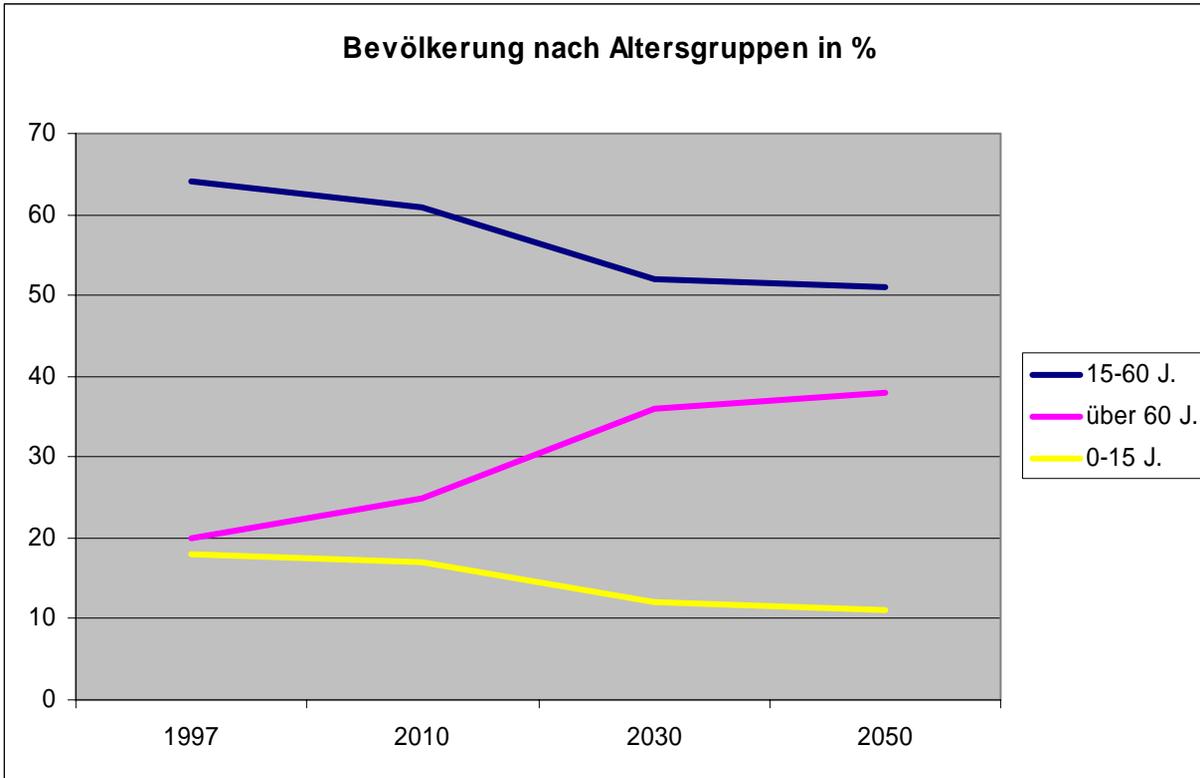
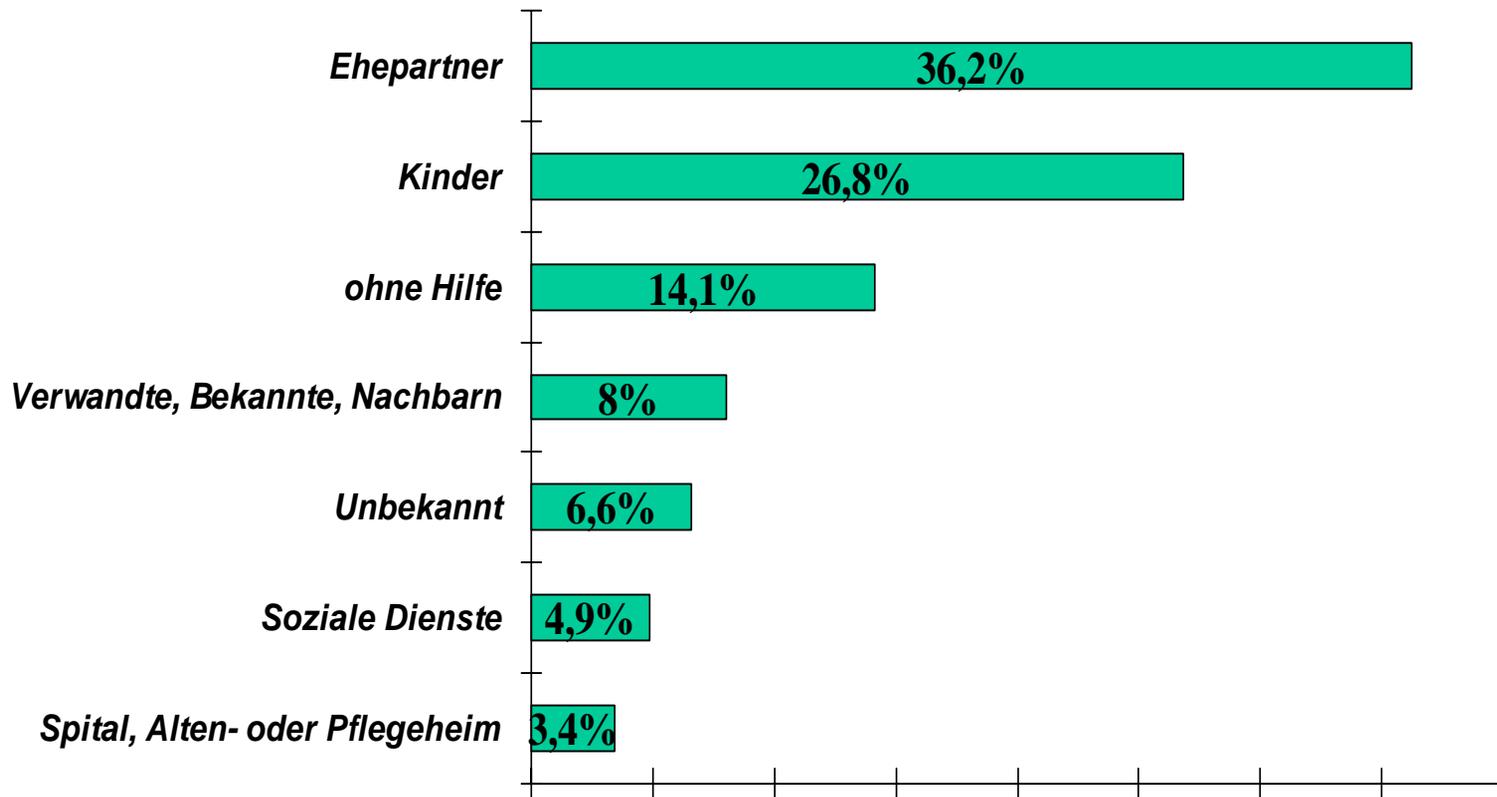


