Beate Kierey

Die «Klingende Waschung» in der ambulanten Pflege

Die «Klingende Waschung» – eine besondere Form der therapeutischen Waschung

Die «Klingende Waschung» (Abb. 1–3) wurde innerhalb der Anthroposophischen Pflege entwickelt und stellt eine besondere Form der therapeutischen Waschung dar. Denn: Sie dient nicht in erster Linie der Reinigung, sondern bewirkt eine vollkommene Empfindung des Körpers im Zusammenspiel von Wasser, Wärme, Berührung und menschlicher Zuwendung. Die Wirkung einer «Klingenden Waschung» als eine äussere Anwendung ist mit einer Rhythmischen Einreibung oder einer Salbenaufgabe vergleichbar, spricht aber die Sinne – wie den Geruchs-, Hör-, Tast- und Lebensinn – an.

Die «Klingende Waschung» wird besonders bei Menschen, die einen grossen operativen Eingriff zu verkraften haben, bei Polytraumatisierten und bei Menschen mit einem reduzierten Allgemeinzustand angewandt, und vor allem auch bei Sterbenden ist sie angezeigt.

Körperpflege gehört zu unseren Grundbedürfnissen: Täglich pflegen wir Menschen unseren Körper, um einerseits ein Wohlfühl zu erreichen, aber auch, um unsere Gesundheit zu erhalten. Ist eine Selbstpflege nicht mehr möglich, übernehmen professionelle Pflegekräfte diese Aufgabe – stationär im Krankenhaus, in Tageskliniken, in Pflegeheimen oder in der ambulanten häuslichen Pflege.

Auch in der ambulanten Pflege der Lukaspflege Freiburg e.V., die um die anthroposophische Pflege erweitert ist, findet die «Klingende Waschung» Einsatz. Regelmässig werden die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der therapeutischen Waschung geschult. Dabei werden die Pflegekräfte für das individuelle Befinden des Menschen sensibilisiert, um dann ihr Handeln durch eine aufmerksame Vorgehensweise begleiten zu können. So sollte der hochbetagte oder sterbende Mensch durch eine gewöhnliche morgendliche Ganzkörper-Waschung, die eine sehr komplexe Pflegemassnahme darstellt, nicht überanstrengt werden. Um dem Menschen in diesem Stadium trotzdem ein Gefühl der Frische, der Belebung und/oder der Entspannung zu schenken, empfiehlt sich die reduzier-

te Waschung [1]. So kann zu Beginn das Gesicht mit sanften ruhigen Zügen mithilfe eines Waschhandschuhs erfrischt und dann als «Klingende Waschung» ein Hand- und/oder ein Fussbad angeschlossen werden.

Wasser ist äusserst aufnahmebereit für alle Einwirkungen von aussen. Darum eignet es sich so unvergleichlich gut als Träger des Lebendigen [2]. Es trägt und umgibt sanft die Gliedmassen, nimmt Substanzen auf und gibt sie wieder ab. Auch dem Wasser für eine «Klingende Waschung» kann man Substanzen wie beispielsweise Pflegebäder von Weleda®, WALA® oder andere zugeben. Mischt man die Substanz dem Wasser bei, kann diese mit der Hand, die eine liegende Acht beschreibt, gleichmässig verteilt werden.

Abb. 1. Eine Metallschale ist wegen ihres Klangs für die therapeutische Waschung vorteilhafter (Foto: B. Kierey).

Abb. 2. Die Substanz kann mit einer Handbewegung in Form einer liegenden Acht im Wasser verteilt werden (Foto: B. Kierey).

Abb. 3. Im Rahmen der internen Weiterbildung für Sozialbetreuerinnen der Lukaspflege e.V. wurde die «Klingende Waschung» persönlich erfahrbar (Foto: B. Kierey).

Je nach Anwendung wirkt ein Weleda Rosmarinbad aktivierend, belebend und durchwärmend. Ein Lavendelbad sorgt für Ausgleich und beruhigt den unruhigen Geist; Spasmen können unter Umständen gelöst werden. Ein den Wärmeorganismus sanft anregendes Edeltannen-Erholungsbad duftet feinswürzig und entfaltet ordnende sowie ausgleichende Kräfte. Harmonie für Körper und Seele verleiht ein Wildrosen-Cremebad und trägt etwas «Sonn-tägliches» [2, S. 6] in den Alltag. Erfri-schend wirkt ein Citrusbad und entlas-tend ein Kastanien-Entlastungsbad in Form eines Fussbades.

Vorgehen bei einem Handbad

Eine Metallschale – diese wirkt klin-gender als eine Plastikschaale – wird für ein Handbad mit 40 °C warmem Was-ser gefüllt, dem beispielsweise Weleda Rosmarin Aktivierungsbad® zugege-ben wird. Rosmarin ist eine sehr wich-tige Heilpflanze für pflegerische Mass-nahmen [3]. Er besitzt den höchsten Anteil an ätherischen Ölen. Sein Öl ist laut Monika Fingado im Vergleich zu anderen ätherischen Heilpflanzenölen das «feurigste», da es sehr wasserstoff-reich ist.

