

Allgemeine Palliativmedizin

Humor in der Palliativmedizin – Ist Lachen die beste Medizin?

*Matthias Thöns, Matthias Hoyer
1 Palliativnetz Witten, 2 Palliativnetz Bochum*

Nur allzu oft werden sterbende Patienten behandelt, als seien sie bereits tot. Gemeinsam zu lachen, hilft dem Patienten solange weiter zu leben, bis er tatsächlich stirbt.



„Leben ... ein Leben lang“

Dr. Matthias Thöns
Wiesenstr. 14, 58452 Witten
thoens@sapv.de
Abteilung für Allgemeinmedizin,
Ruhr Universität Bochum
www.palliativnetz-witten.de

RUHR UNIVERSITÄT BOCHUM **RUB**

Humor & Palliativmedizin

Mir auch nicht,...
aber es wird ja nun
nicht mehr lange
dauern

Arzt am Sterbebett
"Ihre Frau gefällt
mir gar nicht."



Palliativmedizin – Wat is‘n das?

1. exzellente Schmerz- und Symptomkontrolle
2. Beachtung der psychischen, sozialen und seelsorgerischen Bedürfnisse (Angehörige!)
⇒ Teamarbeit
3. Kompetenz in Gesprächsführung, Ethik und Recht
4. Lebensqualität ist Hauptziel

Sterbeort zuhause günstig

Unterschiede Sterbeort Klinik – zuhause

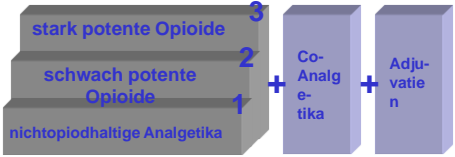

- Höhere Lebensqualität des Patienten nach Einschätzung der Angehörigen.
- Dabei war es egal, ob professionell betreut oder nicht – HAUPTSACHE ZUHAUSE
- Angehörige haben ein geringeres Risiko psychiatrische Erkrankungen zu entwickeln.

6. Was belastet Sie am meisten?
dass ich wieder krank bin, auf Hilfe anderer angewiesen sein, dass ich sterben werde

7. Wo erwarten Sie Hilfe von mir?
Das ich nicht mehr auf anderen Bannern, ich möchte nicht mehr aus Krankenhaus, ich möchte keine lebenserhaltenden Maßnahmen

LIFE-DONOR 2010 Oct 10:20:29:467:64. Esch, 2010 Sep 13
Place of death: correlations with quality of life of patients with cancer and predictors of bereaved caregivers' mental health.
Wong JAA, Keating JL, Balboni TA, Mahonis LS, Rock SD, Poperson HG

Schmerztherapie

Moderne Therapieverfahren...

- Vorteile der intranasalen Applikation:
 - Nasenschleimhaut:
 - große Oberfläche
 - gute Durchlässigkeit für lipophile Substanzen wie Fentanyl
 - gute Durchblutung
 - Nasenspray:
 - schnell und einfach in der Anwendung
 - Unabhängigkeit Mund-trockenheit



Film Arztgespräch

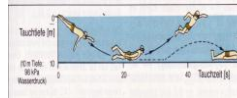
Symptomkontrolle



7.08.2010

Ist Ersticken eine Gefahr?

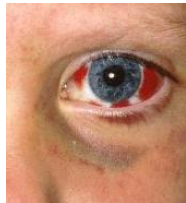
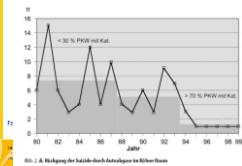
- = „nur“ zentraler Sauerstoffmangel
- Glücksgefühle und keine Stresszeichen
1. Bergsteigertod: „euphorisch und rasselnd“
 2. Ohnmachtsspiele/ autoerotische Unfälle
 3. Apnoetauchen
 4. Kampfpiloten



5.08.2010

Ist Ersticken eine Gefahr?

