Unterstützungsangebote in Tübingen:

Wenn Sie sich als Angehöriger Sorgen machen oder mehr über das Thema Delir erfahren wollen, dürfen Sie sich gerne jederzeit an das zuständige Pflegepersonal und die Ärzte wenden.
Darüber hinaus können Sie sich auch gerne an die unten stehende Adresse wenden.

Geriatrisches Zentrum
am Universitätsklinikum Tübingen
Calwerstraße 14
72076 Tübingen
Pr. Dr. med. Gerhard W. Eschweiler
Tel. Sekretariat Marina Kaiser: 07071 / 2987517
Tel. PAWEL-Studie: 07071 / 2984040
E-Mail: pawel@med.uni-tuebingen.de

Pawel.
Patientensicherheit. Wirtschaftlichkeit. Lebensqualität.

UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Geriatrisches Zentrum
am Universitätsklinikum Tübingen

Das Delir

akute Verwirrtheit bei älteren Menschen



Eine Informationsbroschüre für Angehörige und Interessierte

UNIVERSITÄTS KLINIKUM TÜBINGEN

Geriatrisches Zentrum
am Universitätsklinikum Tübingen

Vorwort

„Seit mein Angehöriger im Krankenhaus ist, benimmt er sich so anders!“

Diesen Satz hören wir im Klinikalltag häufig. Gerade im Krankenhaus geraten ältere Menschen häufig in einen deliranten Zustand/ Verwirrtheitszustand.

Dieser akute Verwirrtheitszustand kann durch die fremde Krankenhausumgebung oder durch die unterschiedlichen Eindrücke, ausgelöst werden. So kommt es vor dass die Betroffenen sich häufig anders verhalten als daheim.

Diese Informationsbroschüre soll dazu dienen, sich auf ein eventuell auftretendes Delir vorzubereiten, sich darüber zu informieren und vorbeugende Maßnahmen zu treffen.

Wie können Sie unterstützen?

> Ist Ihr Angehöriger unruhig und möchte herumlaufen, versuchen Sie nicht ihn davon abzuhalten. Achten Sie aber darauf, dass er festes Schuhwerk trägt und Stolperfallen aus dem Weg geräumt werden.

> Bringen Sie persönliche Gegenstände mit, die Ihren Angehörigen an zu Hause erinnert wie z.B. Fotos, Radio/ CD-Spieler mit Lieblingsmusik oder andere persönliche Gegenstände.

> Informieren Sie das Fachpersonal über besondere persönliche Eigenschaften, die es ermöglichen, Ihren Angehörigen in einem delirianten Zustand zu beruhigen, wie z.B. Namen von Familie oder Freunden, Hobbies etc.

Diese Broschüre wurde im Rahmen des PAWEL-Projektes am Klinikum Stuttgart erstellt und den Kooperationspartnern zur Verfügung gestellt. Wir danken PD. Dr. C. Thomas für die Inhalte, welche wir für das UKT angepasst haben.
(Stand: Februar 2019)

© Klinkum Stuttgart PD. Dr. C. Thomas

Wie können Sie unterstützen?

Familienangehörige und Freunde können dem Per- sonal, das den Betroffenen während eines Delirs betreut, wichtige Inforamtionen liefern. Gerade im hektischen Krankenhausalltag kann es vorkommen, dass gefährdete Patienten die Orientierung verlieren. Aus diesem Grund ist es wichtig, dass das Personal umge- hend informiert wird, sollte sich der körperliche oder seelische Zustand des Patienten verändern.
Menschen mit einem Delir empfinden es als beruhigend, wenn sie vertraute Personen sehen. Besuche durch diese können die professionelle Pflege unterstützen. Folgende Aspekte sollten dabei im Umgang mit Ihrem Angehörigen beachtet werden:

> Sprechen Sie langsam und deutlich zu jemandem mit einem Delir. Zur Orientierung kann es hilfreich sein, wenn Sie sich selbst und Ihren Angehörigen beim Namen nennen.

> Achten Sie auf eine adäquate Nahrungs- und Flüssigkeitszufuhr und leisten Sie ggf. Hilfestellung.

> Wissen zu Ort und Zeit bietet Orientierung. Erinnern Sie Ihren Angehörigen, wo sich dieser befindet, welcher Tag und welche Uhrzeit ist.

> Einschränkungen der Seh- und Hörfähigkeit können die Verwirrung weiter verschlechtern. Sollte Ihr Angehöriger eine Brille oder Hörgeräte benötigen achten Sie darauf, dass er diese trägt.

