

Alternative Methoden in der Palliativversorgung

Wie können wir unsere Symptomtherapie
unterstützen und verbessern?

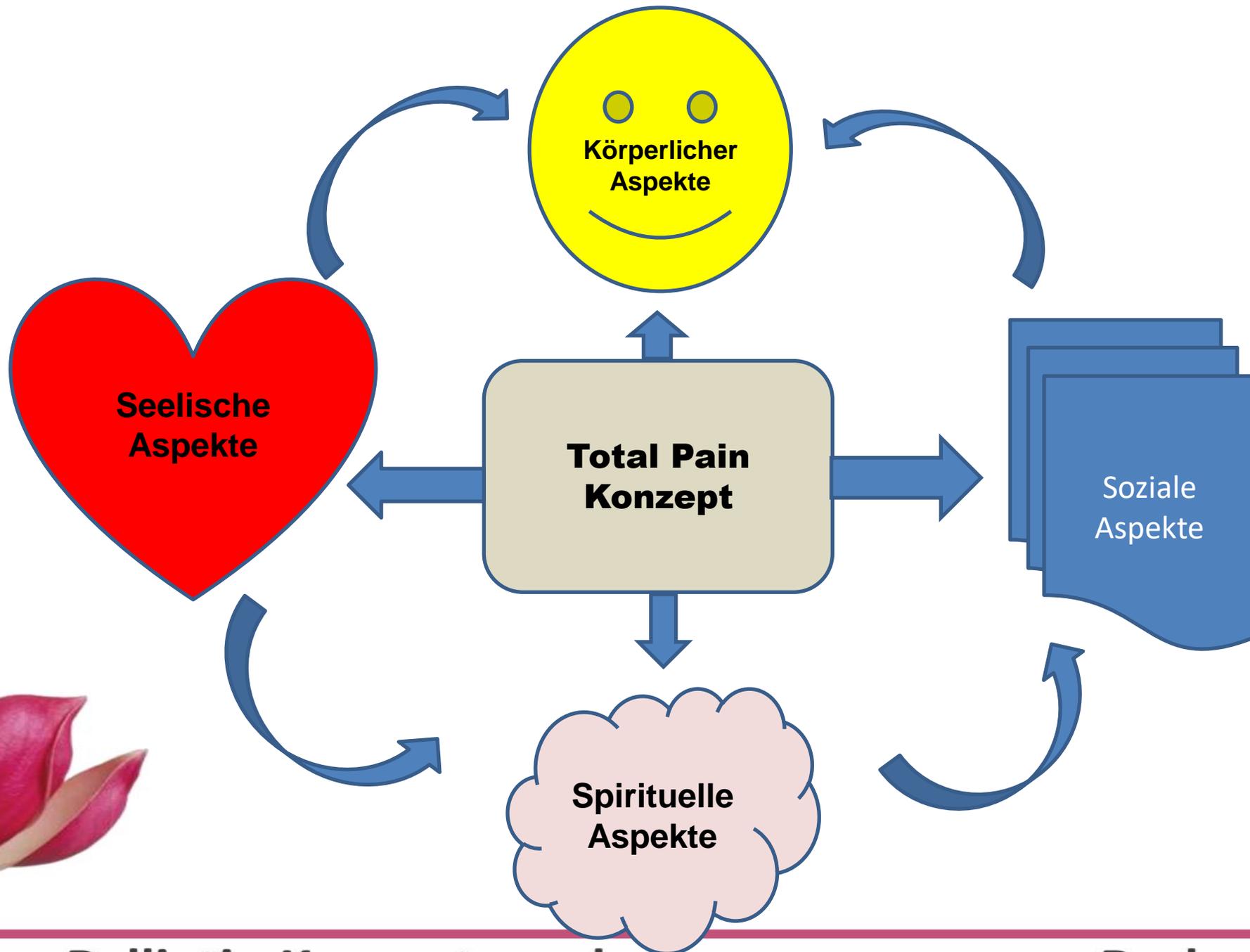
Ein Vortrag von Beate Hundt (Apothekerin) und
Barbara Spandau (Palliativfachkraft)



Nicht-medikamentöse Therapien

- Ergänzung zur medikamentösen Schmerztherapie
- Wertvolle und wichtige Ressource
- Empfehlung in zahlreichen nationalen und internationalen Standards und Leitlinien
- Sind Ergänzung aber nicht Ersatz für eine medikamentöse Therapie
- CAVE: meist kein wissenschaftlicher Nutzen nachweisbar





