

Fachwissen

von **Monika Fingado**

Rhythmische Einreibungen nach Wegman / Hauschka in der Pflege

Rhythmische Einreibungen

Der besseren Lesbarkeit wegen im weiteren Text nur noch Rhythmische Einreibungen genannt. Die Rhythmischen Einreibungen wurden im Kontext der Anthroposophischen Pflege entwickelt. Durch ihre rhythmische Qualität wirken sie stärkend auf die körpereigenen Rhythmen und unterstützen die Selbstregulation des Körpers. Die unterschiedlichen Wirkungen einer Einreibung können in 3 Hauptgruppen zusammengefasst werden: Lösen, Wiedereinssein und Neuvermögen.

Herr S. wird frühmorgens mit einem akuten Asthma-Anfall auf der Notfall der Ita Wegman Klinik aufgenommen. Nachdem er die notwendigen Sofortmassnahmen zur Verbesserung der Atmung und Stabilisierung des Kreislaufes erhalten hat, beginnt die Pflegenden mit den vom Arzt verordneten Asthma-Abstrichen.

„Sie reibt den Rücken des Patienten mit Lavendelöl in einem ganz bestimmten Wechsel von Eintauchen, Verbinden und Lösen ein. Diese spezielle Technik, insbesondere der Rhythmus bei dieser Anwendung, verändert bereits die Atemqualität des Patienten. Sie wird regelmässiger, tiefer und ruhiger [...]. Nach der Einreibung ist Herr S. in der Lage, eine halbsitzende Lage mit erhöhtem Oberkörper im Bett einzunehmen.“^[1]

Beschreibung

Bei einer Rhythmischen Einreibung wird ein Öl, eine Salbe oder eine Emulsion mit ruhigen und fließenden Bewegungen in einer rhythmisch wechselnden Berührungintensität aufgetragen. Dabei werden Kreise oder Streichungen ausgeführt, die sich an anatomischen Strukturen, z.B. dem Verlauf von grossen Muskeln, orientieren.

Diese Berührung geschieht ohne Druck, sehr leicht und dennoch klar und eindeutig.

In der Nachruhe klingen diese sanften, sich rhythmisch wiederholenden Impulse weiter und der Körper und auch die Seele können darauf reagieren.

Wirkung einer Einreibung

So wie leichte Wellenschläge auf der Oberfläche eines Sees Wirkungen bis in die Tiefe auslösen können, so können diese sanften Impulse im menschlichen Organismus die Fähigkeit zur Selbstregulation unterstützen.

Die Rhythmischen Einreibungen stärken die körpereigenen Rhythmen, die sich in allen Lebensvorgängen durch einen rhythmischen Wechsel von Anspannung und Entspannung, Systole und Diastole, Auf- und Abbau ausdrücken. Leben ohne Rhythmus ist nicht möglich. (vgl. Roßlenbroich 1994).

Durch die achtsame und freilassende Berührung wird nicht nur der Körper, sondern auch die Seele des Menschen berührt. Vertrauen und Geborgenheit können entstehen und eine konstruktive Pflegebeziehung wird gefördert.

^[1]Vgl. Quinte – Fünf Beiträge zu Gesundheit und Qualität. Ausgabe 17/Frühjahr 2007. www.quinte.ch.

Studie zu den Rhythmischen Einreibungen

Mathias Bertram fasste 2005 in einer Studie die unterschiedlichen Reaktionen, die durch Rhythmische Einreibungen hervorgerufen werden, unter **Lösen, Wiedereinssein und Neuvermögen** zusammen.

Zum **Lösen** schreibt M. Bertram: „Das zentralste Ersterlebnis infolge einer Einreibung ist in der Regel eine mehr oder weniger tiefe Entspannung.“ (alle Zitate in diesem Abschnitt stammen aus: Mathias Bertram, 2005).

Diese Entspannung kann sich in einer vertieften Atmung äußern sowie einer verbesserten Durchblutung und Ernährung des Gewebes. Oft kommen die PatientInnen zu innerer und äußerer Ruhe, manchmal fließen jedoch auch „erlösende Tränen“.