Bevölkerung nach Altersgruppen in %



Altenpflege in Österreich

Pflege von über 60-jährigen pflegebedürftigen Kranken durch:



Krankheiten im Alter

- **Alternde Krankheiten**
- **Alterskrankheiten**
- **Krankheiten (jedes) Alters**

Psychophysisches Wohlbefinden im Alter korreliert also mit

- höherer Bildung,
- geistiger Aktivität
- Breitem Interessensradius,
- größerem Ausmaß an Sozialkontakten
und Zukunftsbezug



Wenn wir uns also fragen, was wir für alte Menschen tun können, so ist ein Teil davon sicher die Frage, was alte Menschen für uns tun können.

Grundlagen der Gesprächsführung und Betreuung alter Menschen

1. **Leitsatz: Grenzen erkennen und respektieren!**
2. **Alterstypische Kommunikationsbarrieren berücksichtigen (Schwerhörigkeit, Sehbeeinträchtigung, Immobilität, Gedächtnisstörungen)**
3. **Auf spezifische Fallgruben achten:**
 - **Pseumultimorbidität,**
 - **larvierte Syndrome (Depression, Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit),**
 - **Krankheit als Maske, Mittel oder Signal**
4. **Lebensgeschichte berücksichtigen**
5. **Kommunikative „Todsünden“ meiden:**
 - **Verharmlosung und Bagatellisierung,**
 - **Entmündigungsstrategien,**
 - **Belehrungen.**
6. **Feste Bezugsperson in den Therapieplan einbeziehen.**
7. **„Milder Stress“ anstatt totaler Versorgung (Anstoß zu aktiver Lebensgestaltung)**
8. **Arzt oft wichtigster sozialer Kontakt**
9. ***Mehr Gespräche und weniger Medikamente!***

