Zeitschrift: Physiotherapeut : Zeitschrift des Schweizerischen Physiotherapeutenverbandes = Physiothérapeute : bulletin de la Fédération Suisse des Physiothérapeutes = Fisioterapista : bollettino della Federazione Svizzera dei Fisioterapisti

Herausgeber: Schweizerischer Physiotherapeuten-Verband

Band: 20 (1984)

Heft: 7

Artikel: Bleibt in Berührung

Autor: Pratt, John W.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-930271

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 20.08.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Bleibt in Berührung

John W. Pratt über die Heilungsmöglichkeiten von Umarmungen

Vor ein paar Jahren präsentierte eine medizinische Konferenz in Toronto die Idee, dass vier Umarmungen am Tag als Gegenmittel für Depressionen wirken, acht Umarmungen sehr zur geistigen Stabilität beitragen und zwölf Umarmungen das echte psychologische Wohlgefühl unterstützen können. Berührungen helfen unsere Gefühle für Sicherheit und Identität in der Welt aufzubauen. Dennoch wird wahrscheinlich ihre Wichtigkeit in der Förderung der physiologischen und der psychologischen Heilung unterbewertet, auch bei den in Gesundheitsberufen tätigen selber.

Das Berühren jener, welche uns am nächsten stehen, ist in den meisten Familien ein natürlicher Akt. Aber ausserhalb der Familie ist es viel seltener und riskanter, ausser es hat einen medizinisch gebilligten Grund. Das entspricht speziell bei den Briten der Wahrheit, welche sich gegenseitig weniger berühren als die anderen Nationen. Sidney Jourard, ein Forscher auf diesem Gebiet, hat einmal in verschiedenen Ländern Paare beobachtet, welche miteinander in einem Tea-room sprachen. Er fand heraus, dass die Rate der zwischenmenschlichen Berührung von 180 Berührungen pro Stunde in Puerto Rico zu überhaupt keiner in London variierten.

Ein gewisses Geheimnis umgibt immer noch den Akt der Berührung anderer, um diese zu heilen. Das traditionelle «Handauflegen» wurde während der letzten zehn Jahre untersucht. Es wurde gezeigt, dass der menschliche Hämoglobinspiegel durch den Kontakt mit einem anerkannten Heiler bezeichnend gehoben werden kann. Die Arbeit von Dr. Alec Forbes und anderen am Bristol Centre hat diesen Zugang mit anderen zusätzlichen Medikamenten verwendet, mit einigen erfolgreichen Resultaten in der Hilfe bei Krebspatienten.

Eine amerikanische Krankenschwester, Irene Burnside, beschreibt den beinahe magischen stiumulativen Effekt ihres geplanten Vorgehens mit physischem Kontakt bei sechs älteren Patienten, welche an chronischem Hirnsyndrom litten. Sie gebrauchte Berührungen so oft als möglich bei der Begrüssung, bei helfenden Aktionen und im Spiel. Die Patienten wurden offener, spontaner und gesellschaftsbewusster. Burnside sagt: «Berühren ist selbstverständlich eine gegenseitige Angelegenheit - andere zu berühren und von anderen berührt zu werden.» Komatöse und halbbewusstlose Patienten haben eine Reaktion auf die Berührung einer Person gezeigt, wenn andere Kommunikationsarten nur wenig Effekt hatten.

Selbstverständlich ist die heilende Berührung eine Zusammensetzung von vielen Elementen. Kürzlich beobachtete ich eine Physiotherapeutin während der Behandlung eines Mannes, welcher an einer Wirbelsäulenarthrose litt. Im Gegenteil zum allgemeinen Glauben, wird Massage von den Physiotherapeuten viel weniger benutzt als früher. Wie auch immer, dieser Mann erhielt eine zehnminütige Massage seines schmerzhaften, steifen Rückens, während der die zwei angenehm plauderten. Danach erhob er sich vom Behandlungstisch, sichtbar glücklicher und entspannter mit den Worten: «Das ist gleichviel wert wie Stunden auf einer ihrer Maschinen.»