Soziale und psychologische Unterstützung



Psychoonkologie

- Die Psychoonkologie bzw. **psychosoziale Onkologie** bezeichnet die psychologische Betreuung von Krebspatienten und ist damit eine interdisziplinäre Form der **Psychotherapie** beziehungsweise der **klinischen Psychologie**, die sich mit den psychischen, sozialen und sozialrechtlichen Bedingungen, Folgen und Begleiterscheinungen einer Krebserkrankung befasst



Aufgaben der Psychoonkologen

- Krisenintervention, ressourcenorientierte Interventionen oder durch imaginative Verfahren und Arbeit mit Metaphern, zu unterstützen.
- Ziel dabei ist, die Kompetenz des Patienten, mit der Krankheit klarzukommen, zu stärken.
- Unterstützung des Teams bei Supervision und Teambesprechungen



Kunsttherapie

- Therapeutische Disziplin aus den USA
- Als Kreativangebot zur Entspannung
- Als supportive, psychosoziale und psychotherapeutische Betreuung zur Bewältigung einer schwierigen Lebenssituation



Musiktherapie

- „Musik drückt aus, was nicht gesagt werden kann und worüber zu schweigen unmöglich ist“



Wirksamkeitsgeprüfte Komplementärmedizinische Maßnahmen

- Ernährungsoptimierung
- Körperliche Aktivierung (Sport)
- Psychologische Betreuung
- Selentherapie
- Enzymtherapie
- Vitamine/ Spurenelemente
- Misteltherapie



Ernährungsberatung

- **Ziel:** Stärkung und Erhaltung der Lebensqualität
- **Aufgaben:** Aufklärung, Unterstützung und Therapiezielvereinbarung
- **Ansprechpartner:** ÄrztInnen und Pflegekräfte in der Chemo-Ambulanz, Hausarzt, Ernährungsberatung in Kliniken



Mangelernährung

- Mangelernährung= ein anhaltendes Defizit an Energie und/oder Nährstoffen im Sinne einer negativen Bilanz zwischen Aufnahme und Bedarf mit Konsequenzen und Einbußen für Ernährungszustand, physiologische Funktion und Gesundheitszustand.
- Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM)



Definition der klinisch relevanten ME

- Ungewollter Gewichtsverlust von 10% des Körpergewichts innerhalb von 6 Monaten
- Nahrungskarenz: orale Zufuhr < 500kcal/d
- Unzureichende Energiezufuhr 60-80% des Tagesbedarfs

(Leitlinien der DGEM 2003)



Mögliche Tipps und Tricks

- Abwechslungsreiche, wohlschmeckende Wunschkost
- Berücksichtigung von Gewohnheiten
- häufige kleine Mahlzeiten, individuell gewürzt und ansprechend serviert.
- Möglichkeiten der Ernährungstherapie aufzeigen



Ernährungstherapie

- **Ziel:** durch therapeutische Intervention Ernährungsstatus herstellen, erhalten und/ oder verbessern
- **Aufgaben:** eine individuell passende und im Alltag integrierbare Therapie finden und durchführen
- **Methoden:** Ernährungsanamnese, BIA-Messungen, Koordination der häuslichen Versorgung für den behandelnden Arzt



Was zu Hause alles geht.....

- Ernährung über eine PEG-Sonde: für Patienten die nicht schlucken können
- Ernährung über einen zentral-venösen Zugang (Bsp. Port): für Patienten, bei denen die Kalorienzufuhr über den Magen-Darm-Trakt nicht ausreichend ist.



In der Schmerztherapie.....



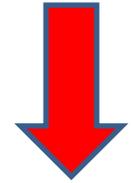
Beeinflussung der Schmerzschwelle

Erhöhung



- gute Symptomkontrolle
- Schlaf
- Empathie, Verstehen
- kreative Aktivität
- Reduktion von Angst
- verbesserte Stimmung

Erniedrigung



- Unwohlsein
- Schlaflosigkeit
- Angst
- Wut
- Traurigkeit, Depression
- soziale Isolation



Schmerztherapie

Medikamente

Physiotherapie/
Physikalische
Therapie

Entspannung



Lokale Anwendungen

Vielzahl von unterstützenden, traditionell angewendeten Arzneimitteln

- Kalt- und Warmanwendungen
- Salben, Cremes, Umschläge, Einreibungen
- Homöopathische Präparate



Beispiele für äußerliche Anwendung

Salben/Cremes/Gele:

