

# Vorwort

## Entstehung und Entwicklung des Konzeptes: »Begleitende Hände – Akupressur in Pflege und Betreuung«

Als ich 2003 meine mehr als 20-jährige Erfahrung im Unterrichten von Physio- und Ergotherapeuten in Akupressur sowie in der Behandlung von Patienten in der Methode MediAkupress® zusammenfasste, hatte ich keine Ahnung, wie sich diese Arbeit weiterentwickeln würde. Ausgelöst durch Judith Israel, eine Physiotherapeutin aus Neubrandenburg, die im Rahmen ihrer Arbeit auf der Palliativstation Punktkombinationen in die Lymphdrainage integrierte, entwickelte sich das Konzept »Begleitende Hände«. Die Palliativärzte Dr. med. Axel Goepel und Dr. med. Marcus Wyrwol baten um eine Akupressurschulung für Pflegekräfte. Das war eine große Herausforderung, da es galt, kurze, wirksame und einfache Punktkombinationen zur Integration in die Pflege zusammenzustellen. Um dieser gerecht zu werden, betreute ich Gäste im Hospiz sowie krebskranke Kinder auf der Onkologie in Bremen und Bewohner eines Altenheims mit Akupressur. Mit der Zeit kristallisierten sich kurze, effektive Punktsequenzen heraus, die die Arbeit im Pflege- und Betreuungsalltag unterstützen und erleichtern können.

Am häufigsten wurde das Konzept »begleitende Hände« in Hospizen, auf Palliativstationen, in SAPV-Teams und in der ambulanten Pflege integriert und angewendet. In diesen Bereichen ist es einfacher, sich die Zeit zu nehmen, die am Anfang notwendig ist, um die Akupressur zu implementieren. Inzwischen gibt es viele Teams, in denen fast alle Mitarbeiter geschult sind, was eine große Kontinuität in der Anwendung garantiert. Die Erleichterungen, die sich für die Patienten und die Betreuenden daraus ergeben, sind enorm und führen zudem langfristig zu einer großen Zeitersparnis. Auch viele Angehörige oder Patienten werden von diesen Teams angeleitet und mit in die Akupressur einbezogen. Besonders bei Patienten mit langwierigen, chronischen Erkrankungen sind alle froh, mit der Akupressur eine einfache Möglichkeit zur Symptomlinderung gefunden zu haben. Die Teams profitieren von der zunehmenden Kompetenz der Patienten und Begleitenden. Manche von ihnen gehen dann mit Hilfe dieses Buches ihren eigenen Weg und setzen vieles selbstständig und kreativ um (► Kap. 3). Damit dies noch einfacher gelingt, wurden die Leitbahnen in ihren Verläufen als Abbildungen aufgenommen und durch eine Symptomliste ergänzt, in der die

häufigsten Symptome und die möglichen Punkte zur Behandlung zusammengefasst worden sind.

Vor acht Jahren, als die 2. Auflage erschien, war es mein Wunsch, dass das Konzept »begleitende Hände« einen Weg in Altenheime und Behinderteneinrichtungen findet. Dieser hat sich erfüllt, viele Pflege- und Betreuungskräfte und Therapeut/-innen sind geschult.

Da wir MediAkupress®-Dozentinnen in einem engen Austausch untereinander und mit den Kursteilnehmenden sind, bleiben wir immer nahe an der Praxis und hören die Fragen und Wünsche, die in diesem Zusammenhang geäußert werden. Das inspiriert uns dazu, neue Ideen zu entwickeln, auszuprobieren und weiterzugeben. So ist der neue Basisbaustein »Handakupressur« entstanden und auch die Arbeit mit den Gitterpflastern. Diese habe ich zum Anlass genommen, die Zusammenhänge von Qi, Muskeltonus, Schmerz und Beweglichkeit genauer zu erläutern, wodurch mehr Klarheit und Sicherheit entstanden ist. Bei allen Veränderungen und Neuerungen ist es uns wichtig, dass die Grundprinzipien – Achtsamkeit, mitfühlender Kontakt, patientenorientiertes Arbeiten und die Grundlagen der traditionellen chinesischen Medizin gewahrt bleiben. Weiterhin ist das Kap. 17 »Zusammenfassung der Punkte nach Regionen und Indikationen« komplett überarbeitet worden.

Wie vielfältig dieses Konzept einsetzbar ist, lässt sich an den unterschiedlichen Facharbeiten erkennen, die inzwischen geschrieben worden sind und hier zum Teil zitiert werden. Sie sind in ganzer Länge unter <https://www.mediakupress.de/links> zu finden.

Diese 4. Auflage widme ich meinem Bruder Gregor und meiner Freundin Marga. Mein Bruder litt während seiner Krebserkrankung unter großen Ängsten und Unruhe. Nachdem ich bei ihm die Handakupressur zum ersten Mal angewendet habe, war er sehr entspannt und sagte: »jetzt könnte ich sterben«. Bis zu seinem Tod hat er sich oft diese Behandlung gewünscht. Meine Freundin Marga, die im Alter von 78 Jahren an Darmkrebs gestorben ist, hat sich anhand des Buches bei unterschiedlichsten Symptomen selbst behandelt und dadurch viel Linderung erfahren. Damit hat sie mir Mut gemacht die Anleitung von Patienten zur Selbstbehandlung in den Fokus zu stellen.

Nun wünsche ich Ihnen viel Freude bei der Anwendung von MediAkupress® und erfüllende Begegnungen.

Dorothee Wellens-Mücher

November 2024