

## Rhythm is it

Rhythmus ist ein Kennzeichen des Lebendigen. Lebensvollzüge, vitale Grundfunktionen, Organaktivitäten haben ihren eigenen Rhythmus. Eine regelmäßige, jedoch nicht starre Wiederkehr des Gewohnten sorgt für das Gefühl der Sicherheit, dass es so weitergeht wie bisher. Unsere Atmung, unser Herzschlag, unsere Magen- und Darm-Aktivitäten, aber auch unser Gehen, unser Sprechen unterliegt dieser Rhythmisierung des Lebendigen. In der Natur finden wir dies wieder im Rhythmus der Jahreszeiten, im Tag-Nacht-Rhythmus, in der Meeresbrandung wie auch in den Geräuschen der Großstadt.

Krankheit und die damit verbundene Pflegeabhängigkeit reißt den Menschen aus den gewohnten Lebensrhythmen heraus und bringt ihn in eine Umgebung, in der Rhythmen dominieren, die er kaum erkennt, die ihm nicht bekannt sind, die ihm häufig genug direkt fremd sind. Gegen seine "Natur" muss sich der kranke Mensch den Lebensrhythmen anderer unterwerfen, muss den Rhythmus einer fremden, hochspezialisierten Institution ertragen und ihm folgen. Dies erzeugt zusätzlichen Stress, wenn wir Stress als Energieanforderung verstehen, die bei einer Neuorientierung erforderlich sind. Das Schlafen, das Essen, die eigene Bewegung, ja sogar die Kommunikation unterliegt jetzt einem anderen Rhythmus, wird weitgehend von anderen bestimmt.

Aufgabe basal stimulierender Pflege ist es, die eigenen Rhythmen der Patienten zu erkennen und wenigstens teilweise zu berücksichtigen, zumindest da, wo der institutionelle Rhythmus nicht wirklich notwendig ist. Dem Patienten Teile seines gewohnten Lebens zu lassen, ihn nicht vollständig in eine neue Situation hinein zu zwingen, dies sind wichtigste Aufgaben basal stimulierender Pflege. Die "Schonung der Ressourcen" des Patienten haben hohe Priorität, denn aus ihnen schöpfen wir die Kraft der Genesung. Nur in einer tief verstandenen Kooperation mit dem Patienten können wir als Pflegende oder anderweitig Begleitende an der Stabilisierung oder an der Verbesserung des Gesundheitszustandes etwas bewirken.

Das besondere Augenmerk wird auf die Nahrungsaufnahme und die Kommunikation gelegt werden, da sie für Patienten von höchster Wichtigkeit und für Pflegende eher unreflektierte Nebentätigkeiten sind. An ihnen kann die Bedeutung der unterschiedlichen Rhythmen besonders gut gezeigt werden.