

AYApedia



Spiritualität

Empfehlungen der Fachgesellschaft zur Diagnostik und Therapie
hämatologischer und onkologischer Erkrankungen

Herausgeber

DGHO Deutsche Gesellschaft für Hämatologie und
Medizinische Onkologie e.V.
Alexanderplatz 1
10178 Berlin

Geschäftsführender Vorsitzender: Prof. Dr. med. Michael Hallek

Telefon: +49 (0)30 27 87 60 89 - 0
Telefax: +49 (0)30 27 87 60 89 - 18

info@dgho.de
www.dgho.de

Ansprechpartner

Prof. Dr. med. Bernhard Wörmann
Medizinischer Leiter

Quelle

www.onkopedia.com

Die Empfehlungen der DGHO für die Diagnostik und Therapie hämatologischer und onkologischer Erkrankungen entbinden die verantwortliche Ärztin / den verantwortlichen Arzt nicht davon, notwendige Diagnostik, Indikationen, Kontraindikationen und Dosierungen im Einzelfall zu überprüfen! Die DGHO übernimmt für Empfehlungen keine Gewähr.

Inhaltsverzeichnis

1 Allgemeine Informationen	2
2 Gut zu wissen	2
2.1 Symbole.....	2
2.2 Rituale	3
2.3 Meditation und Gebet	3
2.4 Spiritualität hat viele Gesichter	3
3 Tipps und Tricks	3
3.1 Über Bedürfnisse reden	3
3.2 Wichtige Rituale leben – auch im Krankenhaus	4
3.3 Freiräume schaffen, um die persönliche Kraftquelle so zu leben, wie es wichtig ist!	4
4 Gender	4
5 Anschriften der Experten	4
6 Erklärungen zu möglichen Interessenkonflikten	4

Spiritualität

Erstellung der Leitlinie:

- [Regelwerk](#)
- [Interessenkonflikte](#)

Autoren: Jens Richard Stäudle

1 Allgemeine Informationen

Spiritualität, wozu das denn?

Spiritualität – eine Kraftquelle für viele. Aber was ist damit gemeint? Für den einen bedeutet es, zur Ruhe zu kommen, zu sich selbst zu finden und mit sich selbst in Kontakt zu kommen. Dabei wird der Begriff eher innerweltlich (immanent) verstanden. Für andere Menschen hat Spiritualität eher mehr mit Glauben, Gott, religiösen Übungen oder einer übernatürlichen Ebene (transzendent) zu tun.

Spiritualität ist in vielen Kulturen ein völlig normaler Lebensbereich. Gebete, Ruhe, Meditation oder spirituelle Übungen gehören für viele Menschen ganz selbstverständlich zum Alltag. In Mitteleuropa haben dagegen viele Menschen den Bezug dazu verloren. In schwierigen Zeiten kann das Bedürfnis, wieder zu sich selbst zu finden oder mit den Übernatürlichen, der Natur oder mit Gott in Kontakt zu kommen wieder sehr bedeutend werden.

Auch wenn wir in einer sehr offenen Gesellschaft leben, ist Spiritualität weitgehend aus dem öffentlichen Alltag verschwunden und etwas rein Persönliches, ja fast Intimes geworden. Deshalb braucht man es etwas Mut, sich den Freiraum zu schaffen und seinen eigenen Weg zu gehen.

2 Gut zu wissen

Worin drückt sich Spiritualität aus?

Spiritualität hat viele Gesichter und kann sich zum Beispiel in bestimmten Symbolen oder Ritualen, denen eine Bedeutung zugeschrieben wird, als auch in der Meditation oder im Gebet ausdrücken. Nachfolgend dazu ein paar Erläuterungen.

2.1 Symbole

Für viele extrem wichtig: Symbole. Ein gemeinsames Profilbild in sozialen Medien kann ein wichtiges Symbol der Beziehung sein. Das Bild kann z.B. daran erinnern, dass da jemand ist, der für dich da ist, der dich liebt und der zu dir gehört. Auch religiöse Symbole können an tiefere Wahrheit erinnern und somit Kraft geben. Welche Symbole für dich wichtig sind, ist individuell sehr unterschiedlich, aber sie können an Sinnhaftigkeit erinnern und somit Kraft geben. Da ist auch so einiges im Krankenhaus möglich!

Wir alle benötigen immer wieder Menschen, die uns unterstützen. In schwierigen Lebensphasen können Mitmenschen dabei helfen, mit der eigenen Kraftquelle in Kontakt zu bleiben. Das können Geistliche oder einfach auch gute Freunde sein. Oft erleben junge Patienten, dass Freunde durch die Krankheit überfordert sind und sich aus Unsicherheit weniger melden. Hier hilft vielleicht ein offenes und ehrliches Gespräch mit den betreffenden Personen (siehe auch Kapitel 3 - Tipps und Tricks).

2.2 Rituale

Rituale gehören zu unserem Leben und geben uns oft Halt und Sicherheit. Das kann das gemeinsame Frühstück am Sonntag sein, der Fernseh-abend, religiöse Rituale oder eine feste Zeit der Meditation sein. Muslime waschen sich in der Moschee die Füße vor dem Gebet als Zeichen der spirituellen Reinigung. Christen feiern gemeinsam das Abendmahl als Zeichen der Liebe Gottes zu den Menschen.

