



Liebe Leserin, lieber Leser,

jeder Mensch kennt Phasen der Unruhe, die durch ganz unterschiedliche Dinge oder Situationen ausgelöst werden können. Und erst kürzlich beschlich auch mich eine ausgeprägte Unruhe. Die Anfrage für einen Vortrag hatte widersprüchliche Angaben, Datum und Wochentag passten nicht zusammen. Wäre das Datum richtig, würde der Vortrag an einem Feiertag stattfinden (sehr unwahrscheinlich), stimmte aber der Tag, hätte ich einen auswärtigen anderen Termin, was beinahe noch schlimmer gewesen wäre. So löste die Verwirrung bei mir Unruhe aus.

Zum Glück reichte hier ein Blick ins Internet. In der Ausschreibung der Tagung stimmten Datum und Wochentag, alles war eine Woche nach hinten verschoben worden. Also kein Feiertag und kein anderer Termin. Sofort war die Unruhe weg und Gelassenheit machte sich breit. Und in solchen Fällen hat die Unruhe vielfach auch sein Gutes. Unruhe kann ein Motor sein, um aktiv zu werden (die Anfrage genau zu studieren). Unruhe kann Ausdruck von noch nicht geleiteter Kraft und Energie sein, die noch in die richtige Bahn gelenkt werden muss. Sie kann der Antrieb sein, Dinge in die Hand zu nehmen (den Termin klären). Sie zeigt uns aber auch Situationen, in denen wir mit Umsicht und Sorgfalt agieren müssen.

Leider lassen sich nicht alle unruhigen Situationen so schnell und einfach beheben. Und gerade in Lebensabschnitten, die von Krankheit und Leid geprägt sind, sind Unruhe und Verwirrtheit häufige Begleiter. So treffen Pflegende in der Palliative Care oft auf Situationen und Begleitungen, in denen die beunruhigende

Besorgnis, häufig auch Angst und fehlende Zuversicht, die Begegnung prägen. Zwischen den Polen von Ruhe und Unruhe besteht eine sensible Balance. Erscheinen die Patienten und/oder die Angehörigen in einem Moment noch ruhig und gelassen, kann sich die Situation schnell – und meist ohne vorherige Ankündigung – zu unruhigem und rastlosem Verhalten ändern.

Bei den Patienten können Symptome wie Schmerzen, Atemnot oder Übelkeit Unruhe auslösen. Auch das Gefühl, eine Situation nur unzureichend kontrollieren zu können, kann zu Unruhe und im schlimmsten Fall zur Verwirrtheit führen. Wichtige pflegerische Aufgabe ist es daher, die auslösenden Faktoren für Unruhe frühzeitig zu erkennen und, wenn immer möglich, zu minimieren. Denn Unruhe kann sich auf Andere übertragen. Unruhige, beunruhigte und nicht ausreichend orientierte Angehörige beispielsweise können diesen Zustand auf die erkrankte Person übertragen. Und genauso können unruhig agierende Pflegefachpersonen dies an die Patienten weitergeben. Daher ist es wichtig, auch in beunruhigenden Situationen selbst ruhig zu bleiben. Oft kein einfaches Unterfangen, das erfahrenen Pflegenden möglicherweise besser gelingt, als Pflegenden, die am Anfang ihrer Berufslaufbahn stehen.

Egal, ob Sie schon lange im Beruf arbeiten oder gerade erst mit der professionellen palliativen Pflege begonnen haben. Das aktuelle Heft bietet Ihnen vielfältige Informationen und Praxisempfehlungen im Umgang mit Menschen, die unruhig oder verwirrt sind. Damit Sie möglichst den Überblick behalten und kompetent in der Praxis handeln können.

ELKE STEUDTER
(Herausgeberin)