

Vorwort

Ekel ist bis heute leider noch eines der Tabuthemen in Gesundheitsberufen. Dabei scheint es keinen Unterschied zwischen dem Pflegeprofi im Gesundheitswesen oder einem pflegenden Angehörigen Zuhause zu geben. Logisch, denn sowohl der Pflegeprofi, als auch der pflegende Angehörige sind nur Menschen, Menschen mit Gefühlen und Menschen, die auch mal an ihre Grenzen kommen. Sie sind regelmäßig mit ekelauslösenden Situationen konfrontiert, da der Umgang mit den Themen Inkontinenz, übelriechende Wunden, Ausscheidungen und Erbrochenes zum Alltag für Pflegende dazu gehören. Auf solch ekelerregende Situationen nicht mit Ekel reagieren zu wollen, ist kaum bis gar nicht möglich, noch sinnvoll, vor allem aber eines: UNGESUND. Denn werden Gefühle dauerhaft unterdrückt, verleugnet und nicht ernst genommen, führt dies zu Stress, Frustration, Wut und Aggression, was wiederum den Pflegenden oder Arzt krank machen kann, oder sich ungut auf die Pflege- und Vertrauensbeziehung auswirkt, sogar bis hin zu Aggression und Gewalt gegen den Patienten führen kann.

Obwohl Ekel ein natürliches Gefühl ist, das man nur bedingt, wenn überhaupt steuern kann, ist es für Pflegeprofis zumeist ein Tabu. So höre ich häufig: »Wer sich da ekelt, der ist für den Beruf nicht geeignet!« oder »Daran gewöhnt man sich schnell!« Auch pflegende Angehörige verbieten sich das Eingeständnis, sich vor der eigenen Mutter oder dem eigenen Vater zu ekeln, mit der Begründung: »Das geht doch nicht! Schließlich haben die mir früher auch den Po abgeputzt und das vom Erbrochenen beschmutzte Bett frisch gemacht, da muss ich

nun eben auch die Zähne zusammen beißen, das bin ich ihnen nun schuldig!«

Doch wer bestimmt das? Wer verbietet uns Ekelgefühle? Darf man sich nicht ekeln, wenn ein Zimmer über und über mit Kot beschmiert ist? Oder wenn ein Klient sich beim Transfer direkt über einem erbricht und man am liebsten nur noch flüchten möchte, weil es sich nass-warm-weich anfühlt und noch dazu stechend-übel riecht? Kann man sich an so etwas jemals gewöhnen? Sich den Ekel, der doch ganz natürlich ist, gar abgewöhnen? Das Ihnen vorliegende Buch soll aufklären und neben dem Aufruf, offener mit dem Thema Ekel und letztlich achtsam(er) mit sich und dem Gegenüber umzugehen, auch Lösungsstrategien sowohl für den Einzelnen, als auch für die Institutionen des Gesundheitswesens anbieten.

Marion Jettenberger

Im März 2017

Ekel - Professioneller Umgang mit Ekelgefühlen in
Gesundheitsfachberufen

Jettenberger, M.

2017, X, 86 S., Softcover

ISBN: 978-3-662-54154-8