

Abstract

Nachtruhe auf der Intensivstation

Reevaluation des Stellenwertes von suffizientem Schlaf im Genesungsprozess

Im Verlauf der intensivmedizinischen Behandlung entwickeln bis zu 80% aller Patienten Schlafdefizite, welche sich ebenso chronifizieren können. Dies hat weitreichende Folgen für die Genesung. Die Priorität des Schlafes wird oftmals hinten angestellt und die Pflegekräfte sind nicht immer ausreichend für das Thema sensibilisiert. Dies möchte ich im Rahmen dieser Arbeit ändern.

In meine Arbeit erläutere ich ihnen einige Grundlagen des physiologischen Schlafes und die Auswirkungen von Schlafdefiziten auf den menschlichen Körper. Im nächsten Schritt zeige ich die begrenzten Möglichkeiten der Diagnostik für die Praxis. Dies soll die nötige Fachexpertise vermitteln, um die ausgeprägten Folgen von Schlafdefiziten zu sehen und in der Praxis erkennen zu können. Im nächsten Schritt werden verschiedene Einflussfaktoren des Schlafes beschrieben, die sich während des Intensivaufenthaltes auf den Patienten auswirken. Zuletzt gehe ich auf diverse präventive und therapeutische Maßnahmen ein, um die Schlafsituation von Patienten zu verbessern.

Die Problematik des Themas ist, dass die meisten Studien bezüglich Schlaf bei gesunden Menschen durchgeführt werden und sowohl, diagnostische Maßnahmen, als auch therapeutische in der Praxis zu schwer umsetzbar sind. Allerdings gibt es viele Maßnahmen, um die Umgebung des Patienten schlaffördernd zu gestalten und dem Problem somit präventiv entgegenzuwirken.