

Wie können Sie uns als Angehörige/r unterstützen, das Entstehen eines Delirs zu verhindern bzw. bei einem entwickelten Delir zur Genesung beitragen?

Angehörige und vertraute Personen sind der wichtigste Ankerpunkt für Patient:innen, die sich in einem Delir befinden. Sie können dazu beitragen, das Risiko, ein Delir zu entwickeln, zu reduzieren, denn sie geben Halt und Orientierung.

Hier einige Tipps wie Sie unterstützen können:

- sprechen Sie ruhig und deutlich, wählen Sie einfache Formulierungen und halten Sie die Hand Ihrer/s Angehörigen.
- vermeiden Sie Lärm und Unruhe.
- lesen Sie vor (z. B. aus der Tageszeitung oder aus einem Lieblingsbuch).
- geben Sie zeitliche Orientierung, indem Sie an den Wochentag, das Datum und die Uhrzeit erinnern.
- bringen Sie Hilfsmittel wie Brille oder Hörgerät mit bzw. bieten Sie diese an.
- bieten Sie Essen und Getränke an.
- zeigen Sie vertraute Familienbilder.
- spielen Sie die Lieblingsmusik vor oder schauen Sie gemeinsam vertraute Fernsehsendungen.
- bleiben Sie bei Ihrem/r Angehörigen, um in besonders stressigen, unsicheren Situationen zur Beruhigung beizutragen.
- wenn möglich, versuchen Sie kleine Strecken innerhalb der Station gemeinsam zu gehen.
- nehmen Sie Beleidigungen nicht persönlich.
- führen Sie Tagebuch, damit der/die Patient:in später das Erlebte besser nachvollziehen kann.
- sprechen Sie uns an, wenn Sie Wesensveränderungen bemerken.

Wenn Sie sich in einer besonders unruhigen und aggressiven Situation mit Ihrem/r Angehörigen unsicher fühlen, wenden Sie sich bitte an das Stationspersonal.

Sehr geehrte Patient:in, liebe Angehörige, wir hoffen, Ihnen mit diesen Informationen helfen zu können, die Auswirkungen eines Delirs zu verstehen und zur Unterstützung der Genesung beizutragen. Bei weiteren Fragen wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an uns.



## Kontakt

Haßberg-Kliniken  
Hofheimer Str. 69 | 97437 Haßfurt

demenz@hassberg-kliniken.de  
www.hassberg-kliniken.de



# Delir

## Zustand geistiger Verwirrung

Information für Patienten  
und Angehörige

Ein Delir ist eine akute, aber rückbildungsfähige Bewusstseinsstörung, die sich oft innerhalb weniger Stunden entwickelt (im Gegensatz zu Demenz). Patient:innen mit Delir sind verwirrt, zeitlich oder räumlich desorientiert und können angsterregende Halluzinationen entwickeln. Oft wissen Betroffene nicht mehr, wo sie sind, erzählen Erlebnisse ohne Zusammenhang, sind unkonzentriert und abgelenkt oder können sich nicht mehr erinnern, was im Laufe des Tages passiert ist.

Dies führt dazu, dass Betroffene Angst bekommen, überfordert sind und häufig schnellstmöglich das Krankenhaus verlassen wollen. Oft sind sie deutlich aufbrausender und unruhiger oder auch deutlich zurückgezogener als sonst. Die ausgeprägte Verwirrtheit wechselt sich dabei oft innerhalb weniger Stunden mit klaren Momenten ab. Für Angehörige erscheint die vertraute Person als ein vollkommen anderer Mensch.

#### Welche Auswirkungen hat ein Delir?

Ein Delir führt dazu, dass das Behandlungsergebnis schlechter und der Krankenhausaufenthalt länger ist. Das gilt insbesondere für die Fälle, in denen das Delir unauffällig verläuft (bspw. wenn die Betroffenen „nur“ schläfrig oder apathisch sind). Delirante Patient:innen haben ein erhöhtes Risiko für körperlichen und geistigen Abbau und dafür, auch noch nach der Entlassung im täglichen Leben stark abhängig von anderen zu sein - mit dem erhöhten Risiko einer Heimeinweisung.

#### Wie häufig tritt ein Delir auf?

Delir tritt bei bis zu 25 % der Patient:innen auf der Normalstation, bei 5-50% der Patient:innen nach einer Operation (je nach Eingriff) bzw. bei 30-80 % der beatmeten Intensivpatient:innen auf (je nach Disposition und Schwere der Krankheit).



#### Wie entsteht ein Delir?

Nach heutigem Kenntnisstand wird das Delir durch eine Neurotransmitter-Imbalance (Acetylcholin, Dopamin und Serotonin) und/oder Veränderungen im Natriumhaushalt hervorgerufen. Die Liste der möglichen Ursachen ist lang und umfasst u. a. Traumen/Ängste, Schmerz, Infektionen, Polypharmazie, Medikamenten- oder Alkoholentzug, Elektrolytstörungen, metabolische Störungen, Immobilisation, Mangelernährung oder Sauerstoffmangel.

#### Welche Patient:innen betrifft es?

Zumeist wird ein Delir „nur“ mit älteren Patient:innen in Verbindung gebracht. Allerdings können alle Patient:innen ein Delir entwickeln.

Die wichtigsten Risikofaktoren sind:

- höheres Alter (über 60 Jahre)
- männliches Geschlecht
- geringe körperliche Leistungsfähigkeit bzw. Gebrechlichkeit
- Demenz oder kognitive Dysfunktion (3-4-fach erhöhtes Risiko)
- Delir bei früheren Krankenhausaufenthalten (6-fach erhöhtes Risiko)
- schwere der Erkrankung bzw. des Eingriffs
- viele bzw. neue oder abgesetzte Medikamente
- Alkoholmissbrauch
- zu wenig Flüssigkeit
- chronische renale/hepatische und metabolische Erkrankungen

#### Wie lange dauert ein Delir?

In der Vergangenheit wurde Delir oft als Durchgangssyndrom bezeichnet, durch das der/die Patient:in „durchmuss“. Denn in der Regel dauert ein Delir nur wenige Tage bis Wochen. In seltenen Fällen kann ein deliranter Zustand aber auch noch nach einem halben Jahr beobachtet werden.

#### Was können Sie als Patient:in tun, einem Delir vorzubeugen?

Auch als Patient:in können Sie vor der Operation bzw. vor dem Krankenhausaufenthalt aktiv dazu beitragen, Ihr Risiko zur Entwicklung eines Delirs zu reduzieren.

Hier einige Tipps:

- Hilfsmittel mitbringen (Brille, Hörgerät, Rollator, Schlafmaske o. ä.)
- persönliche Gegenstände mitbringen (Bilder, Musik, Uhr, Kalender o. ä.)
- Angehörige und Bekannte bitten, Sie regelmäßig im Krankenhaus zu besuchen
- ausreichend trinken und essen
- den Tag-Nacht-Rhythmus beachten (während des Tages soweit möglich, aktiv und wach sein)
- Schmerzen vermeiden (melden Sie sich, wenn Sie Schmerzen haben)