

## Dem Augenblick Leben geben

Oft suchen Menschen, ob Angehörige, Freunde oder auch ehren- oder hauptamtlich Tätige, nach Möglichkeiten, einem demenziell erkrankten Menschen ohne viele Worte oder große Vorbereitung etwas Gutes zu tun und Nähe zum Ausdruck zu bringen.

Da ist Silviahemmet Touch eine gute Alternative. Jederzeit und ohne große Hilfsmittel umsetzbar tut es beiden gut, dem Erkrankten wie dem Gebenden.

Wenn Sie weitere Informationen haben möchten, dann wenden Sie sich an:

Malteser Fachstelle Demenz  
Erna-Scheffler-Str. 2  
51103 Köln  
Tel.: 0221 9822 4927  
E-Mail: fsd@malteser.org

## Rücken

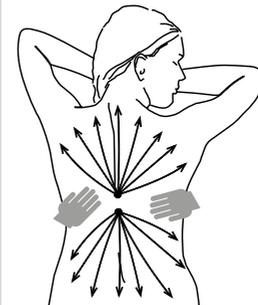
- Silviahemmet Touch kann im Sitzen (mit dem Oberkörper nach vorne über Stuhllehne oder Tisch gebeugt) oder in bequemer Bauchlage (Kopf auf den Armen abgelegt) durchgeführt werden. Wichtig ist eine bequeme Position und Haltung für beide Personen. Die Berührung wird auf der Kleidung durchgeführt.
- Die Berührung nicht unterbrechen – eine Hand immer am Rücken!



### Spirale

Beide Hände in Rückenmitte links und rechts der Wirbelsäule platzieren. Dann mit den Händen parallel in immer größer werdenden Kreisen im Uhrzeigersinn über den Rücken streichen bis der ganze Rücken erreicht wurde. (Persönliche Bereiche wie z. B. Achselhöhlen meiden.)

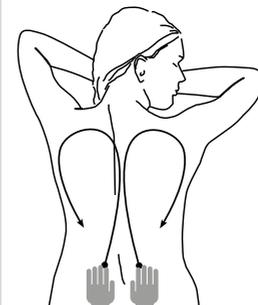
1



### Uhr

Beide Hände liegen mittig auf dem Rücken. Von dort beginnend streicht eine Hand nach außen, z.B. Richtung 6.00 Uhr, die zweite Hand folgt, dann startet die erste Hand von der Mitte aus Richtung 7.00 Uhr, die zweite Hand folgt im Uhrzeigersinn bis die Uhr voll ist. Eine Hand bleibt immer am Rücken.

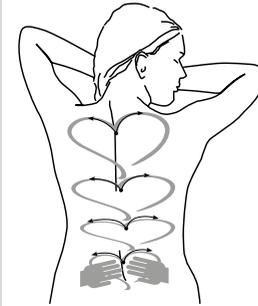
2



### Schwimmen

Hände im unteren Rückenbereich rechts und links der Lendenwirbelsäule platzieren, mit beiden Händen in herzförmigen Bewegungen von unten nach oben über den Rücken streichen. Im Schulterbereich die Herzen so groß „malen“, dass die gesamte Schulterpartie berührt wird.

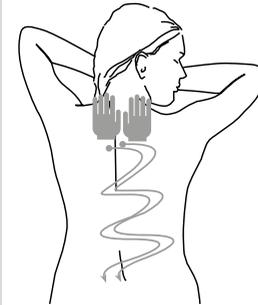
3



### Herzen

Hände im unteren Rückenbereich rechts und links der Lendenwirbelsäule platzieren, mit beiden Händen in herzförmigen Bewegungen von unten nach oben über den Rücken streichen. Im Schulterbereich die Herzen so groß „malen“, dass die gesamte Schulterpartie berührt wird.

