelöl geben

Mit der Mischung den Bauch sanft im Uhrzeigersinn massieren

---

---

---

---

---

---

---

---

## AROMAPFLEGE

### Ölmischung gegen Juckreiz

- 20 Tropfen Lavendel fein
  - 12 Tropfen Bergamotte
  - 1 Tropfen Zeder
- auf 100 ml Mandelöl

=> Auch als Bad sehr wirksam + ½ Becher Sahne



---

---

---

---

---

---

---

---

## AROMAPFLEGE

### Schmerzlinderndes Hautöl bei Hämatomen

- 20 Tr. Immortelle
  - 5 Tr. Cistrose
  - 5 Tr. Lavendel
  - 5 Tr. Cajeput (bei schmerzhaften Hämatomen)
- in 30 ml Mandelöl

Mehrmals täglich auftragen.



Immortelle



Cajeput

---

---

---

---

---

---

---

---

## **AROMAPFLEGE**

### **WICHTIG:**

- **Nicht die eigenen Lieblingsdüfte in der Sterbebegleitung benutzen (Düfte rufen Erinnerungen in uns aus und verknüpfen Düfte mit Erfahrungen / Ereignissen)**
- **Erst Öle an sich selbst ausprobieren**
- **Bei Unwissenheit bitte Personen fragen, die sich mit Aromapflege auskennen. Es kann sonst zu unerwünschten Wirkungen führen.**

---

---

---

---

---

---

---

---