

## **Akute Verwirrtheit -Delir**

Ein Delir zeichnet sich durch Verhaltensauffälligkeiten:

- Verwirrtheit, die plötzlich aufgetreten ist
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Unaufmerksamkeit
- Betroffene können einem Gespräch nicht folgen
- Betroffene können auf einmal einfache Aufgaben nicht erfüllen
- Betroffene werden sehr schnell abgelenkt
- Betroffene sind ungewöhnlich aufgeregt oder ungewöhnlich träge

**Diese Anzeichen werden im Laufe des Tages abwechselnd mal besser und mal schlimmer. Sie gehen auch nach ein paar Tagen nicht von alleine wieder weg, wenn die Grunderkrankung schon vorbei ist (Z.B Erkältung, Fieber etc).**

## **Vorbeugung**

- Auf ausgewogene Ernährung achten
- Empfehlung: 1,3-1,5l Flüssigkeit pro Tag. Im Sommer und bei Fieber entsprechend noch mehr. **In Absprache mit Hausarzt.** In jedem Raum eine Flasche mit Getränken und ein Glas hinstellen. Wasser schmeckt nicht jeden. Persönliche Vorlieben sind wichtig: Kaffee, Tee oder z.B. Apfelschorle
- Sich Appetit beim Sport z.B. bei einem Spaziergang holen
- Bei Appetitlosigkeit Hausarzt und gegebenenfalls Zahnarzt konsultieren
- Bei Fieber darauf achten, dass genug getrunken wird
- Manchmal reicht hohes Fieber schon alleine aus, um ein (Vor)Delir auszulösen. Normalerweise ist dieses Delir aber schon wieder vorbei, wenn das Fieber weg ist. Bei Personen, die bei Fieber schnell durcheinander sind, mit dem Hausarzt eine schnellere Gabe von Fiebersenkern besprechen
- Medikamente genau nach Vorgaben einnehmen, nicht alleine absetzen
- Sind die Schmerzmedikamente nicht ausreichend, den Hausarzt informieren
- Auf regelmäßigen Stuhlgang achten.
- Schmerzen nicht ignorieren
- Auf zunehmende Vergesslichkeit achten. Hausarzt informieren
- Schlaftabletten und/oder Abführmittel nicht leichtfertig einnehmen
- Alte Freundschaften pflegen
- An den Angeboten der Kirchen und der Gemeinde teilnehmen
- Aktiv bleiben: Vereinssport, Skat, Doppelkopf, Schach, Sudoku, Bingo

### **Im Akutfall**

- Fieber messen. Sollte schon mit Hausarzt eine Vorgehen bei Fieber feststehen – Fiebersenker geben
- Nachprüfen ob Medikamente nach Plan eingenommen wurden
- Nachfragen ob die Person genug getrunken hat. Ein Glas Wasser zum trinken geben. Spröde Lippen sind ein Anzeichen von Wassermangel
- Nachfragen ob Ihr Angehöriger gefallen ist
- Bei Diabetikern Zucker messen
- Zügig zum Hausarzt

### **Im Krankenhaus bei Verdacht auf Verwirrtheit**

- Pflegekräfte und Ärzte deutlich darauf hinweisen, dass ihr Angehöriger sich akut geistig verschlechtert hat
- Vorlieben und Abneigungen aufschreiben und die Pflegekräfte bitten, es zu der Akte zu legen
- Für ausreichend eigene Kleidung sorgen
- Bilder/Bilderbuch von Ehepartner und/oder Kinder(n)
- Besuchszeiten absprechen (Nachmittags, da weniger Untersuchungen)
- Besuche kurz halten um die Patienten nicht zu überfordern
- Nicht mehr als zwei Besucher auf einmal

### **Nach dem Krankenhausaufenthalt**

- Ein Delir entsteht sehr oft in Krankenhaus. Achten Sie auf die Delirzeichen bei Ihren Angehörigen nach der Entlassung. Sprechen Sie ggf. mit dem Hausarzt.
- Neue Medikamente können auch ein Delir auslösen
- Empfehlungen der Ärzte befolgen
- Ihren Angehörigen wieder „Normalität“ vermitteln
- Sozialkontakte ermöglichen
- Für Bewegung (Spaziergänge) sorgen
- Auf Essen und Trinken achten

**Bitte alles erstmal mit dem Hausarzt absprechen**