

# Was ist ein Delir?

## Aufmerksam sein

Ein Delir ist eine akute organische Störung im Gehirn. Sie führt zu Verwirrtheit und einer gestörten Wahrnehmung. Ein Delir stellt ein hohes Gesundheitsrisiko für ältere pflegebedürftige Menschen dar.

## VERLAUF

- plötzlicher Beginn
- über Stunden, Tage oder Wochen anhaltend
- schwankender Verlauf, ggf. Symptom-Verstärkung am Abend
- teilweise wechselnde Symptome



## SYMPTOME

### Kognition/Psyche

- Orientierungsstörung
- Gedächtnisprobleme
- Wahn/Halluzinationen
- Störung von Stimmung und Emotion, z. B. Aggression, Angst

### Aktivität/Psychomotorik

- Hyperaktivität, z. B. Unruhe, Nesteln
- Hypoaktivität, z. B. Antriebslosigkeit, Benommenheit
- Wechsel von Hyper-/Hypoaktivität

### Schlaf-Wach-Rhythmus

- nächtliche Aktivität
- Schläfrigkeit am Tag

Delir-Symptome sind vielgestaltig und teils unauffällig. Deshalb wichtig: **Genau hinschauen.**

## FOLGEN

Ein Delir kann sich vollständig zurückbilden. Aber es kann auch schwerwiegende und langfristige Folgen haben:

- psychische Belastung
- geistige Beeinträchtigung
- Komplikationen, z. B. Infektion, Sturz
- erhöhter Pflegebedarf
- (früherer) Tod



# Wie zeigt sich ein Delir?

## Symptome wahrnehmen

Ein Delir beginnt plötzlich.  
Typisch ist ein schwankender Verlauf.  
Die Symptome sind vielgestaltig. Sie können sich abwechseln und unterschiedlich stark ausgeprägt sein. Einige Symptome können einer Demenz oder Depression ähneln.

völlig verändert

vergesslich

desorientiert

aggressiv

benommen

apathisch

unruhig

verwirrt

unaufmerksam

nachts aktiv

aufgebracht

schläfrig

ängstlich

Ein Delir ist ein medizinischer Notfall. Deshalb wichtig: **Symptome wahrnehmen und Informationen rasch weitergeben.**



# Delir vermeiden

## Maßnahmen abstimmen

Entscheidend ist, multiprofessionell vorzugehen und ineinandergreifende Maßnahmen umzusetzen.

### RISIKOFAKTOREN IDENTIFIZIEREN

- individuelles Delir-Risiko ermitteln
- auf Veränderungen von Lebens-/ Pflegesituation und Gesundheitszustand achten

### AUSLÖSER VERMEIDEN

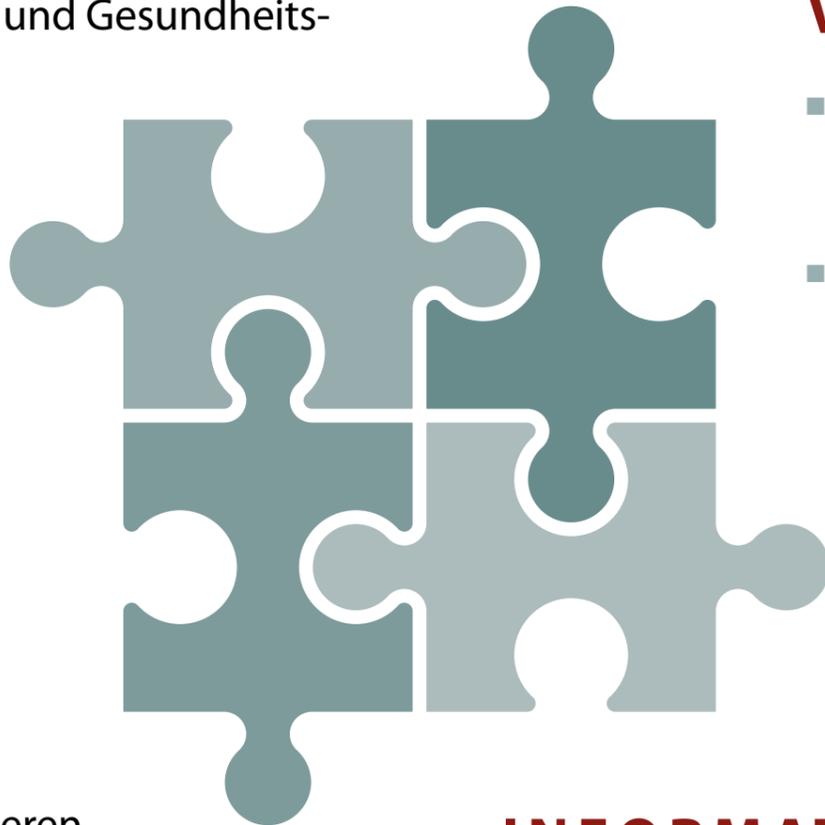
- versorgungs-, umgebungs-, krankheitsbedingten Auslösern vorbeugen
- nicht-vermeidbare Auslöser delir-präventiv anpassen