- mit Diclofenac oder Ibuprofen
- Arnica- oder Beinwell-Extrakt
- Traumeel® oder Zeel®
- Retterspitz Muskelcreme®



Beispiele für äußerliche Anwendung

Umschläge/Wickel/Auflagen

- Quark
- Retterspitz äusserlich[®]
- Aconit Schmerzöl[®]
- Solum Öl[®]
- Dolocyl Öl[®]
- Euminz[®]



Beispiele für ergänzende Homöopathie

- Arnica D6/D12
- Rhus tox. D6/D12
- Magnesium phosphoricum D6 oder Magnesium phosphoricum comp.
- Traumeel®/Zeel comp®



Manuelle Lymphdrainage



Strahlentherapie

- Kausale schmerztherapeutische Maßnahme
- Besonders bei schmerzhaften Knochenmetastasen gute Wirkung (laut Studie nach 1 Monat 25% schmerzfrei, 42% haben eine 50% Schmerzlinderung)
- Initial kann es zu einer Schmerzverstärkung kommen
- Einsatz muss nach Krankheitsstadium abgewogen werden



Elektrotherapie: Bsp. TENS



Elektrotherapie

- Die Elektrotherapie umfasst alle Methoden, bei denen man elektrischen Strom zu therapeutischen Zwecken nutzt.
- Galvanisation: Gleichstromtherapie
- Reizstromtherapie: niedrige Frequenzen
- Kurzwellentherapie: hohe Frequenzen
- Ziel: tiefgelegene Gewebe **erwärmen**, durch Sinnesreize veranlasste **Muskelreaktionen wieder anregen**, die durch neurologische Störungen oder Ausfälle abhanden gekommen sind, die **Durchblutung fördern, Schmerzen lindern**



Elektrotherapie mittels TENS

- Transcutane elektrische Nervenstimulation
- Ziel: senken der Schmerzsensibilität/
Schmerzwahrnehmung
- Lokal betäubende Wirkung
- Lokal stimulierende Wirkung
- Anwendung bei: Muskelschmerzen/ muskuläre
Verspannungen, neuropathische Schmerzen,
Phantomschmerzen, Spannungskopfschmerz



Elektrotherapie mittels TENS

- Nicht bei Patienten mit Herzschrittmacher
- Nicht bei Hautirritationen
- Nicht bei Thrombophlebitis
- Compliance des Patienten ist entscheidend, da Anwendung 3X/täglich erfolgen muss
- Gut auch zu Hause anwendbar



Wärmeanwendung

- warme Wickel, Auflagen, Bäder
- Wärmflasche, Heizkissen nur unter Aufsicht
- Ziel: senken der Schmerzwahrnehmung und Sensibilität
- Anwendung bei: Gelenkschmerzen (nicht-entzündlich), Rücken- und Muskelschmerzen, Krämpfe, Koliken



Wärmeanwendungen

- CAVE bei Patienten mit Hypertonie
- CAVE bei Patienten mit Hautirritationen
- Nicht auf Körperteile, die vorher bestrahlt worden sind
- Vorteil: kostengünstig und überall möglich



Kälteanwendung

- Gel-Packs, Eisbeutel, kalte Wickel
- **Ziel:** senken der Schmerzwahrnehmung, lokal betäubende Wirkung
- **Anwendung bei:** akutes Trauma, Gelenkbeschwerden (rheumatisch, entzündlich), Spannungskopfschmerzen, Schwellungen/Prellungen
- **CAVE** bei peripheren Gefäß Erkrankungen und Hautirritationen



Entspannungsverfahren

- Progressive Muskelentspannung, autogenes Training, Meditation
- **Ziel:** Stressreduktion, physiologische Entspannungsreaktion, Stimmungsverbesserung, Erhöhung der Selbstkontrolle
- **Anwendung bei:** chronischen Schmerzerkrankungen, erhöhte Stressreaktionen, Angstzustände, Schlafstörungen



Positive Auswirkungen

- **Physisch:**
 - Steigerung der Muskelentspannung
 - Stimulierung des sympathischen Nervensystems
 - Verbesserte Sauerstoffzufuhr
 - Freisetzung von endogenen schmerzreduzierenden Substanzen
 - Verbesserte Kreislaufsituation