Grundprinzipien der Validation

1. Akzeptieren Sie Ihren Patienten ohne ihn zu beurteilen (Akzeptanz).
2. Verstehen Sie Ihren Patienten als einzigartiges Individuum.
3. Gefühle, die ausgedrückt und dann von einem vertrauten Zuhörer bestätigt wurden, werden schwächer, ignorierte oder geleugnete Gefühle stärker.
Aus einer nicht beachteten Katze wird ein Tiger.
4. Jedes Lebensstadium hat seine spezifische Aufgabe, die wir zu einem bestimmten Zeitpunkt unseres Lebens lösen müssen.
Wir müssen danach streben diese Aufgabe zu erfüllen und dann zur nächsten schreiten.
5. Die Menschen streben nach Gleichgewicht (Homöostase).

6. *Wenn das Kurzzeitgedächtnis versagt, stellen sehr alte Menschen durch frühe Erinnerungen das Gleichgewicht wieder her. Versagt der Gesichtssinn, sehen sie mit dem inneren Auge; versagt der Gehörsinn, so hören sie Klänge aus der Vergangenheit.*

7. *Frühe gefestigte Erinnerungen überleben bis ins hohe Alter.*

8. *Das Gehirn ist nicht der einzige Verhaltensregulator im hohen Alter. Verhalten beruht auf einer Kombination von körperlichen, sozialen und intrapsychischen Veränderungen, die im Laufe des Lebens stattfinden.*

9. *Es gibt immer einen Grund für das Verhalten von desorientierten, sehr alten Menschen.*

10. *Jeder Mensch ist wertvoll - wie desorientiert er auch sein mag.*

Naomi FEIL

Die Todesursachen in Österreich

- ca. 54 % an Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- ca. 24 % an bösartigen Neubildungen
- ca. 4 % an Atemwegserkrankungen
- ca. 4 % an Krankheiten des Verdauungstraktes
- ca. 4 % an Unfällen
- ca. 2 % an Suizid
- ca. 8 % an Sonstigem

80 % wollen plötzlich

80 % zu Hause sterben

tatsächlich sterben nur 20 % plötzlich

und nur ca. 25 % zu Hause

PHASEN DER AUSEINANDERSETZUNG

- Unspezifische Vorphase
- **Arztkontakt, Untersuchung
Befürchtung I**
- **Befundvermittlung**
- **Befürchtung II**
- **Verleugnung**
- **Zorn**
- **Feilschen oder Verhandeln**
- **Depression und Verzweifeln**
- **Akzeptanzphase**

Unwissenheit und Unsicherheit

Schock

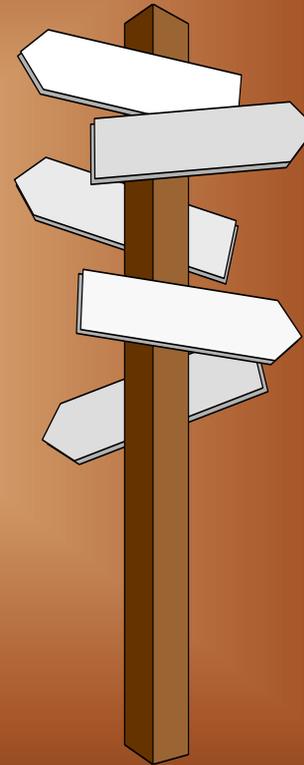
Verleugnung

Zorn und Wut

Depression

Feilschen/Verhandeln

Akzeptieren



Typische Ängste von Sterbenden:

- Leiden und Qualen während des Sterbens (Schmerzen, Angst, Schlaflosigkeit, körperlicher Verfall, Isolation, ausgeliefert sein, abgeschoben werden, etc.)
- Angehörige (=zukünftige Hinterbliebene)
- Furcht vor der Ungewissheit bis zum Tod
- Was geschieht nach dem Tode
- Ziele nicht mehr realisieren zu können
- Psychosoziale Desintegration (nicht mehr gebraucht werden, zur Last fallen etc.= „psychosozialer Tod“)
- Angst vor Rückfällen und Verschlechterungen (Angst dadurch den Arzt zu enttäuschen, und dieser werde ihn im Stich lassen).
- etc.

Die 3 Säulen der Begleitung

1. Beistand
2. Behandlung und
3. Pflege

Behandlung

```
graph TD; A[Behandlung] --> B[kurativ]; A --> C[palliativ];
```

kurativ

(heilend)

palliativ

(lindernd)

Palliative Behandlung:

Schmerztherapie

Funktionskontrolle:

Atmung

Verdauung

Ausscheidung

Keine „Laborwertkosmetik“!