### ANGEHÖRIGE EINBEZIEHEN

- über Risikofaktoren und Auslöser informieren
- vorbeugende Maßnahmen und deren Relevanz aufzeigen

### INFORMATIONSFLOSS SICHERSTELLEN

- alle an der Versorgung Beteiligten über das Delir-Risiko informieren
- Maßnahmen interprofessionell und interinstitutionell abstimmen



# Delir vermeiden

## Risikofaktoren und Auslöser kennen

Es gibt eine ganze Reihe von Risikofaktoren und Auslösern für ein Delir. Oftmals wirken mehrere Faktoren zusammen. Bei delir-gefährdeten Personen können bereits geringfügige Einflüsse ein Delir auslösen.

### RISIKOFAKTOREN (Beispiele)

#### Alter/Lebensumstände

- hohes Alter (besonders ab 80 Jahre)
- Einsamkeit, Isolation
- Leben in einer Pflegeeinrichtung
- Delir in der Vorgeschichte

#### Medikamente/Substanzen

- Multimedikation
- ZNS-Medikamente, Sedativa
- Alkoholsucht

#### Einschränkungen/Erkrankungen

- kognitive Beeinträchtigung, z. B. Demenz
- psychische Erkrankung, z. B. Depression
- Gebrechlichkeit, Mehrfacherkrankung
- Probleme beim Hören/Sehen
- Schlafstörungen
- chronische Schmerzen
- Nahrungs-/Flüssigkeitsmangel

### AUSLÖSER (Beispiele)

#### krankheits-/behandlungsbedingt

- Operation
- Infektion
- hoher/niedriger Blutzucker
- akute Schmerzen
- Flüssigkeitsmangel
- Substanzentzug
- zentral wirksame Medikamente

#### situations-/umgebungsbedingt

- Ortswechsel, fremde Umgebung
- Reizüberflutung
- Störung des Tag-Nacht-Rhythmus
- Verlust der Mobilität
- freiheitsentziehende Maßnahmen (FEM)
- intensivmedizinische Versorgung

Viele Auslöser  
sind vermeidbar  
oder beeinflussbar.  
**Dort können wir  
ansetzen.**



# Delir vermeiden

## Ortswechsel organisieren

Ein Transport und eine fremde Umgebung können stark verunsichern und insbesondere bei älteren, kognitiv eingeschränkten Personen ein Delir auslösen. Daher ist eine gute Organisation und die möglichst genaue und frühzeitige Information aller Beteiligten wichtig.

### PFLEGEBEDÜRFTIGE PERSON INFORMIEREN

Ziel: Orientierungslosigkeit vorbeugen

- **WANN** findet der Ortswechsel statt (Tag/Uhrzeit)?
- **WIE** erfolgt der Transport?
- **WOHIN** erfolgt der Transport?
- **WAS** geschieht in der neuen Umgebung?
- **WER** begleitet den Transport und wer ist in der neuen Umgebung?



### ANGEHÖRIGE INFORMIEREN

Ziel: Angehörige zu Präventionsmaßnahmen befähigen

- **WARUM** sollten Angehörige den Transport und die Ankunft in der neuen Umgebung begleiten?
- **WIE** können Angehörige zur Delir-Prävention beitragen?
- **WAS** sind Anzeichen für ein Delir?

### TRANSPORT ORGANISIEREN

Ziel: Maßnahmen zur Delir-Prävention lückenlos durchführen

- **WANN** sollte der Transport stattfinden, um die Tagesstruktur der pflegebedürftigen Person möglichst wenig zu stören?
- **WER** muss vorab informiert werden, z. B. Zielort, Fahrdienst?
- **WAS** müssen die Beteiligten wissen, z. B. Delir-Risiko, Delir-Symptome?



# Delir lindern

## Sofort handeln

Um ein Delir zu lindern und gesundheitlichen Folgen möglichst vorzubeugen, ist es wichtig, Symptome frühzeitig zu erkennen und multiprofessionell entgegenzuwirken. Dies hat auch Einfluss auf die Dauer und Schwere eines Delirs.