Positive Auswirkungen

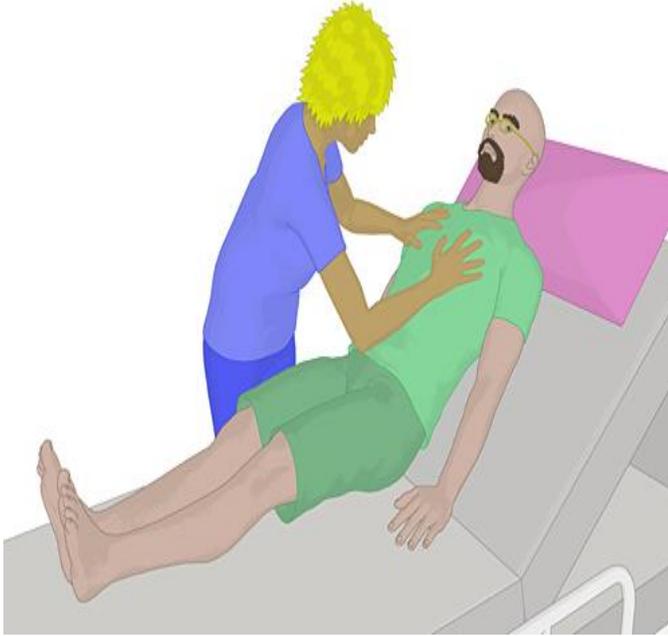
- **Psychisch:**
 - Senkung von emotionalen Belastungen
 - Stärkung von Bewältigungsstrategien
 - Steigerung des Wohlbefindens
 - Steigerung der Lebensqualität
 - Verbesserung der Schlafqualität



Bei Dyspnoe und Angst



Kontaktatmung

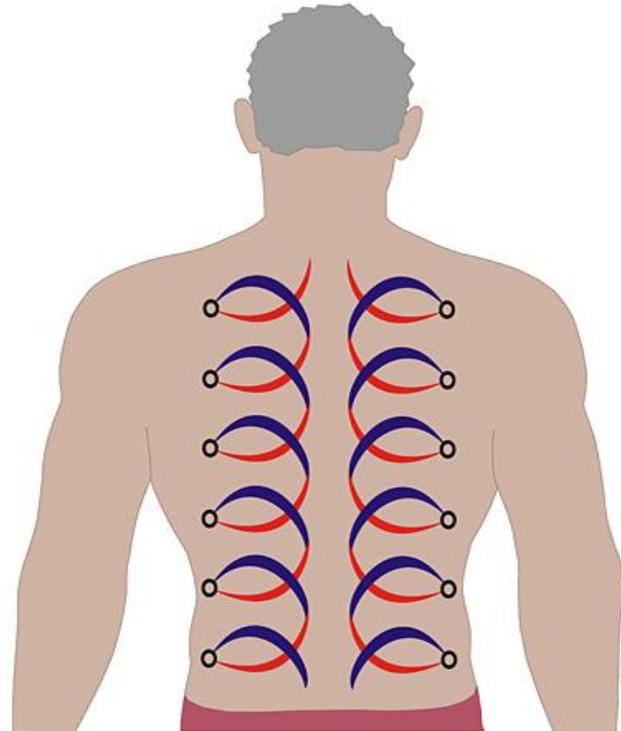


- **Bauchatmung:** Legen Sie Ihre Hände auf den Bauch und konzentrieren Sie die Atmung auf diesen Bereich. Achten Sie darauf, wie sich der Bauch hebt und senkt. Versuchen Sie dabei so tief wie möglich ein- und auszuatmen.
- **Brustatmung:** Legen Sie Ihre Hände auf den Brustkorb und lenken Sie die Atmung so gut wie möglich in die Brust.
- **Flankenatmung:** Legen Sie Ihre Hände seitlich am Brustkorb an die Unterseite Ihrer Lungenflügel. Sie können sich dabei an den unteren Rippen orientieren. Lenken Sie Ihre Atmung besonders in diesen Bereich.



Atemstimulierende Einreibung (ASE)

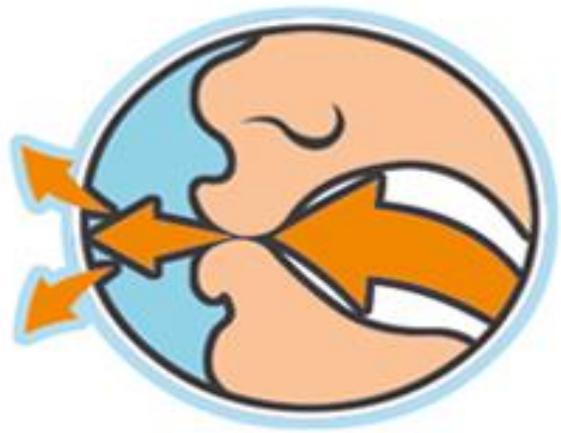
Bestandteil der **Basalen Stimulation**[®]
und hat primär die Wahrnehmung der
Atmung und des eigenen Körpers zum