„Die unter Lösen zusammengefassten Reaktionsmuster haben gewissermaßen eine Öffnerfunktion. Sie durchbrechen Stereotypen im Wahrnehmen, Reagieren und Handeln und bringen Prozesse (neu) in Bewegung.“

„**Wiedereinssein** bezeichnet demgegenüber solche Erfahrungen, die im Anschluss an Lösen auf eine veränderte Selbstwahrnehmung schließen lassen.

Insbesondere bei Brustkrebspatientinnen, bei denen das Gefühl des Versehrtseins und eines existentiellen unwiederbringlichen Verlusts stark im Vordergrund stehen kann, kann eine Rhythmische Einreibung dieses Wiedereinssein auslösen, eine überraschend beglückende Erfahrung.“

Besonders eindrücklich entstand dieses Gefühl des Wiedereinsseins bei einer 21-jährigen Patientin, die seit der Pubertät ihren Körper verabscheute und sich nur mit Widerwillen die Zähne putzen konnte. Um ihren Körper zu spüren, verletzte sie sich immer wieder selbst. Nach einigen Ganzkörpereinreibungen berichtete sie, dass sie sich erstmals wohl und geborgen in ihrem Körper fühlte und sich mit Vergnügen duschen und selbst einölen konnte.

Neuvermögen kann sich im Auftauchen einer neuen Klarheit, Fähigkeit oder Entschlusskraft äußern.

Dazu das Beispiel einer Krebspatientin, die mit ihrem Mann in das Haus seiner damals 75-jährigen, kränklichen Mutter gezogen war. Inzwischen war ihre Schwiegermutter 102 Jahre alt und immer noch sehr dominierend.

Während einer abendlichen Beineinreibung schlug diese Patientin plötzlich mehrere Male ungewohnt energisch mit der Hand auf die Bettdecke – sie hatte in diesem Moment den Entschluss gefasst, ihren Wunsch nach einer neuen Heizung und Badewanne der Schwiegermutter mitzuteilen und dafür zu kämpfen.

Ursprung der Rhythmischen Einreibungen

Dr. med. Ita Wegman gründete 1923 in Arlesheim bei Basel die heutige Ita Wegman Klinik. Es war die erste Klinik, in der PatientInnen nach geisteswissenschaftlichen Erkenntnissen behandelt werden konnten, die auf der Anthroposophie Rudolf Steiners basieren.

Damit die Pflegenden die zahlreich verordneten Substanzen in einer rhythmisch heilsamen Art auftragen konnten, entwickelte Ita Wegman zusammen mit der Ärztin Margarethe Hauschka die Rhythmischen Einreibungen.

Anwendungsmöglichkeiten

Heute sind diese Einreibungen ein wesentlicher Bestandteil der Anthroposophischen Pflege.

In der Grundpflege können sie im Bereich der Prophylaxen oder bei der Auftragung jeder Salbe oder Pflegelotion von den Pflegenden selbständig eingesetzt werden.

Als pflegetherapeutische Maßnahme werden sie im Allgemeinen von den ÄrztInnen verordnet. Durch die rhythmische Berührung und gezielt eingesetzte Substanzen können sie helfen bei z.B.:

- Einschlafschwierigkeiten
- Innerer Unruhe und Angstzuständen
- Zeitlicher und örtlicher Desorientierung
- Schmerzen z.B. durch Verspannungen
- Körperlicher und seelischer Erschöpfung
- Mangelnder Körperwahrnehmung

Wie viele andere komplementäre Pflegemethoden stoßen auch die Rhythmischen Einreibungen auf ein zunehmendes Interesse, da das Bedürfnis nach einer bewusst gestalteten Berührung, einer heilsamen Behandlung bei professionell Pflegenden und pflegenden Angehörigen immer größer wird.

Literatur

Bertram, M. (2005): Der therapeutische Prozess als Dialog. Strukturphänomenologische Untersuchung der Rhythmischen Einreibungen nach Wegman/Hauschka. Verlag Business, Berlin.

Roßlenbroich, B. (1994): Die rhythmische Organisation des Menschen, Aus der chronobiologischen Forschung. Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart.

Im Notfall der Ita Wegman Klinik (2007). In: Quinte – Fünf Beiträge zu Gesundheit und Qualität. Ausgabe 17. URL: www.quinte.ch.