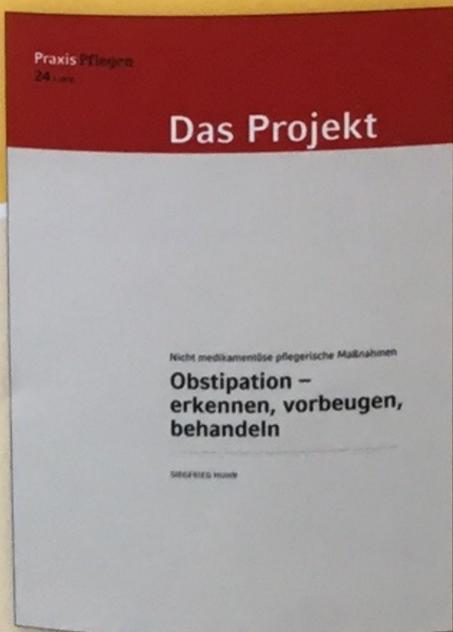




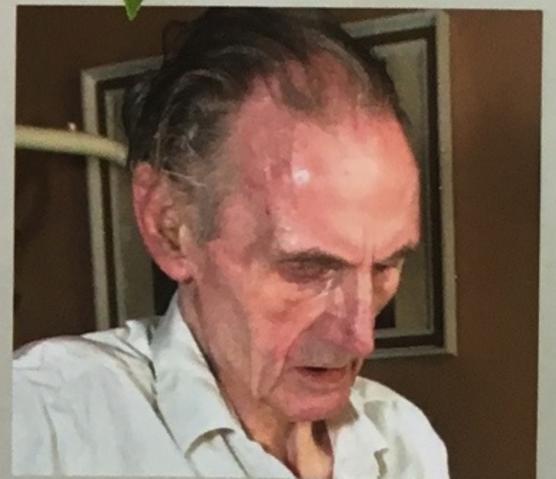
THEMENSCHWERPUNKT

## Komplementäre Pflege und Medizin



### PROJEKT

Nicht medikamentöse  
pflegerische Maßnahmen  
**Obstipation – erkennen,  
vorbeugen, behandeln**



**Pflegepraxis**  
Was heißt in Würde sterben?



**Berufsperspektiven**  
Neue Ausbildung zur  
Intensivpflegekraft

Reiki – die Heilkraft der Zuwendung

## Eine Behandlung mit den Händen

Reiki ist eine ursprünglich aus Japan stammende Methode, bei der durch Handauflegen Energie übertragen werden soll. Heute ist sie eher als eine zuwendungsorientierte und seelsorgerische denn als medizinische Tätigkeit zu sehen: Das Urteil des Bundesverfassungsgerichts vom 02.03.2004 gestattet es auch Nichtmedizinern, das Handauflegen im Rahmen geistig-spiritueller Heilweisen anzuwenden. Lesen Sie hier, welche Bedeutung Reiki in einem pflegerischen Umfeld haben kann.