© Klinkum Stuttgart PD. Dr. C. Thomas

Inhalt

Was ist Delir? 4

Wer ist gefährdet? 5

Welche Symptome hat ein Delir? 5

Was könnten die Ursachen sein? 6

Wie beginnt ein Delir? 6

Wie lange kann ein Delir andauern? 7

Kann sich ein Delir wiederholen? 7

Wie wird ein Delir behandelt? 7

Das aktiver Programm zur Delirprävention 8

Wie können Sie unterstützen? 13

Unterstützungsangebote in Tübingen 15

Was ist ein Delir?

Das Delir ist ein häufig auftretendes medizinisches Problem bei älteren Menschen, welches von einer **mentalen Veränderung** begleitet wird.

Das Delir ist ein plötzlich auftretender **Verwirrtheitszustand**, welcher häufig mit einer Elektrolytverschiebung oder einer Stoffwechselstörung im Gehirn einhergeht. Bei älteren Menschen tritt dieser Zustand häufig während eines Krankenhausaufenthaltes auf. Dieser wird unter anderem durch Nahrungs- und Flüssigkeitsmangel, Entzündungen, Narkosen/Ope- rationen oder psychische Belastungen verursacht.

Die Betroffenen zeigen ein plötzlich auftretendes, **ungewöhnliches Verhalten**; für Stunden bis Tage sind Bewusstsein, Denken und Handeln verändert. Dieser Zustand kann bei Nichtbehandlung gravierende Folgen haben. Die Betroffenen sind dann oft herausfordernd im Verhalten oder teilnahmslos, häufig haben sie einen veränderten Tag-Nacht-Rhythmus. Dies kann zu einer immensen Verschlechterung der Alltagsfähigkeiten und Lebensqualität führen.

Die Betroffenen spüren in diesem Zustand oft, dass etwas mit ihnen nicht stimmt, jedoch wird dieser Zustand auch als sehr real wahrgenommen, weshalb ihnen ihr Verhalten angemessen erscheint, auch wenn dies für die Mitmenschen nicht der Fall ist. Es kann sein, dass die Betroffenen sich im Nachhinein an den Verwirrtheitszustand erinnern können. Dies kann ein **Schamgefühl** auslösen, da den Betroffenen ihr Verhalten häufig unangenehm ist. Einfühlsames Verhalten und **Unterstützung** durch Fachkräfte sind hierbei für die Betroffenen hilfreich, damit diese langsam wieder in die Wirklichkeit zurückfinden und diesen Zustand im Nachhinein besser verarbeiten können.

© Klinkum Stuttgart PD. Dr. C. Thomas

Entspannung und Schlafförderung

Schlafstörungen bei älteren Menschen im Kranken- haus sind ein bedeutsames Problem, da diese zum Teil erhebliche Auswirkungen auf die Erholung während der Erkrankung haben können. Eine ungewohnte Umgebung, fremde Geräusche oder Lärm können Unruhe und Angst verstärken. Im Krankenhaus steigt das Risiko, dass der Tag-Nacht-Rhythmus durcheinandergerät. Der gewohnte Tagesablauf, die Aufwach- und Einschlafzeiten werden verändert.

Bei älteren Menschen können diese Veränderungen dazu führen, dass Orientierungsstörungen auftreten. Um auch im Krankenhaus gut einschlafen zu können, reicht es nicht aus, einfach das Licht auszuschalten oder ein Schlafmittel zu geben.

Maßnahmen hierzu können sein:

> angenehme, ruhige Musik
> ein warmes Getränk anbieten (Milch, Schlaftee)
> eine entspannte Schlafatmosphäre (Lüften, richtige Zimmertemperatur)
> Aromatücher (Lavendelöl, Bergamottenöl)
> Geräuschquellen mindern
> zusätzliche Kissen/Decken
> Schlafrituale

Maßnahmen, die den älteren Menschen helfen, abends zur Ruhe zu kommen, können den Heilungsverlauf verbessern und dazu beitragen, ungewollte Komplikationen und Risiken (nächtliche Unruhe, Weglaufen, Stürze, Delir) zu verhindern bzw. zu vermeiden.

Unterstützung bei Mahlzeiten

Für die Aufrechterhaltung einer guten Ernährung älterer Menschen zu sorgen, stellt eine ganz besondere Herausforderung für alle Beteiligten dar. Ein guter Ernährungszustand begünstigt den Heilungsprozess und stärkt die natürlichen Abwehrkräfte gegenüber Infektionen. Eine ausreichende Versorgung mit Essen und Trinken kann auch helfen, ein Delir zu verhindern.

Aus vielerlei Gründen können Schwierigkeiten auftreten, einen guten Ernährungszustand bei älteren Patienten aufrecht zu erhalten.

Die aktiver - Betreuungskräfte können, orientiert an den jeweiligen Bedürfnissen und Fähigkeiten, unterschiedliche Hilfen beim Essen und Trinken leisten.