Indikationen

- Schonatmung bei Schmerzen
- bei oberflächlicher, beschleunigter oder ungenügender Atmung
- Unruhe
- Einschlafstörungen
- Depressionen oder andere emotionale Belastungen
- mangelnde Körperwahrnehmung (etwa in Folge einer dementiellen Erkrankung)

Lippenbremse und Kutschersitz



Kutschersitz



Torwartstellung



Weitere hilfreiche Methoden

- Ventilator: Handventilator oder Standventilator
- Frische kühle Luft
- Schale mit Eiswürfel
- Patienten zum „Ausatmen“ auffordern
- Für Ruhe sorgen
- Patient nicht alleine lassen

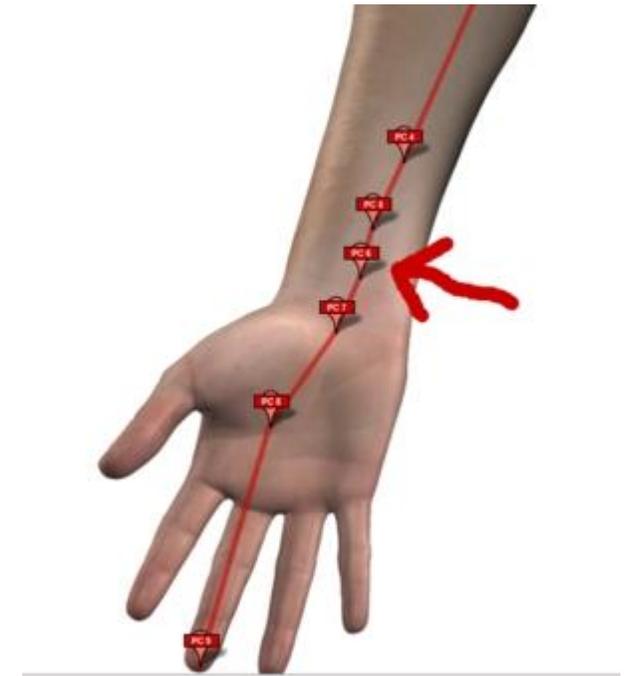


Bei gastrointestinaler Symptomatik



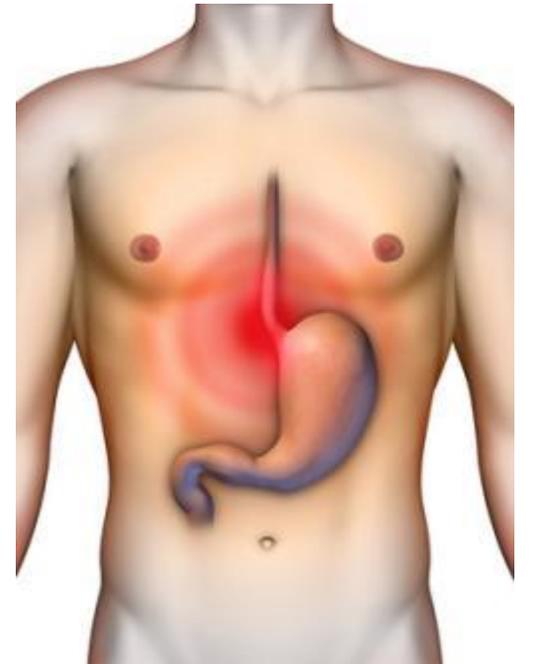
Übelkeit und Erbrechen

- Aromatherapie: Pfefferminze und Neroli, Zitronen- und Lemonöl
- Akkupunktur: Pe6= Neiguan-Akupressurpunkt



Übelkeit und Erbrechen

- Solarplexus= „Sonnengeflecht“ im oberen Bauchraum
warmes Kirschkernsäckchen auf
diesen Bereich legen wirkt
entspannend und entkrampfend

