

Nicht-medikamentöse Palliative Massnahmen

Die aufgeführten Massnahmen dienen als Vorschläge und sind nicht vollständig. Sie orientieren sich an der «Best-Practice» der Palliative-Care. Die Massnahmen sind als Ergänzung zur medikamentösen Therapie zu nutzen.

Dieses Hilfsblatt dient zur Orientierung für Fachpersonen und Angehörige.

Schmerz	
<ul style="list-style-type: none"> • langsam und sorgfältig pflegen • Umlagern inkl. Mikrolagerung/bewegen 	<ul style="list-style-type: none"> • Wickel/Einreibungen mit Aromaöl • Kälte-/Wärmeanwendungen Massagen (z.B. mit Aromaöl)
<p>Wichtig zu wissen...</p> <p>... Schmerz ist, was der Patient/die Patientin als Schmerz empfindet</p> <p>... bei neuauftretenden oder massiv veränderten Schmerzen → Kontaktaufnahme mit spez. Palliative-Care-Dienst, Arzt/Ärztin</p> <p>... bei regelmässigem Bedarf an Reservemedikation → mit spez. Palliative-Care-Dienst, Arzt/Ärztin Anpassung der Basisedikation besprechen</p>	

Angst	
<ul style="list-style-type: none"> • Patient/Patientin nicht alleine lassen • Ruhe vermitteln • Lagerung, die Sicherheit vermittelt («Nest bauen») • ablenken (z.B. Musik hören, vorlesen) • Entspannungsübungen/Meditation 	<ul style="list-style-type: none"> • Atemübungen (vertiefte Atmung, verlängerte Ausatmung) • Massagen (z.B. mit Aromaöl) • Wickel/Einreibungen mit Aromaöl • Raumbeduftungen • Riechstift
<p>Wichtig zu wissen...</p> <p>... Düfte sind sehr individuell → Anwendung und Mischung nach Vorliebe des Patienten/der Patientin</p>	

Unruhe/Delir	
<ul style="list-style-type: none"> • Ruhige, reizarme Atmosphäre • Ruhe ausstrahlen • Ruhiger Tonfall, einfache Wortwahl und wenig Fragen • Zugewandte, deeskalierende Pflege • Orientierung schaffen (Uhr, Zeit, Erklären von Tagesablauf, Ort, Nachtlicht brennen lassen) 	<ul style="list-style-type: none"> • Sitzwache/Betreuungsdienst (z.B. Verein Dasein) • keine Zwangsmassnahmen • motorische Unruhe ausleben lassen • Lagerung, die Sicherheit vermittelt («Nest bauen») • Fussmassage (z.B. mit Aromaöl) • Raumbeduftung
<p>Wichtig zu wissen...</p> <p>... 70 % der Patienten/Patientinnen wissen nach einem Delir noch alles, was gesagt und gemacht wurde</p> <p>... in den letzten Tagen gehört ein palliatives Delir oft zum Sterbeprozess und muss nicht behandelt werden</p>	

Atemnot

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Patient/Patientin nicht alleine lassen• Ruhe bewahren/vermitteln• geschlossene Fragen stellen• auf eigene ruhige Atmung achten• Fenster öffnen• einengende Kleidung öffnen• Lippenbremse• Oberkörper hoch lagern/Aufsitzen• Handventilator | <ul style="list-style-type: none">• Atemunterstützende Lagerung (Arme mit Kissen unterlegen)• Aufsitzen• Kutschersitz• Atemstimulierende Einreibungen/Wickel mit Aromaöl• Riechstift• Raumbeduftung |
|--|--|

Wichtig zu wissen...

... Atemnot ist, was der Patient/die Patientin als Atemnot empfindet

... frische Luft nützt oft gleich gut wie Sauerstoffgabe, ausserdem trocknet Sauerstoff die Schleimhäute aus

Rasselatmung

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• steile Seitenlage | <ul style="list-style-type: none">• evtl. Flüssigkeitsreduktion |
|---|---|

Wichtig zu wissen...