Rituale sind sehr unterschiedlich und es geht ähnlich wie bei Symbolen darum einen tieferen Zusammenhang oder eine tiefe Wahrheit für uns Menschen sichtbar bzw. greifbar zu machen. Spirituelle Rituale oder „Zeichenhandlungen“ sind für viele hilfreiche Erinnerungen im Krankenhausalltag, dass es mehr zwischen Himmel und Erde gibt, als wir verstehen und sehen können. Weiter können sie Sicherheit geben und helfen mit den Herausforderungen, die bei einer Krebserkrankung auf einen zukommen, besser zurecht zu kommen.

2.3 Meditation und Gebet

Mit sich selbst oder einer „höheren Macht“ in Kontakt sein! Die Meditation oder auch das Gespräch mit einer „höheren Macht“ sind etwas sehr Persönliches und für viele Menschen eine Kraftquelle.

In Zeiten, in denen Krankheit, Unsicherheit oder Angst das Leben schwierig machen, kann die Meditation oder das Gebet Kraft geben, zur Ruhe kommen lassen und einen Blick über den eigenen Tellerrand ermöglichen.

So unterschiedlich wie wir Menschen unsere Beziehungen leben, wird auch Glaube und Spiritualität gelebt. Niemand möchte gestört werden, während wir mit dem Freund oder der Freundin zusammen sind, kuscheln oder wichtige Themen besprechen. Dieser persönliche Freiraum der Intimität in einer Beziehung unterscheidet sich gar nicht so sehr von spirituellen Momenten, die genauso ihren Platz und ihren geschützten Rahmen haben dürfen.

Vielleicht mangelt es im Krankenhaus an Sensibilität oder dem ungestörten Rahmen, den Glauben zu leben. Dann ist es wichtig und hilfreich, mit Pflegenden oder dem ärztlichen Team zu besprechen, wie und wann es möglich ist, einen ungestörten Moment zu schaffen.

2.4 Spiritualität hat viele Gesichter

Hoffnung, das Gefühl geliebt zu sein, Vertrauen, Sicherheit und Geborgenheit – all das kann Spiritualität geben. Manche Menschen erleben sie in der Natur, in der Kunst, im Sport, in sexuellen Erfahrungen, in Mitmenschen oder in unterschiedlichen Religionen. Jede Form hat ihre Berechtigung und ist gut so, wie sie ist.

3 Tipps und Tricks

3.1 Über Bedürfnisse reden

Reden Sie mit Ihren Freunden, Familienangehörigen, nahestehenden Bezugspersonen über Ihre Bedürfnisse und sagen Sie ihnen, was sie tun können, wie sie für Sie da sein können und was konkrete hilfreiche Unterstützung ist!

Das können auch ganz praktische Sachen sein, wie zum Beispiel Wäsche waschen, zusammen Filme schauen, Musik hören, spielen oder aber auch spirituelle Unterstützung wie zusammen zu beten, zu reden, zu schweigen oder zu meditieren.

3.2 Wichtige Rituale leben - auch im Krankenhaus

Die innere Kraftquelle ist wichtig! Sie kann Kraft geben durchzuhalten, auch wenn so vieles in einer Krankheitsphase schwierig ist. Gewohnte Rituale können Mut machen und Sicherheit geben.

In einem Krankenhaus liegt der Fokus oft mehr auf der rein medizinischen Betreuung. Vielleicht gibt es doch hilfreiche Gespräche mit einfühlsamen Pflegenden, Ärzten oder Psychoonkologen. Den Blick für eigene Rituale kann aber nur jeder selber für sich haben, weil das etwas ganz Persönliches ist.

Eine gute Idee ist sicher, sich kurz Zeit zu nehmen und zu überlegen, welche Rituale bisher im Leben hilfreich waren, oder welche neuen Rituale man ausprobieren möchte.

3.3 Freiräume schaffen, um die persönliche Kraftquelle so zu leben, wie es wichtig ist!

In der Klinik gibt es oft kaum Ruhephasen, was nicht nur für Ärzte und Pflegende so ist, sondern auch für viele Patienten. Die Tür geht ständig auf und zu und jedes Mal will jemand irgendetwas: Betten machen, Essen bestellen, Frühstück bringen, Visite, Dusche putzen, Vitalwerte messen, Blut abnehmen,... und das alles schon ewig vor neun Uhr!

Bei diesem Betrieb ist es hilfreich mit den Pflegenden und Ärzten zu besprechen, wann man etwas ungestört sein kann. Auf vielen Stationen gibt es Türschilder mit der Aufschrift „Bitte nicht stören“. Pflegende und Ärzte haben Verständnis für das Bedürfnis, mal ungestört sein zu wollen.

4 Gender

Die in diesem Text verwendeten Genderbegriffe vertreten alle Geschlechtsformen.

5 Anschriften der Experten

Jens Richard Stäudle

Robert-Bosch-Krankenhaus GmbH

Auerbachstr. 110

70376 Stuttgart

Tel: 0711 8101-5200

Fax: 0711 8101-6121

Jens.Staueudle@rbk.de

6 Erklärungen zu möglichen Interessenkonflikten

nach den [Regeln der tragenden Fachgesellschaften](#)