2018

Stationäre Allgemeine Innere Medizin: Empfehlungen für Patientinnen und Patienten

1. Im Spital sollten Untersuchungen nur dann regelmässig durchgeführt werden, wenn sie einen wirklichen Nutzen bringen

Untersuchungen wie Blutabnahmen oder Röntgenaufnahmen werden im Spital häufig routinemässig durchgeführt. Die Notwendigkeit von solchen Untersuchungen sollte jedoch immer überprüft werden.

Viele Untersuchungen werden im Spital in regelmässigen Abständen als sogenannte Routineuntersuchungen durchgeführt. Zu solchen Routineuntersuchungen gehören zum Beispiel Blutabnahmen, Röntgenaufnahmen vom Brustkorb oder Messungen der Herzströme (EKG-Untersuchungen). Nicht immer helfen diese Untersuchungen dabei, weitere Schritte in der Behandlung zu planen oder die Ursache von Beschwerden zu finden. Gleichzeitig entstehen dadurch aber Kosten für das Gesundheitssystem, viele Untersuchungen können ausserdem Nebenwirkungen für die Patientin oder den Patienten haben. Manchmal werden durch solche Untersuchungen auch Veränderungen festgestellt, die aber keine Auswirkung auf die Gesundheit des Patienten haben und trotzdem wiederum weitere Untersuchungen nach sich ziehen können. Aus diesen Gründen sollten Untersuchungen während eines Spitalaufenthaltes nur dann verordnet werden, wenn sie wichtige Fragen für die weitere Behandlung beantworten können.

2. Harnblasen-Katheter sollten nur in bestimmten Fällen dauerhaft verwendet werden

Harnblasen-Katheter können die Gefahr erhöhen, dass sich die Harnwege entzünden.

Es kann aus unterschiedlichen Gründen dazu kommen, dass man einen Harnblasen-Katheter benötigt. Etwa wenn schwer kranke Menschen den Urin nicht mehr richtig halten können. Dies wird auch als Harninkontinenz bezeichnet. Der Harnblasen-Katheter (oder Urin-Katheter) ist ein Schlauch aus Kunststoff, der in die Harnröhre geschoben wird. Durch diesen Schlauch kann der Harn in einem Beutel aufgefangen werden. Harnblasen-Katheter sollten allerdings nur bei einem zwingenden Grund und nur für begrenzte Zeit angewendet werden. Es besteht die Gefahr, dass durch diese Krankheitserreger in die Harnröhre oder die Harnblase gelangen. Auf diese Weise können sich die Harnwege entzünden, was gravierende Folgen haben kann. Eine solche Entzündung der Harnwege durch einen Harnblasen-Katheter tritt zum Beispiel häufig in Spitälern und Alters- und Pflegeheimen auf.

3. Übertragung von Blut und Blutbestandteilen

Es sollte immer nur so viel Blut wie nötig übertragen werden.

Bei der Übertragung von Blut und Blutbestandteilen gilt: Weniger ist mehr. Wird mehr Blut übertragen als notwendig, so können Nebenwirkungen eintreten. Denn jede Bluttransfusion ist auch ein Risiko.

Es kann aus unterschiedlichen Gründen nötig sein, dass Blut an Patienten übertragen werden muss: Zum Beispiel, wenn jemand über zu wenig rote Blutkörperchen im Blut verfügt, die unter anderem den Sauerstoff befördern. Hat man zu wenig davon, so kann Atemnot eintreten oder man fühlt sich sehr schwach. In einem solchen Fall können fremdes Blut oder Blutbestandteile übertragen werden. Dabei sollte aber nicht mehr Blut übertragen werden, als wirklich benötigt wird. Wenn mehr Blut als nötig übertragen wird, so verbessert sich das Ergebnis der Behandlung meist nicht, ausserdem kann es durch die Übertragung von Blut auch zu Nebenwirkungen oder Unverträglichkeitsreaktionen kommen.

4. Bewegung im Spital

Während des Aufenthaltes im Spital sollten vor allem ältere Patientinnen und Patienten nicht zu lange im Bett liegen bleiben.

Betruhe und eingeschränkte Beweglichkeit sollten gerade bei älteren Patientinnen und Patienten im Rahmen bei einem Spitalaufenthaltes vermieden werden. Damit sinkt das Risiko, dass sie nach der Entlassung aus dem Spital stürzen.

Gerade im höheren Lebensalter kann ein stationärer Aufenthalt im Spital aus verschiedenen Gründen notwendig sein. Zu viel Betruhe und wenig Bewegung bei einem Spitalaufenthalt können aber vor allem bei älteren Patientinnen und Patienten dazu führen, dass sie nach Spitalaustritt dauerhaft schlecht gehen können, häufiger stürzen und oft auch weniger selbständig sind als vor dem Aufenthalt. Oft benötigen sie anschliessend mehr Behandlung und Pflege. Wenn ältere Patientinnen und Patienten während des Aufenthaltes im Spital aber im Rahmen ihrer Möglichkeiten regelmässig gehen, aktiviert werden und sich bewegen, dann hat das viele Vorteile: Sie können meistens früher aus dem Spital entlassen werden, sind nach der Entlassung im Alltag selbstständiger und genesen in der Regel auch rascher.

5. Beruhigungs- und Schlafmittel

Beruhigungs- oder Schlafmittel sollten älteren Menschen nur in dringenden Fällen verordnet werden.

Bestimmte Medikamente wie Beruhigungs- oder Schlafmittel können gerade bei betagteren Menschen zu schweren Folgen wie Unfällen oder Knochenbrüchen führen.

Es gibt bestimmte Medikamente, sogenannte Benzodiazepine, die etwa gegen Unruhe oder Schlafprobleme verabreicht werden. Solche Beruhigungs- und Schlafmittel können allerdings starke Nebenwirkungen haben und dazu führen, dass gerade ältere Menschen häufiger Verkehrsunfälle verursachen, stürzen und sich so bei einem Sturz etwa den Hüftknochen brechen, was eine dauerhafte eingeschränkte Mobilität zur Folge hat. Wenn es bei älteren Menschen also zu Unruhe, Verwirrtheit oder Schlafproblemen kommt, sollten Beruhigungs- oder Schlafmittel nur zurückhaltend verschrieben werden. Besonders Benzodiazepine sollten nur dann angewendet werden, wenn andere Behandlungen nicht mehr helfen.