



Wie können Sie Ihre Kraft behalten?

Einen erkrankten 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 Fachpersonal 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 Ihren Angehörigen wieder zurück in die Realität.

**Wenn Sie weitere Fragen haben,
wenden Sie sich bitte an das
behandelnde Team.**

**Wir wünschen Ihnen und Ihrem/Ihrer
Angehörigen alles Gute!**



Weitere Informationen zur
Delirprävention finden Sie
auf unserer Website.

Delir – Wie Angehörige durch Worte helfen können

Handreichung für Angehörige
von Patientinnen und Patienten
im Delir

TUM Klinikum Rechts der Isar

Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin &
Stabsstelle Pflegewissenschaft
Ismaninger Str. 22
81675 München

Tel.: +49 (0)89/4140-5684
E-Mail: delirpraevention.an@mri.tum.de
www.mri.tum.de
www.tumklinikum.de

Diese Informationen wurden von Nydahl et al. (2024) in einem Flyer zusammengefasst und für Fachpersonal veröffentlicht: Nydahl P, Chahdi M, Debue AS, Deffner T, Gallie L, Heras La-Calle G, Galazzi A, Krotsetis S, Lewko A, Liu K, Lindroth H, Paulino MC, van den Boogaard M, von Haken R. You are safe here. An information flyer with re-orientating messages for relatives of patients in delirium. *Nursing in Critical Care*, 2024. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/nicc.13169>

Der Inhalt wurde für das TUM Klinikum angepasst.



Handreichung für Angehörige von Patientinnen und Patienten im Delir

Liebe Angehörige,

in Ergänzung zu unserem Flyer über das postoperative Delir finden Sie hier einige Anregungen, wie Sie mit ihrem erkrankten Angehörigen sprechen können, um während eines akuten Verwirrheitszustandes (Delirs) zu unterstützen.

Sie sind ein wichtiger Teil der Genesung Ihres erkrankten Angehörigen: Er/Sie

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

Wir wollen Ihnen helfen, Worte zu finden, die zu Ihnen und Ihrem erkrankten Angehörigen passen. Sie können sich an den nachfolgenden Sätzen orientieren.



Diese Sätze vermitteln Sicherheit und Informationen zum Ort:

- Du bist im Krankenhaus.
- Ärzte, Ärztinnen, Pflegefachpersonen und auch ich/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, 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 Ihrem Angehörigen 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 echt 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.

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?

Diese Sätze helfen Ihrem Angehörigen Geräusche und Körperempfindungen einzuordnen:

- 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.
- Versuch bitte das zu tun, was die Ärzte und Pflegepersonen dir sagen, damit es dir besser gehen kann.

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

Manchmal möchte Ihr erkrankter Angehöriger Sie vielleicht nicht sehen oder Sie könnten von ihm beschimpft werden. Versuchen Sie in solchen Momenten zu verstehen, was

ihn 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 auch aufgeregt, weil er 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 wieder zur Ruhe gekommen ist.