Im Einzelnen sind dies:

> Hilfe mit den Speiseplänen
> Gesellschaft bei den Mahlzeiten
> zum Essen und Trinken anregen
> Assistenz bei der Nahrungsaufnahme
> Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme dokumentieren



© Klinkum Stuttgart PD. Dr. C. Thomas

Wer ist gefährdet?

Menschen die...

> sehr krank sind
> eine demenzielle Erkrankung haben
> 70 Jahre oder älter sind
> an einer Depression leiden
> eine starke Einschränkung der Sehkraft haben
> mehrere Medikamente einnehmen oder
> eine Operation haben z.B. eine Herz- oder Hüft-OP

Welche Symptome hat ein Delir?

Menschen mit einem Delir können (plötzlich)...

> verwirrt oder vergesslich sein
> nicht aufmerksam sein
> verändert in ihrem Verhalten sein
> sehr unruhig oder aggressiv sein aber auch sehr teilnahmslos und schläfrig
> desorientiert bzgl. Zeit, Tag, Ort, Person oder Situation sein
> einen gestörten Tag- Nacht-Rhythmus haben
> ängstlich, aufgebracht, irritiert oder traurig sein
> Dinge sehen, die nicht da sind, aber sehr real auf diese wirken
> ihren Harndrang und Stuhlgang nicht mehr kontrollieren
> in einen Moment bei klarem Verstand, orientiert sein und im nächsten durcheinander, desorientiert

Wie lange hält ein Delir an?

In der Regel hält ein Delir für einige Tage an, kann jedoch auch für Wochen oder Monate fortbestehen. Wird dieser Zustand nicht schnell behandelt, kann es zu schwerwiegenden Folgen wie Stürzen, einem Druckgeschwür, einem längeren Krankenhausaufenthalt oder einer Verschlechterung der Denkleistung kommen. Im schlimmsten Fall kann ein Delir tödlich enden.

Was könnten die Ursachen sein?

Bekannte Ursachen, die ein Delir bei älteren Menschen verursachen können sind:

> Umgebungswechsel, Ortsveränderungen
> Infektionen (bspw. Harnwegsinfekte)
> mehrere körperliche Erkrankungen
> Verstopfungen
> Dehydration (zu wenig Trinken) oder Mangelernährung (Untergewicht oder ein seitige Ernährung)
> starke Schmerzen
> bestimmte Medikamente bzw. zu viele Medikamente (> als 5)
> starker Alkoholkonsum
> Entzug von Alkohol oder Medikamenten (z.B. Schlaf- oder Schmerztabletten)

Wie beginnt ein Delir?

Die Symptome treten akut auf und halten normalerweise über Stunden oder Tage an. Zudem kann sich das Verhalten innerhalb eines Tages rasch ändern. Ein Delir kann manchmal als Demenz oder Depression fehlinterpretiert werden, weshalb es wichtig ist, dass Familienmitglieder oder Freunde dem medizinischen Personal schnellstmöglich eine Rückmeldung geben, sobald Ihr Angehöriger sich im Verhalten ungewöhnlich zeigt.

© Klinkum Stuttgart PD. Dr. C. Thomas

Fit-Besuch

Viele ältere Menschen glauben, während einer Krankheit im Bett liegen bleiben zu müssen, bis es ihnen wieder besser geht. Im Krankenhaus sei diese Schonung eine wichtige Voraussetzung um wieder gesund werden zu können.

Dabei treten bei der sogenannten „Bettruhe“ unterschiedliche Funktionsstörungen der Körperorgane auf. Innerhalb weniger Tage führt die Immobilität zu einer Verschlechterung des Allgemeinzustandes, die Muskelkraft lässt nach und es kommt zu Gleichgewichtsstörungen. Weitere Gesundheitsrisiken sind die Gefahr einer Lungenentzündung oder Venenthrombose, wie auch das Auftreten von Hautproblemen.

Vieles davon lässt sich vermeiden, indem ältere Menschen sich regelmäßig bewegen, immer wieder aufstehen und einige Schritte gehen. Mit dem Fit-Besuch soll erreicht werden, dass ältere Menschen während des Krankenhausaufenthaltes in Bewegung bleiben. Patienten, die aufstehen können, sollen durch den Fit-Besuch die Möglichkeit erhalten, Hilfe und Begleitung beim Gehen zu bekommen. Für Patienten, die aus gesundheitlichen Gründen nicht gehen können, gibt es eine Anleitung, wie sie Bewegungsübungen im Bett durchführen können.