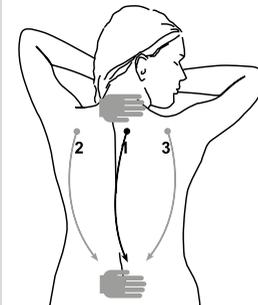
4



### Slalom

Hände rechts und links der Wirbelsäule im Schulterbereich platzieren. Nun mit den Händen parallel bis zur Lendenwirbelsäule „Slalom fahren“. Der eigene Körper folgt der Bewegung!

5



### Form des Rückens

Eine Hand im Nacken platzieren, die andere im Bereich der Lendenwirbelsäule. Die erste Hand zieht mittig zur zweiten nach unten. Danach streicht die erste Hand wieder aus der Grundstellung an der linken Seite den Rücken entlang nach unten, dann an der rechten Seite den Rücken entlang zur zweiten Hand. Eine Hand immer am Rücken. Es soll ein Gefühl für die Dimension des Rückens entstehen.

6

### Spirale

wie bei 1

7

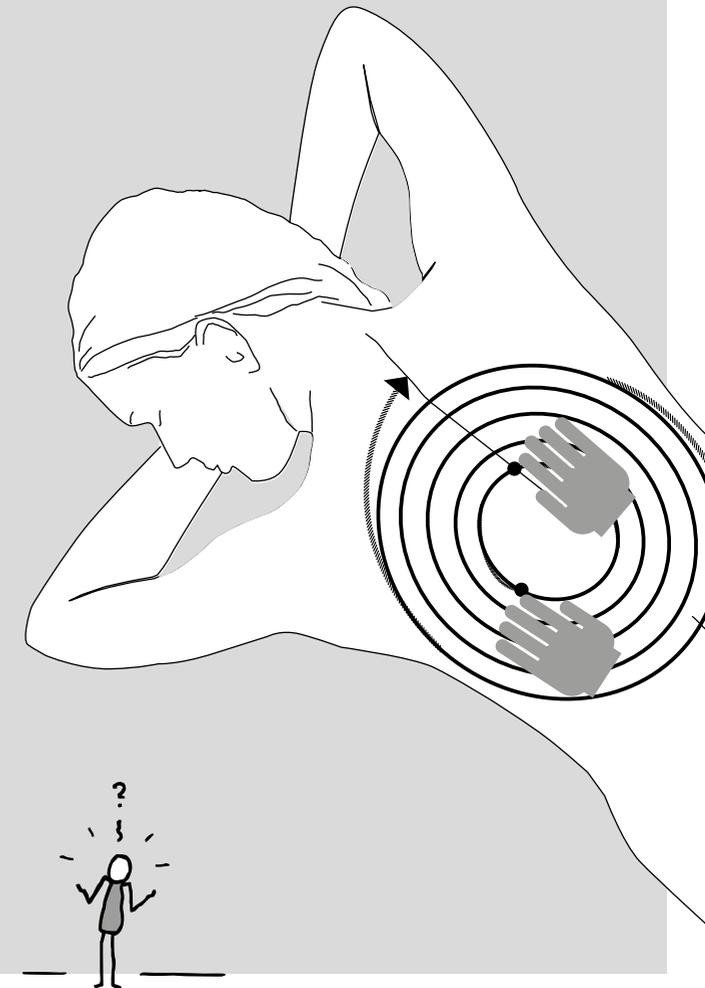
### Ausklingen lassen

Hände auf den Schultern ruhen lassen. Den Erkrankten anschauen und ein Getränk anbieten.

8

## Silviahemmet Touch

Leben mit Demenz –  
entspannen und wohlfühlen



# Silviahemmet Touch

Wie alle anderen haben auch demenziell erkrankte Menschen das Bedürfnis nach Nähe, Geborgenheit und Berührung. Sie fühlen sich dadurch angenommen, geliebt und getröstet.