Sogleich durchzieht ein angenehmer belebender Duft den Raum. Die äthe-rischen Öle werden über die Lunge und die Haut aufgenommen. Dabei wird die Durchblutung angeregt, und ein allgemein kräftigendes und akti-vierendes Ergebnis zeigt sich in der Anregung der «Ich-Kräfte» [3].

Der Oberkörper des Patienten wird leicht erhöht gelagert, sodass seine Hand leicht ins Wasser eintauchen kann. Eine Hand der Pflegenden hält den Arm des Patienten, damit dieser nicht mit dem kühlen, harten Schalen-

rand in Berührung kommt. Ein Hand-tuch wird bereitgelegt.

Vor der Ausführung der Waschung werden dem Patienten die Anwen-dung und deren Ablauf erklärt und für ungestörte Ruhezeit gesorgt. Die Aus-führende setzt oder kniet sich vor den Patienten und verdeutlicht durch ihre Körperhaltung den Wert der Wa-schung in diesem Moment.

«Die Körperhaltung wird wie eine Gabe für den Menschen», so Anne Ae-geter in einer Fortbildung für Sozialbe-treuerinnen der Lukaspflege e.V. Der Patient darf die Augen schliessen und kann dadurch vorhandene Aussenreize ausblenden. Auf sanfte, aber nachhal-tige Weise erfrischt und belebt nun die «Klingende Waschung» [4], denn das leise Plätschern des Wassers wirkt an-regend und zugleich beruhigend.

Begonnen wird mit der rechten Hand des Patienten. Die Pflegende schöpft mit ihrer hohlen Hand Wasser aus der Schale und giesst es über den halb im Wasser befindlichen Handrü-cken des Patienten.

In der Schulung der Pflegenden zeigte sich, dass es für den Patienten nicht angenehm ist, wenn ein Wasch-handschuh über den Handrücken aus-gedrückt wird. Es ist gerade dieses Schöpfen und das «Ausleeren» des Wassers, verbunden mit dem leisen Plätschern des Wassers aus der Hand, das einen eigenen und sehr beruhigen-den Rhythmus entstehen lässt.

Dauer

Nach ungefähr 2 min hebt die Pfl-e-gende die Hand aus dem Bad und legt sie auf das bereitgelegte Handtuch, trocknet die Hand sanft ab und um-hüllt diese. Anschliessend führt sie die «Klingende Waschung» mit der linken Hand des Patienten weiter.

Vorgehen bei einem Fussbad

Für eine Waschung der Füsse sollte das Wasser 38 °C warm sein. Auch hier beginnt man mit dem rechten Fuss. Das Knie liegt 90° angewinkelt. Lagerungskissen sind hier hilfreich, um für eine entspannte Beinlagerung zu sorgen. Anschliessend wird der Fuss in das Wasser eingetaucht. Wie schon beim Handbad schöpft die Hand der Pflegenden nun das Wasser aus der Schüssel. Aus der hohlen Hand fliesst es über den Fussrücken des Pa-tienten. Anschliessend wird der Fuss sanft abgetrocknet, wärmend umhüllt und mit dem linken Fuss fortgefahren.

Wirksamkeit der «Klingenden Waschung»

Die «Klingende Waschung» zeigt ihre Wirksamkeit auf unterschiedli-chen Ebenen. Auch wenn beispielswei-se «nur» die Hände behandelt werden, so «klingt» die Waschung doch den ge-samten Körper an. Alle Sinne werden angesprochen, und eine positive Selbst-wahrnehmung wird erreicht [5]. Der erschöpfte Patient wird in seiner Ganz-heit angesprochen und behandelt. Die «Klingende Waschung» eines einzel-nen Körperbereichs wird zum «Aus-gangspunkt milder, aber umfassender Belebung» [1, S. 259]. Der zu Pflegende macht die Erfahrung seiner Ganzheit und erhält damit das Gespür, seinen gesamten Körper zu «bewohnen» [6].

Und nicht nur die Patienten, son-dern auch die Pflegenden spüren die Wirkung einer «Klingenden Wa-schung» während ihres Tuns.

Literatur

- 1 Heine R (Hrsg): Anthroposophische Pflege-praxis, Grundlagen und Anregungen für all-tägliches Handeln. Berlin, Salumed, 2015.
- 2 Bahlmann B: Weleda Pflegeforum 10. Schwä-bisch Gmünd, 2003.

- 3 Fingado M: Pflanzenbetrachtung Rosmarin. Weleda Pflegeforum. Schwäbisch Gmünd, 2000, p 5.
- 4 Bopp A, Heine R: Anthroposophische Pflege. Dornach, Medizinische Sektion der Freien Hochschule für Geisteswissenschaft am Goe-theanum, 2008.

- 5 Soesman A: Die zwölf Sinne: Tore der Seele, ed 3. Stuttgart, Freies Geistesleben, 2011.
- 6 Zölle G: Die Waschung in der Pflege; in Bahl-mann B (Hrsg): Pflege daheim ... ganzheitlich von Mensch zu Mensch aktiv gestalten, ed 1. Berlin, Salumed, 2010, pp 116–118.