Nicht Tage zum Leben
sondern Leben zu den Tagen!

STERBEGLEITUNG:

Beistand, Pflege, Behandlung

STERBEHILFE:

Passive Sterbehilfe

(indirekt aktive Sterbehilfe)

Änderung des Therapiezieles,

Therapiebegrenzung

Aktive Sterbehilfe

Beihilfe zum Suizid

Tötung auf Verlangen

Behandlungsfehler/Unterlassene Hilfeleistung mit Todesfolge

Totschlag

Mord

TRAUERPROZESS

(V. KAST)

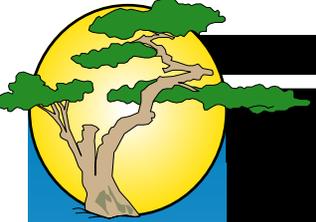
- 1. Nicht wahrhaben**
- 2. Aufbrechende Gefühle**
- 3. Suchen, Finden, sich Trennen**
- 4. Neuer Selbst- und Weltbezug**



Trauerbegleitung:

Ermutigung:

- *Gefühle auszudrücken*
- *eigene Bedürfnisse wahrzunehmen*
- *Ansprüche durchzusetzen*



MIT TRAUER LEBEN

1. **Akzeptieren Sie die Trauer.** Versuchen Sie nicht “gefasst” zu sein. Nehmen Sie sich Zeit um zu weinen.
2. **Reden Sie (viel) darüber.** Versuchen Sie nicht, andere durch Schweigen zu schützen. Versuchen Sie Menschen zu finden, die zuhören können oder eine ähnliche Trauer erlebt haben.
3. **Beschäftigen Sie sich.** Erledigen Sie die nötigen Arbeiten und Tätigkeiten, die Ihre Gedanken in Anspruch nehmen, auch wenn sie Ihnen sinnlos erscheinen. Vermeiden Sie dabei aber hektische Aktivitäten.



MIT TRAUER LEBEN

4. **Seien Sie gut zu sich selbst.** Auch wenn Ihnen Ihre Gesundheit, Ihr Leben im Moment egal ist - kümmern Sie sich darum (Sie sind wichtig).

a) **Ernähren Sie sich gut.**

Gerade in einer Zeit emotionaler und physischer Erschöpfung braucht Ihr Körper dies um so mehr.

b) **Machen Sie regelmäßig Körperübungen.**

(Vielen Menschen tun z.B. Spaziergänge sehr gut.)

5. **Verschieben Sie wichtige Entscheidungen.**

6. Wenn Ihnen Kontakte zu Freunden, aber auch zu Selbsthilfegruppen zu wenig bieten, **suchen Sie einen professionellen Berater auf.**

Psychotherapie nach Verlust eines Kindes

(nach M. Beutel, modifiziert)

- 1) Genaue Beschreibung der Umstände
- 2) Durchgehen positiver und negativer Einstellungen zum verlorenen Kind
- 3) Aktualisierung früherer, ungelöster Verluste
- 4) Folgen für Selbstkonzept, Lebensentwurf und Beziehungen
- 5) Ausdruck von Traueraffekten ermöglichen

Psychotherapie nach Verlust eines Kindes (Fortsetzung)

- 6) Konkretisierung durch Gegenstände
- 7) Identifizierung mit d. TherapeutIn als zugewandtem Elternteil
- 8) Einbeziehung des Partners (d. Geschwister)
- 9) Begrenzte Bereitschaft zu intensiver Psychotherapie
- 10) Trauern in der Übertragung durch begrenzte Therapiedauer

Belastungen I

(Arbeitsbezogen)

- **Arbeitsprogramm**
- **Administration**
- **Zusätzliche Verpflichtungen**
- **Familiäre Probleme**
- **Soziale Isolierung**
- **Finanzieller Aufwand**
- **Hierarchischer Druck**
- **Doppelbelastung**
- **Öffentliche Kritik**

Belastungen II

(PatientInnenbezogen)

- **Schwierige PatientInnen**
- **Schwerkranke**
- **Chronisch Kranke**
- **Terminale PatientInnen**
- **Unkooperative PatientInnen**
- **Fachliche Kompetenz**
- **Tabuthemen**