Geriatrisches Zentrum Tübingen

Aktiv-Besuch

Ältere Menschen können, obwohl sie zuhause noch keine Anzeichen von Verwirrtheit zeigen, im Krankenhaus desorientiert und vergesslich werden. Wenn ältere Menschen bereits Einschränkungen haben, können sich diese erheblich verstärken. Die Gründe hierfür sind sehr vielschichtig: die Krankheit selbst, Maßnahmen in der Therapie (OP, Untersuchungen, Infusionen, etc.), neue Medikamente aber auch die ungewohnte Umgebung, die veränderten Tagesabläufe und die vielen neuen Personen, auf die sich der ältere Mensch einstellen muss.

Das Ziel dieses Moduls ist es, das Delir zu vermeiden und das Wohlbefinden zu fördern. Dies kann geschehen, in dem den älteren Menschen mehr Orientierung zu Zeit, Ort, Person und Situation gegeben wird.

Dabei spielt auch die geistige Anregung eine wichtige Rolle und wird z.B. durch folgende Punkte angeregt:

> tägliche Besuche und Gespräche
> Gesellschaftsspiele
> Kreuzworträtsel
> Vorlesen
> Singen



© Klinkum Stuttgart PD. Dr. C. Thomas

Kann sich ein Delir wiederholen?

Menschen, die bereits ein Delir hatten, haben ein erhöhtes Risiko erneut in einen deliranten Zustand zu geraten. Hatte Ihr Angehöriger bereits ein Delir, teilen Sie dies bitte dem Fachpersonal mit.

Wie wird ein Delir behandelt?

Ein Delir kann in Verbindung mit einer bestehenden liegenden körperlichen Erkrankung gebracht werden. Mit Hilfe von geeigneten Testungen und Untersuchungen, welche durch das Fachpersonal vorgenommen werden, ist es möglich, die zu Grunde liegende Ursache für das Delir zu erkennen und Maßnahmen abzuleiten. Die Behandlung erfolgt zunächst durch nicht-medikamentöse Maßnahmen und wird ggf. durch Medikamente ergänzt. Beide Behandlungsansätze zielen dabei auf die Reduzierung von Komplikationen und die Minderung der Symptome ab.

Wie kann ein Delir verhindert werden?

Häufig kann ein Delir verhindert werden, indem folgende Maßnahmen schon bei der Aufnahme in ein Krankenhaus beachtet werden:

> Orientierungshilfen für ältere Menschen (Uhr, Kalender, Familienfotos)
> frühzeitige Mobilisierung
> Vermeidung eines Schlafentzuges/-defizites
> konsequente Verwendung von Seh- und Hörhilfen
> Verhinderung eines Flüssigkeitsdefizites



Das aktiver Programm

mit uns als Team an Ihrer Seite

Das aktiver - Programm entstand aus einem Projekt zum Alters- und Demenzsensiblen Krankenhaus, das am Klinikum Stuttgart durchgeführt wird. Es wird zur Zeit in chirurgischen Abteilungen des UKT angewendet.

aktiver hat zum Ziel, Delir gefährdete Menschen frühzeitig zu erkennen und entsprechende Maßnahmen einzuleiten. Dabei gilt es die körperlichen und geistigen Fähigkeiten dieser Menschen zu fördern und eine größtmögliche Selbstständigkeit beizubehalten bzw. zu erreichen, um sie wieder in ihre Häuslichkeit entlassen zu können.

Speziell ausgebildete Gesundheits- und KrankenpflegerInnen helfen, die Versorgung von älteren, akut Erkrankten, kognitiv eingeschränkten Patienten auf Station zu optimieren, indem sie gefährdete Patienten ab 70 Jahren identifizieren, das Delirrisiko einschätzen und entsprechende Maßnahmen planen. Studierende, Pflegehelfer, Pflegeschüler und Alltagsbegleiter unterstützen bei der Durchführung der Maßnahmen. Sie führen z.B. tägliche Besuche zur Orientierung, Mahlzeitenbegleitung und Mobilisierung in Form von Bewegungsübungen bei den ausgewählten Patienten durch.

Bei Bedarf erfolgt die medizinische Behandlung durch einen Konsiliararzt aus der Psychiatrie.

Die Hauptziele des Programms sind:

> Älteren Menschen zu helfen, ihre kognitiven/ geistigen und körperlichen Funktionen während des gesamten Krankenhausaufenthalts zu erhalten

> Älteren Menschen zu ermöglichen, nach Entlassung aus dem Krankenhaus so selbstständig wie möglich zu sein

> Bei der Entlassung aus dem Krankenhaus zu unterstützen

> Eine Wiederaufnahme ins Krankenhaus zu vermeiden.

Diese Ziele sollen mit Hilfe von 4 Modulen umgesetzt werden.

© Klinkum Stuttgart PD. Dr. C. Thomas