

Realität + Ablehnung

Diese Sätze helfen dem Patienten/ der Patientin seine/ihre Gedanken besser zu sortieren.

- Manchmal bist du vielleicht verwirrt und siehst Dinge, die nicht wirklich hier sind. Aber alle hier sind da, um dir zu helfen, damit du dich bald klarer und besser fühlst.
- Vielleicht hattest du Träume, die sich real angefühlt haben. Es könnte schwierig sein zu sagen, was wirklich passiert und was ein Traum ist. Aber wenn ich deine Hand drücke, kannst du sicher sein, dass das echt ist.
- Es könnte dir noch schwerfallen, dich zu konzentrieren. Aber dein Kopf wird wieder klarer werden.
- Wir denken alle an dich, auch wenn wir zu Hause sind oder du schläfst und träumst.

Was können Sie tun, wenn Ihr erkrankter Angehöriger Sie nicht sehen will?

Manchmal möchte Ihr kranker Angehöriger Sie vielleicht nicht sehen, Sie könnten beschimpft werden oder Ihr Angehöriger könnte sogar wollen, dass Sie ihn/sie nach Hause nehmen. Versuchen Sie in solchen Momenten zu verstehen, was ihn/sie vielleicht beunruhigt. Personen mit einem Delir fühlen sich oft bedroht oder unwohl und leben in ihrer eigenen Welt.

Beobachten Sie, ob Ihre Anwesenheit, Berührung oder Worte Ihren Angehörigen beruhigen können. Vielleicht ist er/sie auch aufgeregt, weil er/sie Ihnen etwas mitteilen möchte. Wenn keine Beruhigung möglich ist und Sie an Ihre Grenzen kommen, ist es okay, eine kurze Pause zu machen und die Station zu verlassen. Manchmal ist es am besten, sich zu verabschieden und am nächsten Tag wiederzukommen.

Sie können auch mit dem Behandlungsteam vereinbaren, sich nach dem Besuch telefonisch zu erkundigen, wie es Ihrem Angehörigen geht und ob er/sie wieder zur Ruhe gekommen ist.

Denken Sie auch an sich

Wie können Sie die Kraft behalten?

Einen kranken Menschen im Delir zu begleiten, ist eine sehr intensive Aufgabe, die Ihre Kraft fordern kann. Um gestärkt zu sein, ist es vielleicht für Sie hilfreich:

- Mit einem vertrauten Menschen und/oder dem Behandlungsteam über das zu sprechen, was Sie bewegt. Auch Empfindungen von Scham über das Verhalten Ihres erkrankten Angehörigen sind normal und können ausgesprochen werden.
- Beim Besuch auf der Station Pausen einzulegen, in denen Sie die Station verlassen und beispielsweise spazieren gehen.
- Sich mit anderen nahen Angehörigen beim Besuch abzuwechseln.
- Ein Tagebuch zu führen, in welchem Gedanken und Gefühle niedergeschrieben werden.
- Dann zu Besuch zu kommen, wenn Sie ein Mindestmaß an Schlaf hatten und gegessen sowie getrunken haben.
- Sich gesunde Strategien für die eigene Beruhigung zu überlegen und nicht auf Medikamente oder Alkohol zurückzugreifen.
- Angebote von Freunden und Familienangehörigen zur Entlastung und Unterstützung anzunehmen.

Gemeinsam begleiten wir den Patienten/die Patientin wieder zurück in die Realität.

Wenn Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich bitte an das behandelnde Team. Wir wünschen Ihnen und dem Patienten, bzw. der Patientin alles Gute!

Peter Nydahl, Susanne Krotsetis; UKSH Pflegewissenschaft und Pflegeentwicklung

www.uksh.de/delir

Dieser Flyer basiert auf Studien von Munro et al 2017, 2021, Kasapoğlu et al 2021, Contreras et al 2021 und Liang et al. 2023 und wurde 2024 veröffentlicht: <https://doi.org/10.1111/nicc.13169>

Wissen schafft Gesundheit

UK
SH

UNIVERSITÄTSKLINIKUM
Schleswig-Holstein



Titelbild: adobeStock.com; ; Stabsstelle Integrierte Kommunikation; G. Weinberger; Stand Nov. 2024

www.uksh.de

Pflegeforschung



Verwirrtheit – Delir

Wie Angehörige durch Worte helfen können

Mit den richtigen Wörtern Sicherheit und Orientierung schaffen

Liebe Angehörige,

manche Menschen, die im Krankenhaus behandelt werden, können verwirrt sein und vergessen die Zeit und wo sie sind. Wir sprechen dann von einem Delir. Ein Delir tritt auf, wenn das Gehirn nicht richtig funktioniert. Es kann durch die schwere Erkrankung, Entzündungen oder andere Gründe hervorgerufen werden. Als Angehörige können Sie Folgendes bemerken:

- Ihr Angehöriger weiß nicht, wo er/sie ist oder was mit ihm/ihr passiert.
- Er oder sie denkt vielleicht, dass er/sie woanders als im Krankenhaus ist und ist besorgt darüber, was passiert.
- Ihr Angehöriger kann sehr schläfrig sein und dann plötzlich sehr wach und unruhig.
- Sie könnten feststellen, dass Ihr Angehöriger sich anders verhält, was für Sie ungewohnt oder beunruhigend sein kann.