Belastungen III

(Arzt-/Ärztinbezogen)

„Zwang sich zu beweisen“

Betroffenheit

Eigene Krankheit

„Einzelkämpfer“

„Helfersyndrom“

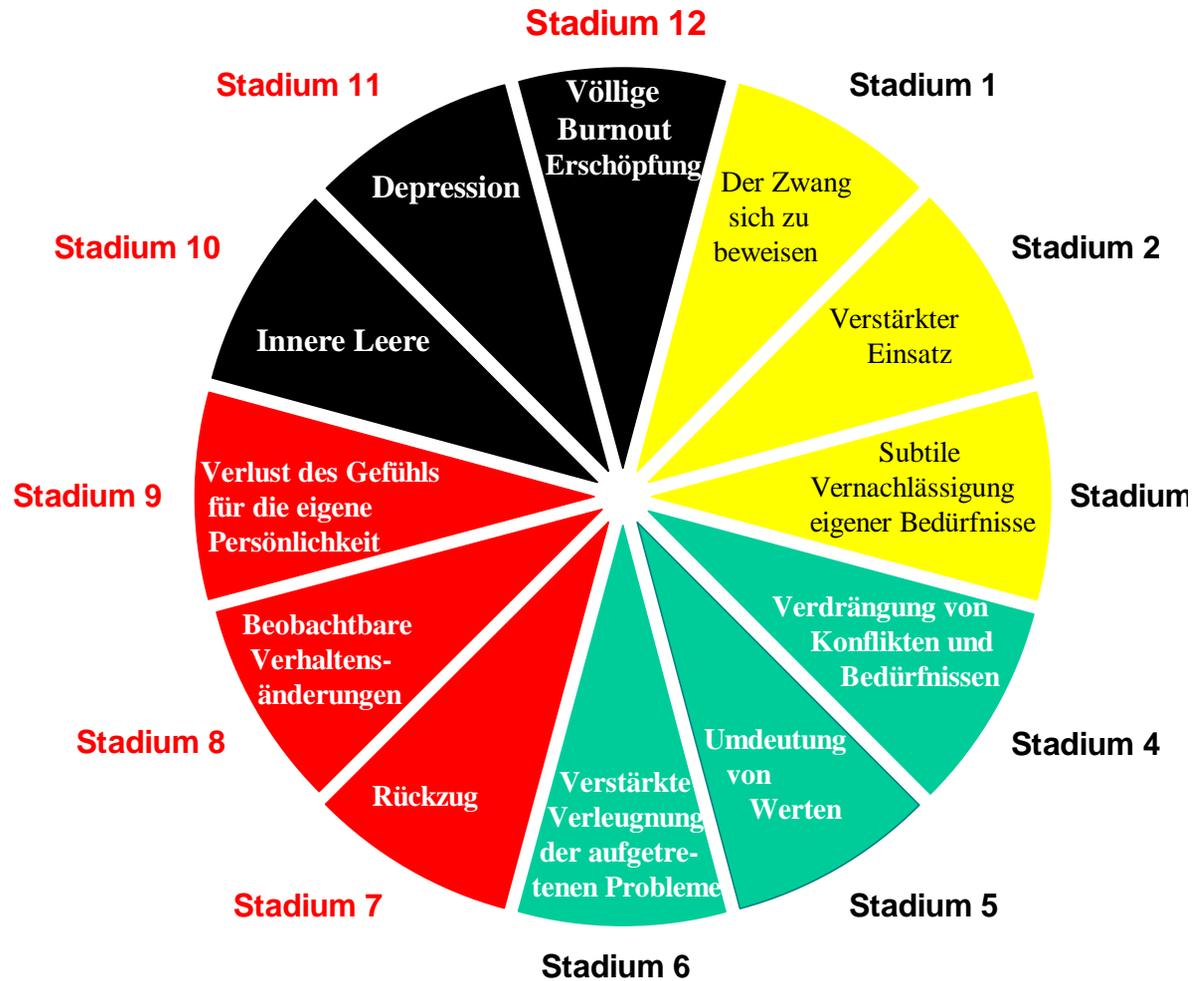
„Burn out“

Belastungsfolgen

- **Isolation**
- **Krankheit/Tod**
- **Substanzmissbrauch**
- **Burn out**

Der Burnout-Zyklus

Freudenberger und North (1992)

