

Berührung – Basale Stimulation bei Menschen mit Demenz



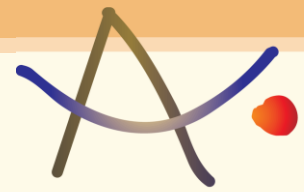
Am 04.03.2009 gestaltete Gisela Ostheimer, Lehrerin für Kranken- und Altenpflege, bei unserer monatlichen Vortragsreihe mit der Evangelischen Gesellschaft in Stuttgart einen lebendigen Abend zum Thema Berührung – Basale Stimulation bei Menschen mit Demenz.

Berührung ist ein unverzichtbarer Bestandteil des menschlichen Lebens. Für Menschen, die über Worte und Gesten nur noch schwer zu erreichen sind, gewinnt die Kommunikation über Berührung immer mehr an Bedeutung. Basale Stimulation ist eine Methode, die Berührung bewusst einsetzt, um behinderte Menschen in ihrer Welt zu erreichen.

„Basal“ bedeutet in diesem Zusammenhang „Basis der Wahrnehmung“. „Stimulation“ beinhaltet, dass jeweils für *ein* Sinnesorgan eindeutige Reize gegeben werden. Wegbereiter der Basalen Stimulation sind die Pädagogin und Krankenschwester Prof. Christel Bienstein und der Professor für Sonderpädagogik Andreas Fröhlich von der Universität Witten-Herdecke. Zusammen haben sie das Konzept der Basalen Stimulation von der Behindertenpädagogik auf die Pflege Erwachsener übertragen. Basale Stimulation bedeutet nach Fröhlich das „Strukturieren des Alltäglichen“.

Die verschiedenen Wahrnehmungskanäle des Menschen bilden sich bereits ab der 12. Schwangerschaftswoche im Mutterleib heraus. Die Entwicklungsstufen der menschlichen Wahrnehmung sind:

- Das Spüren über die Haut (somatische Wahrnehmung), die Entwicklung des Gleichgewichtsinns (vestibuläre Wahrnehmung) und das Fühlen der Umgebung über die Knochen und Muskelstrukturen (vibratorische Wahrnehmung)
- Das Hören von Rhythmen, wie zum Beispiel den Puls der Mutter (audiorhythmische Wahrnehmung)
- Das Schmecken und Riechen (orale und olfaktorische Wahrnehmung)
- Das Hören (auditive Wahrnehmung)
- Das Tasten und Greifen (taktile Wahrnehmung)
- Das Sehen (visuelle Wahrnehmung)



In der umgekehrten Reihenfolge geht die Wahrnehmung im Verlauf der Demenzerkrankung wieder zurück. Bei der Basalen Stimulation werden alle Entwicklungsstufen einbezogen. An diesem Abend liegt der Schwerpunkt allerdings auf der Kontaktaufnahme durch Berührung.

Gisela Ostheimer will verdeutlichen, wie sich die Einschränkung grundlegender Sinneswahrnehmungen auf die Pflegebedürftigen auswirkt. Deshalb werden die Zuhörenden aufgefordert, sich einige Minuten lang auf ihre flachen Hände zu setzen, um dann zu sagen, wie sich die Hände anfühlen. Wenn Demenzkranke 10-12 Stunden lang liegen, spüren sie ihre Füße nicht mehr. Auch im Rollstuhl verlieren die Menschen das Gefühl für den Boden. Bei der Ernährung über eine Bauchsonde wird der Mund nicht stimuliert, bei der Nahrungsaufnahme wird nichts gerochen. Hier setzt die Basale Stimulation an.

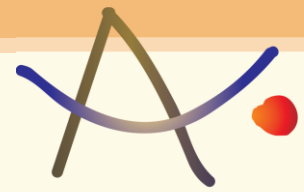


Einstiegsübung an diesem Abend – das Fühlen eines Gegenstandes auf der Handinnenfläche mit geschlossenen Augen

Nach Fröhlich und Bienstein hat die Basale Stimulation neun Ziele. Es sind dies:

- Das eigene Leben spüren durch Bewegung
Wenn man in einem Bett liegt, in dem man sich nicht bewegen kann, dann lösen sich die Grenzen auf. Das ist schlimm für die Demenzkranken.
- Sicherheit erleben, Vertrauen aufbauen
Hierfür ist es wichtig, den Demenzkranken zu berühren. Da das Gehör im Alter abnimmt, wird Berührung wichtiger als Sprache. Körperzonen wie die Schulter, der Ellenbogen und die Hand dürfen am ehesten berührt werden. Bereiche wie der Hals, der Bauch oder auch der Rücken dürfen nur von Menschen berührt werden, die dem Menschen vertrauter sind. D.h. auch, dass Beziehung ein sehr wichtiges Element in der Basalen Stimulation ist.

Die Art des Berührens spielt zudem eine wichtige Rolle. Wenn man über den Arm streicht, dann macht es einen großen Unterschied, ob man mit oder gegen die Härchen streicht. In Gegenrichtung zu streichen, fühlt sich belebend bis irritierend an. Sicherheit zu geben ist allerdings das Ziel der Basalen Stimulation. So werden Menschen mit Demenz ganz bewusst nicht gegen die Haarrichtung gestreichelt.



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.



Berührung an der Schulter – ein Moment zum Genießen

Des Weiteren sollten die Finger beim Berühren immer geschlossen sein. Gespreizte Finger entsprechen punktuellen Berührungen, welche auch irritierend wirken. Dies bei der Körperpflege zu berücksichtigen bedeutet zum Beispiel, den Körper mithilfe von zwei Waschlappen zu waschen, so dass die Form des Armes, des Beines nachmodelliert werden kann. Der Demenzkranke kann seinen Körper als Ganzes wahrnehmen und zugleich die Grenzen seines Körpers erfahren.

- Leben erhalten und Entwicklung erfahren
- Den eigenen Rhythmus entwickeln
- Außenwelt erfahren
- Beziehung aufnehmen und Begegnung gestalten
- Sinn und Bedeutung geben
- Sein Leben gestalten
- Autonomie und Verantwortung

Mit zahlreichen Übungen machte Gisela Ostheimer die Zuhörer immer wieder darauf aufmerksam, wie sich Berührung anfühlt. Hier achtsamer geworden zu sein, war ein zentraler Gewinn dieses Abends.

Info: Gisela Ostheimer
Tel. 0721 / 82 72 24
E-Mail g_ostheimer@yahoo.com

Dr. Brigitte Bauer-Söllner, Redaktionsteam



Mit einem doppelseitigen Waschlappen den Menschen seine Körpergrenzen spüren lassen