- Atembehinderung = CO₂ Anstieg ⇒
- Atemreiz ⇒ Atemnot ⇒ Erstickungsgefühl ⇒
- **Streß** ⇒ Adrenalin ↑ ⇒ Blutdruckkrise ⇒ Petechien an Bindehäuten/ Schleimhäuten/ periorbital, Hyposphagma
- keine Suizide in Kat-Autos [Riepert 2002]



80.2 Rückgang der Suizide durch Autokater in Kitzbühel

6.08.2010

Andere Strategien

Andere Strategien

- Terminale Bewusstseinsstörung
Infusion ⇒ *phantasievolle Mundpflege*
- Rasselatmung
Absaugen ⇒ *Boroscop/ Stresskontrolle*
- Atemnot
O₂ ⇒ *Opioid/ Ventilator*
- Umgang mit Familie
Zugangsverbot ⇒ *Kinder dabei*



11.08.2010

Andere Strategien



Mini Ventilator Handventilator Mini Ventil

Ankelzustand: **Neu**
 Farbe: **Auswählen**
 Stückzahl: **1** Mehr als 10 verfügbar / 627
EUR 1,99 **Sofort-Kaufen**
(inkl. MwSt.) [Auf die Wunschliste](#)

Versand: **EUR 0,90** - Sparsend **Wesare Vesare** **Schnelle versenden** | Alle Details anzeigen
 Anlieferzustand: **Oberflächens, Oberflächens, Oberflächens** **Schnell nach Österreich**
 Lieferung: **Voraussichtlich innerhalb von 5-7 Werk** **Zahlungseingang** |

Zahlungen: **PayPal** | **Überweisung** | **Wesare Zaku** **Echtzeit auf eBew** **Finanzieren**
Online | **Top-Zins** **+ bis zu 50 € E**

Rücknahmen: **Verbraucher können den** **Bedingungen zurückgeben**



Wenn Sie bei eBay einkaufen, sind Sie in sicheren Händen.



17.08.2010

Patientenverfügung – Warum überhaupt?

Wünsche

- Österreicher
– „In Skistiefel“
- Deutsche
– **nachts im Bett**
- Franzosen
• – mit 85 von eifersüchtigem Ehemann erschossen...



17.08.2010

Patientenverfügung – Warum überhaupt?



SPIEGEL-UMFRAGE
Sicherheit
 „Welcher Art des Sterbens würden Sie bevorzugen, wenn es Ihnen möglich wäre?“
67%
 plötzlich aus guter
 gesundheitlicher Verfassung
 einen Schlag erregt oder
 Abschied nehmen zu können
27%
 nach schwerer Krankheit
 über 2 bis 3 Jahre und
 kleinen Bewusstseins
 mit guter Pflege und Möglichkeiten,
 das Leben noch etwas zu genießen
2%
 nach schwerer Krankheit und
 Demenz über 8 bis 10 Jahre
 mit guter Pflege und mehr
 Möglichkeiten, verbunden zu bleiben



- Patientenverfügung 12%
- Vorsorgevollmacht: 8%



Patientenverfügung/ Vorsorgevollmacht



„Mythen über Vorsorgevollmachten“:

1. jedes Jahr neu unterschreiben
 2. rechtswirksam nur durch Notar
 3. gilt nur in Sterbephase
 4. bei nahen Angehörigen nicht notwendig (Ehepartner)
 5. alles regelbar
 6. Rechtssicher
- Weitere Infos

www.palliativnetz-witten.de



thues@szw.de 14.08.2020

Der Richter weist darauf hin, dass auf der Station B04 fundamentaler Rechtsirtum unkorrigierbar darüber vorherrscht, wer über den Einsatz freiheitsentziehender Maßnahmen entscheidet. Dort besteht der irrige Glaube, dass Ärzte über den Einsatz freiheitsentziehender Maßnahmen entschieden, nicht die Betreuer oder andere Vertreter.

