

# (Über-) Leben auf der Intensivstation

Für die meisten Menschen ändert sich nach einer längeren intensivmedizinischen Therapie das weitere Leben total. Die intensivmedizinische Therapie ist die erste Station nach bzw. bei einer meist lebensbedrohlichen Situation. Es ist für viele Patienten der Beginn eines neuen Lebens. Ich vergleiche es immer mit einer (Neu-) Geburt oder einem Kleinkind. Man muss vieles oder sogar alles neu erlernen. Gleichzeitig muss, im Gegensatz zum Kleinkind, das Erlebte verarbeitet werden. Dieser Weg in ein neues Leben, der ohnehin schwer genug ist, muss den Patienten möglichst einfach gestaltet werden. Dafür kann und muss bereits auf der Intensivstation der Grundstein gelegt werden.

## **Medizinische Maßnahmen**

Die medizinischen Maßnahmen möchte ich nicht weiter erklären, da ich dafür fachlich nicht geeignet bin und ich außerdem davon ausgehe, dass es vielfach sowieso gängige Praxis auf der Intensivstation ist:

- Verkürzung der Liegezeit durch schnelle und effiziente Behandlung
- Möglichst frühzeitig mit der Entwöhnung von der künstlichen Beatmung beginnen
- Möglichst frühzeitig mit Reha-Maßnahmen beginnen – z.B. Physio- und Ergotherapie noch auf der Intensivstation

Sicherlich gibt es noch mehr medizinische Möglichkeiten, die angewendet werden können.

## **Maßnahmen zur Betreuung der Patienten auf der Intensivstation (Soft facts)**

Zusätzlich zu den medizinischen Maßnahmen kann man auf der Intensivstation ohne großen zusätzlichen Aufwand, Bedingungen schaffen, die zum Einen es den Patienten ermöglichen, sich in ihrem weiteren Leben besser zurecht zu finden und andererseits vielleicht die Spät- und Langzeitfolgen etwas lindern bzw. es ermöglichen etwas besser damit zurecht zu kommen. Einige Beispiele aus meinem persönlichen Erleben nach drei Wochen ITS:

- Führung eines Tagebuches bzw. Hinweis an die Angehörigen es zu tun, um den Patienten die Möglichkeit zu geben, das Erlebte auf der Intensivstation später besser aufarbeiten zu können. Über diese Zeit hat man als Patient meistens sehr wenig Erinnerung. Mir haben die Aufzeichnungen meiner Frau sehr geholfen. Mein Leben hat sich in dieser Zeit grundlegend und einschneidend geändert und ich wusste nichts über diese Zeit. Erst nach einem Jahr war ich in der Lage mich damit zu beschäftigen.
- Keine negativen Nachrichten im Krankenzimmer verkünden. Die Verbreitung von Zuversicht und Vertrauen ist ganz wichtig. Bei Handlungen am Patienten (außer bei OP) verständlich und ruhig erklären, was man gerade macht. Die Patienten bekommen manchmal mehr mit, als man glaubt, ohne dass sie in der Lage sind irgendwie merkbar darauf zu reagieren
- „Glücksbringer“ mit Sichtkontakt am Krankenbett zulassen. Mich hat ständig ein kleiner „Trost- und Glücksbär“ angelächelt. Wenn ich mal kurz wach wurde, hat er mir freudige, wenn auch nur kurze, Augenblicke geschaffen.
- Es ist wichtig insgesamt eine möglichst angenehme Atmosphäre und damit Vertrauen zu schaffen. Eine Ärztin hat bei mir z.B. bei jeder Visite immer die Hand gehalten. Das hat mir positive Energie und Vertrauen gegeben – alles wird gut!
- Hilfreich ist es auch den Patienten ein Zeitgefühl zu vermitteln. Vielleicht eine Tafel mit Anzeige von Datum / Uhrzeit / Tageszeit / Zeitraum im Sichtfeld platzieren.
- Bei Verlegung von der Intensivstation Hinweise über mögliche Spät- und Langzeitfolgen mitgeben ist ein ganz wichtiger Punkt. Mir hätte es zwei Jahre Unwissenheit erspart.