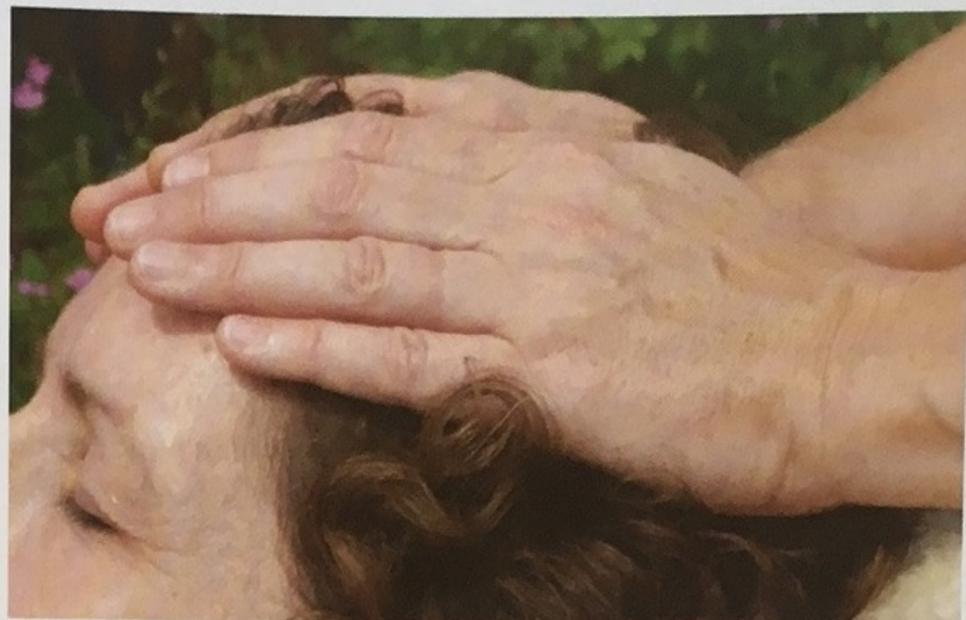


Foto: © Bettina Pilz

### PRAXISBEISPIEL

Frau B. rief mich im September an. „Ich habe Multiple Sklerose. Ich bin an meine Wohnung gebunden und kann sie nicht mehr alleine verlassen. Jetzt habe ich im Internet recherchiert und möchte Reiki ausprobieren.“ Ich verabrede mich zum Hausbesuch bei ihr, höre mir erst einmal ihre Situation an. Geschieden, arbeitslos, verarmt und mutlos, der Sohn ist ausgezogen, da er mit der Erkrankung nicht umgehen konnte. Sie wirkt verbittert, unglücklich, einsam. Täglich kommt eine Pflegerin und zieht ihr die Stützstrümpfe morgens an, abends aus. Eine Hauswirtschaftshilfe bringt die enge, zu kleine Wohnung etwas in Ordnung.

Ich höre ihr zu, lege ihr dabei die Hände auf die zuckenden Beine, lasse Reiki fließen. Die Zuckungen verstärken sich zuerst, dann lassen sie nach.

Inzwischen hat sie zu Hause ihre Reiki-Grundausbildung erhalten. Wenn sie aufgeregt ist, legt sie sich selbst die Hände auf ihren Körper. Auf diese Weise kann sie sich beruhigen, manchmal wieder einschlafen. Die wiederholten Reiki-Behandlungen unterstützen sie darin, neuen Lebensmut zu finden.

### Stärkung der Selbstheilungskräfte

Das ursprünglich aus Japan stammende Reiki ist eine inzwischen häufig praktizierte Form des Handauflegens. Der Begriff Reiki setzt sich aus den beiden japanischen Schriftzeichen REI und KI zusammen. Dabei steht „REI“ für den allumfassenden und geistigen Aspekt der Lebensenergie, „KI“ für die Kraft, die in jeweils individueller Ausprägung durch alle Manifestationen des Universums fließt.

Bei den Übungen mit Reiki wird die Lebensenergie zunächst für sich selbst genutzt. Sie kann ebenso an andere

Menschen wie auch an Tiere oder an Pflanzen übermittelt werden. Reiki stärkt die Selbstheilungskräfte und wirkt ausgleichend auf körperlicher, emotionaler und geistiger Ebene. Dabei besticht Reiki vor allem durch Schlichtheit und Effektivität: Bereits nach Teilnahme an einem Grundkurs von vier Abenden oder mindestens zwei Tagen kann Reiki für sich und andere angewendet werden. Es erfordert keine Vorkenntnisse und ist stets verfügbar – denn seine Hände hat man immer dabei. Reiki ist schnell selbst zu erlernen und geeignet für Menschen aller Altersgruppen – auch als Familienedukation für Pflegende und begleitende Familienangehörige. Nicht zuletzt stärkt Reiki die Selbstfürsorge: Es ist damit zur Selbstanwendung und Stressprävention wie für die zuwendungsorientierte Anwendung an Patienten gleichermaßen gut geeignet.

Gegenanzeigen gibt es nicht, denn bis auf schwere psychische Erkrankungen lassen sich alle Beschwerden mit Reiki behandeln.

### Anwendungsmöglichkeiten

Unter den heutigen Bedingungen einer zeit- und profitorientierten Pflege mit ausufernden bürokratischen Aufgaben bietet Reiki die Möglichkeit, eine empathische und zuwendungsorientierte Begleitung wieder in die Pflege einzubinden und sie in Würde und Respekt zu leisten. Die Möglichkeiten für Reiki-Anwendungen können sein:

- Private Pflege und Unterstützung von Angehörigen und Pflegepersonal
- Hausbesuche
- Sterbebegleitung und Hospizarbeit
- Begleitung von Schwangerschaft und Geburtsvorbereitung
- Seelsorge im Krankenhaus und im Wohn- und Pflegeheim für Ältere
- Begleitung von Demenzerkrankten

- Fürsorge für Menschen mit Behinderungen
- Begleitung in der Krebstherapie, auch bei Chemotherapie und Bestrahlung
- Selbsthilfegruppen aller Art

Reiki kann unter anderem angewendet werden zur

- Entspannung und Stressbewältigung,
- Aktivierung der Selbstheilungskräfte,
- Persönlichkeitsentwicklung,
- Optimierung der Leistungsfähigkeit,
- ganzheitlichen geistigen Heilung,
- harmonischen Gestaltung von Beziehungsstrukturen.

### Anwendungsdauer

Die Anwendung von Reiki erfolgt im Sitzen oder im Liegen in einer ruhigen Umgebung. Der Klient bleibt bekleidet, die Augen sind dabei meist geschlossen, um die Aufmerksamkeit nach innen zu richten. Die Anwendung selbst

- dauert etwa 15 bis 30 Minuten, um akute Beschwerden kurzfristig zu lindern,
- dauert inkl. Vor- und Nachgespräch etwa 60 bis 90 Minuten in der Atmosphäre einer Privatpraxis, um das Energiesystem im Ganzen auszubalancieren,
- sollte je nach Beschwerde wiederholt werden, im besten Falle täglich oder mehrfach täglich im akuten Zustand.