Richter am Amtsgericht

Justizbeschäftigte
 zugleich für die Richtigkeit
 der Tonaufnahmeübertragung



Humor & Palliativmedizin



- **Witzverständnis** = Fähigkeit, formell als erheiternd konstruierte Text- oder Bildvignetten zu verstehen.
- **Erheiterung** = Emotion, wenn der Witz als gut betrachtet wird.
- **Komik** = Verhalten oder Situationen, die Erheiterung auslösen



Humor & Palliativmedizin



- **Duden:** Humor ist die Fähigkeit und Gabe eines Menschen der Unzulänglichkeiten der Welt und der Schwierigkeiten und Missgeschicken des Alltags mit heiterer Gelassenheit zu begegnen, sie nicht so tragisch zu nehmen und über sie und sich lachen zu können.
- **Freud:** Komik entsteht, Witze macht man und Humor hat man .



Humor & Palliativmedizin



„Ist Lachen gar die beste Medizin?“

- Humor kann helfen, das Unabwendbare besser zu ertragen.
- „Nichts ist mehr geeignet Distanz zu schaffen von der schlimmen Realität, als Humor“ (Frenzl, KZ).



Humor & Palliativmedizin



Grundvoraussetzung für Humor, Schmunzeln oder heitere Bemerkungen sind

- Empathie,
- Feinfühligkeit,
- Respekt,
- Verantwortungsbewusstsein.



Humor & Palliativmedizin



„Humornetzwerk“ wird aktiviert. (Gelotologie)

- Temporallappen stolpert über Pointe... ⇒ Amygdala, Hippocampus, Thalamus und Cerebellum aktiviert.
- ca. 300 verschiedene Muskeln (Respiration, Vokalisation, Kopfbewegung „schlapplachen“)
- Herz/ Kreislauf (Blutdruck, Vasodilatation),
- Atmung („Atemgymnastik“)
- Pupillendilatation
- erhöhte Immunabwehr (Anstieg der T-Helferzellen, von Immunglobulinen und Zytokinen)
- Ausschüttung von Endorphinen



Humor & Palliativmedizin



Studien aus der Gelotologie

- Lachen erhöht die Schmerzschwelle, vor allem in Gruppen [Dunbar 2011].
- Wer lustige Kömmodien ansieht anstelle ernster Kriegsfilme: 50% weitere Gefäße
- positive Effekte auf die Endothelfunktion sind ebenso signifikant wie nach Aerobic [ISC 2011].
- Bessere Immunabwehr
- ⇒ weniger Infekte



Humor & Palliativmedizin



- positive Emotionen,
 - Ablenkung,
 - Förderung der inneren Gelassenheit,
 - Entlastung von Sorgen,
 - Phantasieanregung,
 - Unterstützung beim Aufbau von sozialen Beziehungen,
 - Entschärfung von Konflikten, Sprachlosigkeit ↓
- ⇒ **geniale Copingstrategie**



Humor & Palliativmedizin



Lachen ...

- entlastet von Angst, Wut, Ärger und Anspannung
- dient dem Stressabbau.
- hilft, unerträgliche Situationen zu ertragen.



Humor & Palliativmedizin



Humorfähigkeit hängt nicht an einzelnen Hirnarealen

- Weder durch Altersveränderungen noch durch einzelne Hirnschädigungen aufgehoben.
- trotzdem große Denkleistung im Alter
- „der Groschen fällt zwar langsamer – aber genauso heftig“
- Ältere: Bewältigungsmechanismus
- Jüngere Menschen eher eine soziale Funktion [Falkenberg 10]



Humor & Palliativmedizin



Professioneller Einsatz

Clown-Doktoren (Patch Adams, gilt als der geistige Vater der Humormedizin)

1. Humorvolle Videos (Loriot, Heinz Rühmann, Heinz Erhard, ...),
2. Aufhängen von Cartoons,
3. Erweitern der Bibliothek mit humorvoller Literatur wie z.B. Witzebücher
4. Anschaffen von einem Sack skurriler Inhalte (z.B. Schachtel-Teufel, Pfeifen, Quitschgegenstände, Lach-, Jammersack, komische Brillen und rote Nasen ...)
5. unsere positive Grundhaltung zum Thema



Humor & Palliativmedizin



„Was kränkt macht krank“.

- unangemessener Gebrauch schadet.
- Niemals (nie!!) dürfen wir über, sondern stets nur mit unseren Patienten lachen.

Verboten: Scherze über

- Behinderungen,
- Einschränkungen,
- Gerüche
- oder Entstellungen,
- es sei denn der Patient macht sie selber.