## FRÜHZEITIG ERKENNEN

- auf plötzliche Veränderungen von Verhalten und geistigen Fähigkeiten achten, dabei Angehörige einbeziehen
- Instrument zur Delir-Erkennung einsetzen
- Arzt/Ärztin informieren, ärztliche Diagnostik veranlassen

## URSACHEN UND AUSLÖSERN ENTGEGENWIRKEN

Zur Linderung eines Delirs gilt es vor allem, an den individuellen Auslösern anzusetzen, zum Beispiel durch: ärztliche Behandlung organischer Ursachen (z. B. Infektion), Flüssigkeitsversorgung, Mobilisation, Schmerzmanagement.



## SYMPTOMEN BEGEGNEN

### Kommunikation anpassen

langsam, deutlich, in kurzen Sätzen sprechen • nicht diskutieren oder belehren

### Orientierung fördern

Situation erklären • Uhr, Kalender sichtbar platzieren • für Brille/Hörgerät sorgen

### Angehörige einbeziehen

Informationen zum Umgang mit der Person einholen • bei Maßnahmen anleiten

### Reize reduzieren

Lärm, grelles Licht, Hektik vermeiden • Personalwechsel, zu viele Besuche vermeiden

### Tag-Nacht-Rhythmus fördern

Tag strukturieren • Schlaf fördern

### Versorgung anpassen

Bewegung unterstützen • Essen und Trinken fördern • geistige Beschäftigung anregen



# Delir lindern

## Frühzeitig erkennen

Für den Behandlungserfolg ist eine frühzeitige und gezielte Diagnostik wesentlich. Voraussetzung ist eine genaue Beobachtung und Erfassung von Symptomen, der Informationsfluss im multiprofessionellen Team und der Austausch mit Angehörigen – besonders in Risikosituationen.



## SCREENING- UND ASSESSMENTINSTRUMENTE

Es gibt Testfahren zum Erkennen eines Delirs, die von Pflegefachpersonen zum Teil in wenigen Minuten angewendet werden können. Zum Beispiel:

- Nursing DELirium SCreening Scale (Nu-DESC)
- Delirium Observation Screening Scale (DOS)

## ÄRZTLICHE DIAGNOSTIK

Die Diagnose Delir wird ärztlich anhand klinischer psychopathologischer Symptome gestellt. Durch Anamnese und körperliche Untersuchung können Risikofaktoren und Auslöser ermittelt werden.

Je nach Ausprägung erfolgen weitere Untersuchungen, zum Beispiel: EKG, Labor, Ultraschall, Röntgen, CT oder MRT des Kopfs, EEG.



Für eine erfolgreiche Delir-Behandlung wichtig: **Symptome frühzeitig erfassen und Informationsfluss sicherstellen.**



# Delir lindern

## Symptomen begegnen

Ein Delir kann sich zum Beispiel auf die Orientierung, Wahrnehmung, Stimmung und das logische Denken auswirken. Es kann mit Angst und Stress einhergehen. Daher gilt es vor allem bei der Pflege, auf die veränderte Wahrnehmung zu reagieren sowie Sicherheit zu vermitteln. Die medizinische Behandlung eines Delirs richtet sich nach den Ursachen und Auslösern.

### ORIENTIERUNG FÖRDERN

- an Wochentag und Monat erinnern
- Kalender und Uhr sichtbar platzieren
- Person beim Namen nennen
- Ort und Situation erklären
- Tag-Nacht-Rhythmus fördern
- zur Verwendung von Brille, Hörgerät, Gehhilfe anregen

### KOMMUNIKATION ANPASSEN

- langsam, deutlich und ruhig sprechen
- einfache Worte und kurze Sätze verwenden
- Blickkontakt halten
- ruhig und geduldig bleiben – nicht diskutieren oder belehren, Verhalten nicht persönlich nehmen

### SICHERHEIT VERMITTELN

- Zuversicht und Verständnis vermitteln – auch über Körperkontakt
- auf Angst und Sorgen eingehen und beruhigen
- Überforderung vermeiden, z. B. Lärm, grelles Licht, Hektik
- Wohlbefinden fördern
- für Sicherheit sorgen, z. B. bei Unruhe
- in einer fremden Umgebung Vertrautheit schaffen, z. B. Fotos von Angehörigen sichtbar platzieren
- Angehörige einbinden, z. B. zur Anwesenheit anregen; fragen, was beruhigend oder anregend wirken kann

