

Das Intensiv- tagebuch

Unterstützung bei der Rückkehr zur Normalität

Ein Projekt, das nicht alltäglich ist: Das Intensivtagebuch ist das Ergebnis der vorausschauenden Arbeit von SAH-Mitarbeiter Bernd Rütten. Der empathische Stationsleiter der Interdisziplinären Intensivstation (ITS) hat sich mit seinem großen Erfahrungsschatz für die Realisierung dieses Projektes eingesetzt. Ein solches Tagebuch ist eine ausgezeichnete Idee, damit Patienten und Angehörige während eines Aufenthaltes auf der Intensivstation ihre Erlebnisse besser verarbeiten und erinnern können. Der Patient kann das Tagebuch zu einem späteren Zeitpunkt lesen und damit eventuelle Erinnerungslücken schließen. Die Angehörigen können mit Informationen, die sie von den Pflegenden erhalten, ihrem Familienmitglied einen großen Dienst bei der „Rückkehr in die Normalität“ erweisen.

Die Gründe für einen Aufenthalt auf einer Intensivstation sind lebensbedrohlicher Natur. Viele Patienten können sich an die Zeit dort nur schwer oder gar nicht erinnern. Es sind meist kleine Dinge wie ungewohnte Geräusche oder nur verschwommene visuelle Eindrücke, die zu Angstzuständen führen können. Was für Pfleger und Ärzte selbstverständlicher Teil der täglichen Arbeit ist, können Intensivpatienten in ihrer Extremsituation unmöglich richtig deuten.

Hier hilft ein Tagebuch mit handschriftlichen Notizen, das vor allem von Angehörigen und vom Pflegepersonal genutzt werden kann. Bernd Rütten hat einige Tipps formuliert, wie man ein „Intensivtagebuch“ sinnvoll einsetzt:

1. Rechtzeitig beginnen

Starten Sie als Angehöriger wenn möglich gleich mit dem ersten Tag, damit Sie Ihre Erinnerungen deutlich festhalten können.

2. Kontinuierlich eintragen

Ob Sie viel oder wenig schreiben, bleibt Ihnen überlassen. Probieren Sie aber, das Tagebuch möglichst regelmäßig zu nutzen. Anfangs eventuell mehrere Einträge pro Tag. Später reicht vielleicht ein Eintrag am Tag, wenn sich die Situation des Patienten stabilisiert.



Pfleger Bernd Rütten erläutert einem Angehörigen die Vorteile des Intensiv-Tagebuches



3. Alles ist sinnvoll und nützlich

Sprechen Sie die erkrankte Person ruhig im „Du“-Stil an. Besondere Ereignisse, der Fortschritt des Patienten oder ganz Normales können nützlich sein. Auch die Welt außerhalb der Intensivstation ist manchmal wichtig, etwa Geschehnisse in der Familie oder Dinge, für die sich der Patient im Alltag besonders interessiert.

4. Manchmal gibt es Wichtigeres

Verschlechtert sich zum Beispiel der Gesundheitszustand, treten andere Dinge in den Vordergrund. Wenn die Sorgen um Ihren Angehörigen allzu groß werden, bitten Sie vielleicht eine andere Person, Ihnen bei den Eintragungen zu helfen.

5. Einfach bleiben

Denken Sie nicht zuviel über Stil oder Rechtschreibung nach. Impulsiv und fehlerhaft zu schreiben ist vollkommen in Ordnung. Achten Sie lieber darauf, die Dinge auf den Punkt zu bringen.



Mehr Infos im Video

