

# Palliative Atemtherapie (PAT)

**Die Palliative Atemtherapie** begleitet schwerkranke und sterbende Menschen und wurde in den 90iger Jahren in das palliative Konzept der Hospizbewegung integriert.

**Die Palliative Atemtherapie** ist eine ganzheitliche Behandlungsweise. Sie aktiviert und stärkt den natürlichen Atem in seinem Rhythmus, in der Tiefe und Intensität.

Dies geschieht durch die Behandlungen, durch Übungen mit dem Atem und im Gespräch. In der Behandlung arbeitet die Therapeutin mit fließenden Streichungen, geführten Bewegungen, sanftem Druck, leichten Massagen und immer wieder mit ruhendem Kontakt der Hände auf dem Leib.

In dieser Weise berührt zu werden unterstützt ein tieferes Erleben von sich selbst.

Diese meist nonverbale Kommunikation während der Behandlung (Gespräch ohne Worte) ermöglicht auch Menschen zu erreichen, die sich nicht mehr äußern können und begleitet später auch den Sterbeprozess.

Die Berührung und die Arbeit mit dem bewussten Atem ermöglichen es, sich dem Geschehen zu überlassen und innerlich mitzugehen.



## PatientInnen erleben und erfahren:

- Linderung von Beschwerden, z.B. Atemnot, Übelkeit, Schmerzen
- Bewegungseinschränkungen
- Ausgleich emotionaler Zustände, z.B. Unruhe, Angst, Trauer
- Gesunde und heile Bereiche in sich
- Entspannung, seelisches und körperliches Wohlbefinden
- Ruhe, Wärme, Nähe und Geborgenheit
- Ressourcen und Selbsthilfekompetenz
- Unterstützung im Abschied nehmen

Dieser begleitende Weg ist auch ein Angebot für die Angehörigen und für das soziale Umfeld.

Kosten:

Übernehmen in der Regel die stationären Einrichtungen und ambulanten Dienste.

## AtemtherapeutInnen, die Palliative Atemtherapie anbieten, sind

Teil des multiprofessionellen Teams von Palliativstationen, Hospizen und häuslichen ambulanten Diensten.

Atemtherapeutinnen, die in diesem Bereich arbeiten, haben sich in München zu einem Netzwerk zusammengeschlossen. Wir haben eine drei- bis fünfjährige Ausbildung in verschiedenen atemtherapeutischen Schulen abgeschlossen und arbeiten überwiegend freiberuflich in den Institutionen gemäß der Hospizidee:

*„Nicht dem Leben mehr Tage geben, sondern den Tagen mehr Leben.“*

(Cicely Saunders, Begründerin der Hospizbewegung)



Überreicht durch:

Copyright:  
PAT Arbeitskreis München:  
E. Geese, J. Polder-Wehle, I. Summer,  
U. Schubert, C. Meyne

## Palliative Atem Therapie