• Humor sollte nicht aufgedrängt werden.

Palliativmedizin verlängert Leben



THE NEW ENGLAND JOURNAL OF MEDICINE

ORIGINAL ARTICLE

Early Palliative Care for Patients with Metastatic Non-Small-Cell Lung Cancer

Jennifer S. Temel, M.D., Joseph A. Greer, Ph.D., Alona Mustian, M.A., et al.

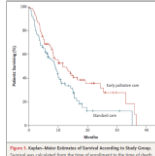


Figure 1. Kaplan-Meier Estimates of Overall Survival by Study Group. Survival was calculated from the time of randomization to the time of death.

- Höhere Lebensqualität (98 vs. 91,5, p=0,03)
- weniger Depression (16% vs. 38%, p = 0,01)
- weniger aggressive Therapie (33% vs. 55%, p= 0,05)
- Überlebenszeit länger (11,6 vs. 8,9 Monate, p = 0,02)
- Häufiger Wünsche dokumentiert
- Leben + Quali + wie bei erfolgreicher 1-Chemotherapie



Hoffnung geben, Ängste reduzieren,

.... Humor ist erlaubt und gut ...



Das Palliative Care-Team Witten besteht aus den spezialisierten in der Palliativversorgung tätigen Fachleuten. Dabei ist die Kombination aus Medizin und Pflege insbesondere ergänzt durch das Einwirken der Hospizarbeit notwendig um umfassend alle Bedürfnisse gerecht zu werden. Es zählt:

- die Palliativ-Ärztinnen und -Ärzte



Dr. Jaschke Rahn



Dr. Frank Koch



Dr. Klaus Peter Loh



Susanne Grammel



Andrea Glöckner

- die Palliativ-Ärztinnen und -Ärzte
- Dr. Kurt Schneider
- Dr. Matthias Thies
- und das Fachpflegepersonal
- Beate van Lengen, Anja Böttcher, Dagmar Lindt

Gleichermaßen beider Vorkenntnisse verbindet sind:

AMBUULANTE
PALLIATIV-
UND
HOSPIZ-
PFLEGEN

bio-psycho-soziale
Umsorgung



Medizin

Pflege

Machen Sie Wohlfühlangebote:

- Häufige Besuche, im Patientenraum wohnen, ggfs. das Bett teilen
- Vertraute Gerüche, Lieblingsgeruch (Parfüm), Lieblingspeise riechen lassen
- Abwechslung durch vorsichtige Lagewechsel
- Durchbewegen der Gelenke, Vibration empfinden
- Geborgenheit durch begrenzte Lagerungen („Nestlagerung“)
- Fersenhalten, Fußreflexzonen-/Bauchmassage
- Handauflegen an Schulter, Kopf, Nacken – vor allem als eindeutige Initialberührung
- Halten eines geliebten Gegenstandes
- Streicheln von Tieren
- Atemstimulierende Einreibungen
- Erzählen, Vorlesen, Gesang, leise Lieblingsmusik
- Alltagsgeräusche (Zimmer offen stehen lassen)
- Gedämpftes Licht, vertraute Bilder/ Fotos
- Luftveränderung („frische Luft“), Ausflug auf Balkon/ in Garten

hilfreiche medizinische Maßnahmen:

- Mundpflege (mit Lieblingsgetränk die Lippen und Zunge mittels Tupfer befeuchten), Lippen pflegen, mit Spritze tropfenweise Flüssigkeit in den Mund geben, Sprühnebel¹ in den Mund geben.
- Boroscopop AT¹ bei raselnder Atmung (alle 4 Stunden 4 Tropfen in den Mund geben)
- Der Patient leidet nur bei Stresszeichen:
 1. Unruhe,
 2. fehligen Armbewegungen
 3. Tränenläufen oder
 4. Schwitzen
- Bitte geben Sie dann: Midazolam¹ 1 ml nasal



Merke: auf Symptomkontrolle achten
Einfache Strategien einsetzen
Humor nie vergessen...



**Vortrag als pdf?
thoens@web.de**