Eine vorsichtige und sensible Berührung kann die oftmals bei Demenz beobachtete Ruhelosigkeit verringern, die Körperwahrnehmung verbessern, Ängste abbauen und Vertrauen schaffen, die Zusammengehörigkeit stärken und Kommunikation ohne Worte ermöglichen.

Silviahemmet Touch (engl.: Berührung) ist eine besondere Form der Berührung der Hände, des Rückens oder der Füße, die dem Gebenden wie dem Empfangenden Ruhe und Wohlgefühl vermittelt. Silviahemmet Touch kann jeder anwenden. Wichtig ist nur, den richtigen Zeitpunkt zu wählen und bei einer Berührung der Füße – die Methode orientiert sich an der derjenigen für die Hände – besonders sensibel vorzugehen.

Zur Durchführung von Silviahemmet Touch benötigen Sie eine fetthaltige Hautcreme oder Öl. Es reicht normales Olivenöl. Wichtig ist, dass der Duft der Creme oder des Öls den Erkrankten nicht irritiert.

## Und so geht's:

- Setzen Sie sich dem Erkrankten gegenüber.
- Nehmen Sie Blickkontakt auf.
- Wählen Sie eine ruhige Hintergrundmusik.
- Sorgen Sie für eine angenehme Raumtemperatur.
- Erklären Sie, was geschehen wird.
- Schließen Sie Störungen aus.
- Dann können Sie starten.

## Hände

- Während der Sitzung die Hände warm halten und die Hand, die nicht behandelt wird, in ein Handtuch einschlagen.
- Öl in Reichweite halten.
- Das Öl in die eigene Handfläche geben, mit der anderen Hand verteilen, anwärmen, dann mit der Berührung beginnen.
- Die Berührung nicht unterbrechen!



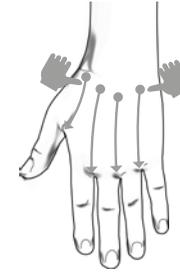
Die Hand des Erkrankten zwischen beide Hände nehmen und vom Gelenk zu den Fingerspitzen hin ausstreichen. Daumen nicht vergessen.

1



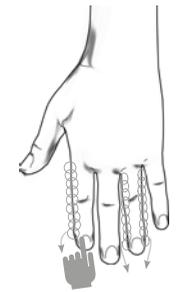
Hand halten. Mit den Daumen den Handrücken von den Fingern zum Handgelenk hin fächerförmig ausstreichen (drei bis viermal).

2



Die Daumen mit sanftem Druck von der Handwurzel, zwischen den Mittelhandknochen entlang zu den einzelnen Fingerzwischenräumen ziehen und dort den Druck kurz halten (jede Strecke dreimal).

3



Einen Finger nach dem anderen erst seitlich vom Fingergrundgelenk zur Fingerspitze mit Daumen und Zeigefinger ausstreichen. In umgekehrter Richtung „Zugfahren“: kleine kreisende Bewegungen mit Daumen und Zeigefinger zur Fingerwurzel hin. Den Finger kurz umschließen, abschließend mit leichtem Druck auf den Fingernagel die Berührung des Fingers abschließen (einmal pro Finger).

4



Wie bei 1 danach Hand wenden.

5



Wie bei 2 jetzt auf der Handinnenfläche.

6



Handinnenfläche „putzen“: mit Zeige-, Mittel- und Ringfinger die Handinnenfläche im Uhrzeigersinn kreisend „putzen“.

7



Mit leichtem Druck Handgelenk auf Handgelenk, Puls auf Puls drücken, dann die Hand zu den Fingerspitzen hin ausstreichen (dreimal wiederholen). Danach Hand wieder wenden.

8



Das Handgelenk beidseitig erst mit dem Daumen (oben/ seitlich) dann mit dem Zeigefinger (unten/ seitlich) kreisend massieren.

9



Wie bei 1 danach die Hand kurz festhalten und dann ins Handtuch einschlagen.

10

Die Berührung der zweiten Hand erfolgt nach dem gleichen Schema.