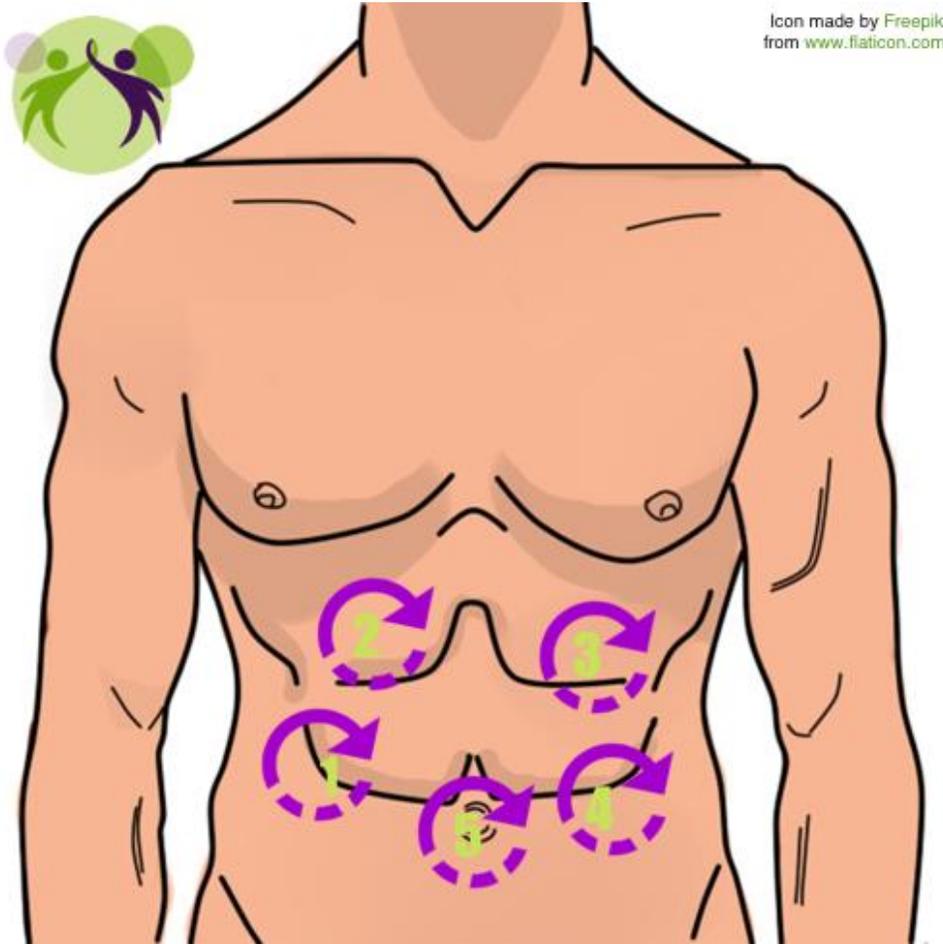


Beispiele für ergänzende Homöopathie

- Nux vomica D6
- Gentiana Magen Globuli
- Payagastron[®]
- Magnesium phosphoricum D6
- Digesto Hevert[®]



Obstipation



- Anregung der Peristaltik
- **Kontraindikationen:**
 - Darmverschluss
 - Darmtumor
 - akute und chronische Entzündungen des Bauchraums
 - Morbus Crohn
 - Colitis ulcerosa
 - Schwangerschaft

Mundtrockenheit



Tees als therapeutische Mundpflegemittel



- Kamillente: entzündungshemmend, desinfizierend, beruhigend und schmerzlindernd.

Anwendung: Bei Entzündungen im Mund-Rachen-Raum

- Salbeitee: desinfizierend, gerbend

Anwendung: bei Entzündungen, Stomatitis, Tumorwachstum

Soorinfektionen, Mundgeruch



Tees als therapeutische Mundpflegemittel

- Thymiantee: durchblutungsfördernd, desinfizierend, desodorierend
Anwendung: Entzündungen, Soor, Mundgeruch
- Ringelblumentee: desinfizierend, adstringierend (zusammenziehend), abwehrsteigernd
Anwendung: Entzündungen, Soor, Blutungsneigung



Schwester Barbara's Geheimtip

.....Eierlikör: es fettet, desinfiziert und SCHMECKT!

Und falls jemand fragt,



geht auch 😊



In der Sterbephase



Die Kraft der heilenden Hände



Die Kraft des Klanges



Die Kraft der Spiritualität



Wie immer gilt.....

Gut tut, was gut tut!



Fazit

- Nicht-medikamentöse Maßnahmen haben einen berechtigten Platz in der palliativen Versorgung
- Wichtige Aufgabe der Pflege
- Biografie ist eine wichtige Grundlage



Bleiben Sie neugierig!