Daher gibt es die Möglichkeit, dass entweder der Betroffene selbst oder eine nahestehende Person, zum Beispiel ein pflegender Familienangehöriger, Reiki selbst erlernt, um konstante Behandlungen zu gewährleisten. Auf diese Weise wird der beste Effekt erzielt.

### Reiki als Ergänzung ...

Mit Reiki kann mehr Ganzheitlichkeit in die Betreuung gebracht werden. Auf diese Weise ist es förderlich für die Compliance mit anderen medizinisch notwendigen Maßnahmen.

#### ... bei der Chemotherapie

Reiki kann als Unterstützung bei einer Chemotherapie begleitend angewendet werden. Hierzu ist kürzlich in Zusammenarbeit von ProReiki mit der TU München eine Studie im Bereich Therapie von Brustkrebserkrankungen begonnen worden. Andere Krankenhäuser haben bereits Interesse daran bekundet.

#### ... bei Entzündungen und schlecht heilenden Wunden

Auch bei Entzündungen und schlecht heilenden Wunden kann eine Unterstützung der Heilung durch Handauflegen erfolgen.

#### ... bei chronischen Schmerzen

Besonders differenzierte Erfahrungen liegen bei Patienten mit chronischen Schmerzen vor. Da man heute weiß, dass chronische Schmerzen auch infolge eines emotionalen Traumas oder infolge einer Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) auftreten können, sind zuwendungsorientierte Verfahren wie Reiki und therapeutische Begleitung erfolgreicher als eine reine Behandlung mit Medikamenten.

### ... nach Schlaganfall

Ein weiteres Einsatzgebiet von Reiki ist die ergänzende Behandlung in Arzt- und Physiotherapie-Praxen beispielsweise bei Schlaganfallpatienten und bei Patienten mit chronischen Schmerzen. Diese sind oft durch ein psychisches Trauma mit bedingt und reagieren daher gut auf die behutsame, wiederholte Anwendung des Handauflegens.

### ... in der Rehabilitation

Das Unfallkrankenhaus in Berlin ist eine berufsgenossenschaftliche Unfallklinik und akademisches Lehrkrankenhaus der Berliner Charité. Hier erhalten Patienten im Bereich Schulter- und Handrehabilitation zusätzlich zu ihrem weiteren Reha-Programm Reiki-Anwendungen.

### ... nach Operationen

Im Klinikbereich wird Reiki bisher in den USA unterstützend sogar während schwerer Operationen eingesetzt, in Deutschland bisher oft nach einer OP. So kann unter regelmäßigen Reiki-Behandlungen die Genesung wesentlich schneller und komplikationsloser verlaufen.

### Ausbildung

In der Ausbildung von Reiki wird eine ethische Grundhaltung vermittelt, die eine deutlich wahrnehmbare Dankeskultur beinhaltet. Neben Fachwissen und Verständnis sind Flexibilität sowie Feingefühl und Einfühlungsvermögen erforderlich. Insbesondere das Empathievermögen des Anwenders wird im Laufe der Ausbildung geschult und verfeinert. Dies aber sind Elemente, die in der heutigen Medizin und auch in der Betreuung manchmal zu kurz kommen können. Beim Betroffenen wie beim Reiki-Praktizierenden dient die Anwendung der Schulung von Eigenverantwortlichkeit in der Krankheitsbewältigung und begleitet einen therapeutischen Prozess. Sie fördert die Persönlichkeitsentwicklung und dient der Gesundheitsprophylaxe – auch der des Anwenders.

Wer Reiki haupt- oder nebenberuflich ausüben will, erhält vom Berufsverband ProReiki Informationen sowie Unterstützung. Die Mitglieder des Verbandes bieten Reiki-Anwendungen und -Ausbildungen entsprechend den Kriterien des Verbandes an. In ausgiebigen Sitzungen wurden gemeinsame Qualitätskriterien und Standards sowie eine Qualitätssicherung für die Ausbildung geschaffen. Transparenz in Kommunikation und Strukturen, vertrauensvolle Kommunikation und Teamarbeit sowie Möglichkeiten der Supervision sind weitere Bestandteile der bisherigen Grundlagenarbeit bei ProReiki. ▸



**Bettina Pilz** ist Heilpraktikerin für Psychotherapie, ILP Coach und Reiki-Lehrerin seit 2002. Seit 2011 ist sie Gründungsmitglied bei ProReiki-der Berufsverband e.V. Innerhalb des Verbandes leitet sie eine neue Arbeitsgruppe zur Anwendung „Reiki in der Pflege“. [info@reiki-coach.com](mailto:info@reiki-coach.com)