Das medizinische Team hilft den Patientinnen und Patienten, ein Delir zu verhindern, es frühzeitig zu erkennen und zu behandeln. Wenn Sie bemerken, dass Ihr Angehöriger anders als sonst ist, so sagen Sie uns bitte Bescheid!

Wie machen wir das?

Als Pflegepersonen und Ärztinnen und Ärzte kümmern wir uns um Ihren Angehörigen. Wir untersuchen ihn/sie regelmäßig und behandeln die Gründe für das Delir. Je nachdem, wie es ihm/ihr geht, setzen wir verschiedene pflegerische, therapeutische und medizinische Maßnahmen ein, die speziell auf die Person abgestimmt sind. Dazu gehören zum Beispiel Bewegungsübungen, gedimmtes Licht für den Schlaf oder manchmal auch Medikamente. In der Regel geht ein Delir nach ein paar Tagen vorüber. Sie können uns helfen, indem Sie uns sagen, was für ihn/sie wichtig ist.

Sie als Angehörige sind eine wichtige Unterstützung, wenn es Ihnen möglich ist bei ihm/ihr zu sein!

Ihr erkrankter Angehöriger

- kann sich sicherer fühlen, wenn Sie da sind,
- hört, sieht und spürt eine vertraute Person,
- kann besser zur Realität zurückfinden.

Wie können Sie mit dem Patienten/der Patientin sprechen?

Vielleicht fragen Sie sich, wie Sie in dieser ungewohnten Situation mit ihrem erkrankten Angehörigen sprechen und was sie ihm/ihr sagen können. Hier sind einige Vorschläge. Wichtig ist, dass Sie die Vorschläge nutzen, um Wörter zu finden, die zu Ihnen und Ihrem erkrankten Angehörigen passen. Wenn Sie sich an den nachfolgenden Sätzen orientieren, sprechen Sie positiv und beruhigend mit dem Patienten/der Patientin. Das ist hilfreich.

Diese Sätze vermitteln Sicherheit und Orientierung

- Du bist im Krankenhaus und wirst hier gut versorgt.
- Ärzte, Pflegepersonen und auch wir sind an Deiner Seite.
- Du bist hier sicher.
- Alle Personen, die Du hier vielleicht hören oder auch sehen kannst, kümmern sich um Dich.
- Du bist hier gut aufgehoben.
- Die Pflegepersonen und Ärzte sorgen sich um Dich und tun alles, damit es Dir besser geht.
- Die ganze Familie weiß, dass du hier bist und wir kommen und kümmern uns um dich.
- Du kannst Dir sicher sein, dass zu Hause alles in Ordnung ist, wir kümmern uns darum.

Diese Sätze helfen dem Patienten/der Patientin Geräusche und Körperempfindungen einzuordnen.

- Du hörst vielleicht ungewohnte Geräusche, zum Beispiel dieses Piepen. Alle Geräusche sind normal und dafür da, dass Ärzte und Pflegepersonen gut für Dich sorgen können.
- Du kannst Dich noch nicht wie sonst bewegen, weil Dein Körper noch Zeit für die Erholung braucht. Du kannst einfach noch ruhig liegen bleiben. Ich bin bei Dir.
- Du kannst etwas an den Handgelenken haben, um Dich davon abzuhalten, die Kabel und Schläuche zufällig zu ziehen.
- Versuch bitte das zu tun, was die Ärzte und Pflegepersonen Dir sagen, damit es Dir besser gehen kann.
- Du bekommst noch Unterstützung beim Luftholen. Das merkst Du bestimmt an einem ungewohnten Gefühl in Deinem Mund oder Nase.*

- Es kann sich anfühlen, als würdest Du durch einen Strohhalm atmen. Der Schlauch in Deinem Mund oder Nase hilft Dir beim Atmen. Es kann sich ungewohnt anfühlen. Das ist okay. Ich weiß, es ist schwer. Versuch langsam zu atmen. Ich bin hier, um Dir zu helfen.*

* Im Fall von Sauerstoffgabe oder einer künstlichen Beatmung

Wenn ihr erkrankter Angehöriger sehr unruhig ist, können folgende Sätze hilfreich sein:

- Dein Körper muss noch Kraft schöpfen. Deswegen bist Du hier, weil Du Dich hier am besten erholen kannst.
- Ich bleibe bei Dir, bis Du Dich ruhiger fühlst.
- Du siehst, dass alle hier bemüht sind Dir zu helfen.
- Ich sehe, dass Du Dir gerade Sorgen machst oder vielleicht etwas Merkwürdiges erlebst. Du kannst Dir sicher sein, dass hier alles in Ordnung ist und Du gut aufgehoben bist.
- Du wirst vielleicht merken, dass Du Dich ruhiger fühlen kannst, wenn ich Deine Hand halte.
- Ich habe noch wichtige Fragen/Informationen, die ich mit Dir besprechen möchte. Kannst Du Dich darauf konzentrieren, das mit mir zu besprechen?