... Rasselatmung kann zum normalen Sterbeprozess dazu gehören und ist vor allem für die Betreuungspersonen schwer auszuhalten

... den Betreuenden das Symptom erklären

... Kopf nicht nach hinten überstrecken, Sekret im Mund mit Mundpflegestäbli entfernen

... nicht absaugen

Übelkeit/Erbrechen

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• frische Luft• kalter Waschlappen• Beseitigung von Gerüchen• Lieblingsessen, kleine Portionen• nicht zum Essen zwingen• kohlenensäurearme Getränke• Oberkörper hochlagern | <ul style="list-style-type: none">• nach Erbrechen Mund spülen oder Zähneputzen anbieten• Erbrochenes schnell entsorgen und sogleich lüften• z.B. Ingwer- oder Pfefferminztee• Akupressurpunkt P6 Handgelenk• bei Verdacht auf Darmverschluss → Rücksprache mit Arzt/Ärztin |
|--|---|

Wichtig zu wissen...

... Übelkeit ist eine häufige Begleiterscheinung bei starker psychischer Belastung

Verstopfung

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• aktiv sein/sich bewegen• falls möglich genügend trinken• frische Fruchtsäfte• eingelegte Dörripflaumen oder Feigen | <ul style="list-style-type: none">• Colonmassage (nur bei Fachkenntnis)• Dünndarm-Akkupressurpunkte (re und li neben Bauchnabel) |
|---|---|

Wichtig zu wissen...

... Häufigkeit und Menge des Stuhlgangs nehmen bei reduzierter Nahrungsaufnahme ab

... bei regelmässiger Opiateinnahme Laxantien fix verordnen lassen

→ Ziel: alle 3–5 Tage Stuhlgang, sonst Kontaktaufnahme mit spez. Palliative-Care-Dienst, Arzt/Ärztin

Akutes Ereignis (Lungenembolie/Starke Blutung/epileptischer Anfall)

- Ruhe bewahren
- Patient/Patientin nicht alleine lassen
- Sicherheit vermitteln
- Hilfe/Unterstützung holen
→ spez. Palliative-Care-Dienst, Arzt/Ärztin, 144

Epilepsie

- vor Verletzungen, Stürzen schützen
- nicht mit Kraft festhalten
- nichts in den Mund schieben
- Seitenlage nach Anfall

Starke Blutung

- dunkle Tücher

Wichtig zu wissen...

... Reservemedikamente und Notfallmaterial schon vorbereitet in Griffnähe stellen

... frühzeitiges Thematisieren möglicher Ereignisse im Betreuungs-Team, um darauf vorbereitet zu sein

Fieber

- kalter Waschlappen auf die Stirn
- kühle Waschung
- Wadenwickel mit Essig oder Alkohol

- bei Schüttelfrost: warm halten, zudecken
- kühle Getränke, genügend trinken

Wichtig zu wissen...

... bei Fieber über 38° unter Chemotherapie

→ Kontaktaufnahme mit betreuendem Onkologen/betreuender Onkologin oder SEOP palliative

... im Sterbeprozess kann es zu Fieber kommen, welches für den Patienten/die Patientin nicht belastend ist

→ Fieber zu senken ist für den Körper evtl. eine grössere Belastung

Durstgefühl/Mundtrockenheit

- oft kleine Schlucke Lieblingsgetränk
- Sprühflaschen mit Lieblingsgetränk
- Eiswürfel (mit Aroma) zum Lutschen
- Lutschbonbons
- Mund befeuchten mit Mundpflegestäbli
- Leinsamenspray (Rezept Hospiz Schönbühl)
- gute Lippenpflege
- Honig
- ¼ Vitamin C Brausetablette auf Zunge
→ Cave: kann brennen!

- Lösen von Belägen mit Butter (nach Belieben)
- Vitamin E Öl
- Ölige Lösungen wieder entfernen (Mundpflege)
- Abklärung Soor/Pilz
→ evtl. medikamentöse Behandlung
- Raumbefeuchtung z.B. feuchtes Tuch über Radiator

Wichtig zu wissen...

... Flüssigkeitsgabe über Sonden und Infusionen haben kaum Einfluss auf das Durstgefühl, dieses entsteht zum grössten Teil durch eine trockene Mundschleimhaut

Schlaf

- Schlafritual
- Zimmer lüften
- Schlaftee
- warme Milch mit Honig
- ruhige Musik hören

- Atemübungen (vertiefte Atmung, verlängerte Ausatmung)
- Entspannungsübungen
- Fussmassage (z.B. mit Aromaöl)
- Raumbeduftung