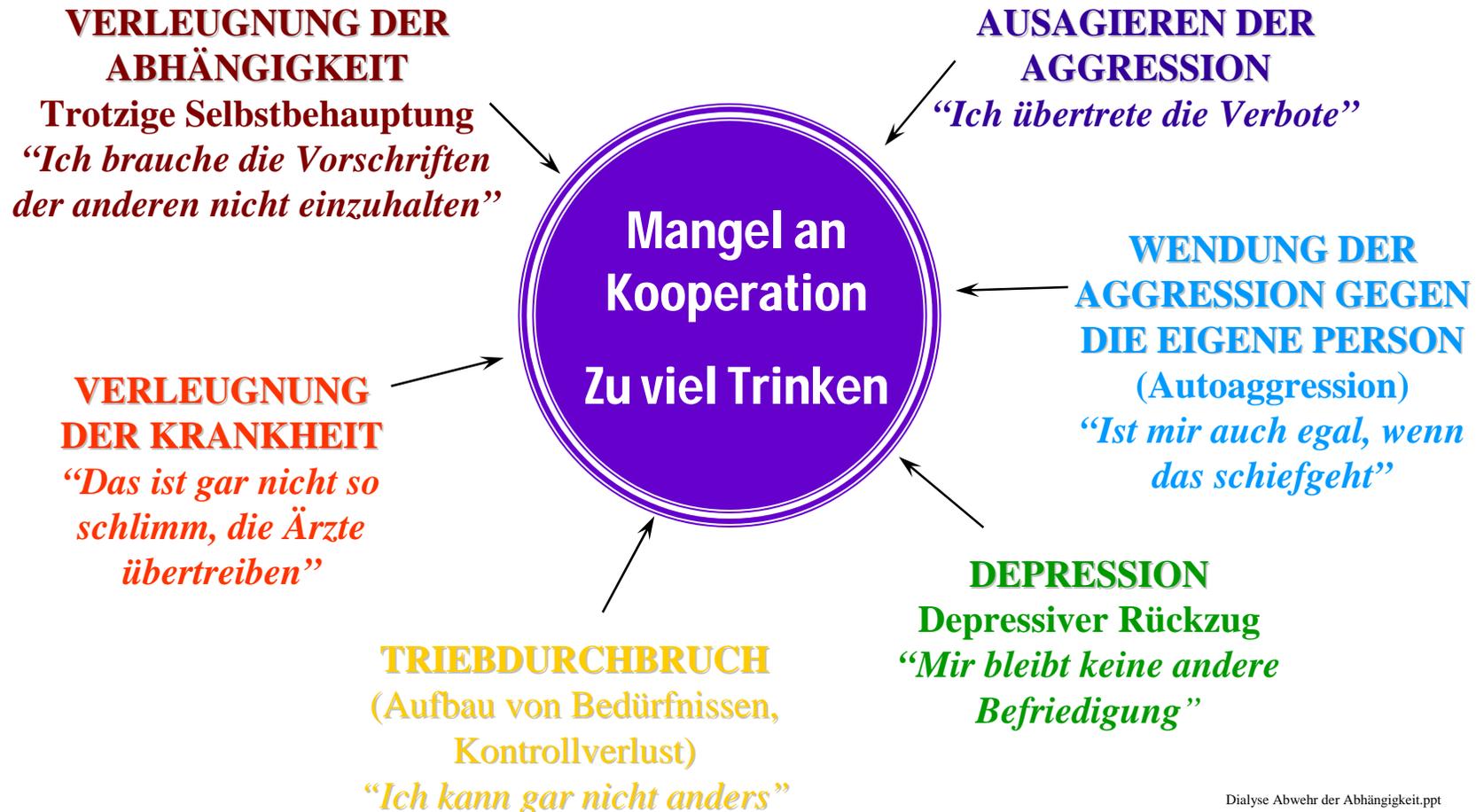


Typische Reaktionsweisen in der Rehabilitation

- **Regressive Reaktion**
- **Hypochondrische Reaktion**
- **Narzistische Reaktion**
- **Idealisierende Reaktion**

Abb. 65-2: Wichtige Anpassungsvorgänge, die zu gestörtem Krankheitsverhalten (zu viel Trinken) beitragen können (vgl. Kaplan De-Nour und Czaczkes, 1974b)

ABWEHR DER ABHÄNGIGKEIT



Good Hemodialysis is like good love making:

It should be performed:

- as often as possible
- as long as possible
- as gentle as possible
- As safe as possible

