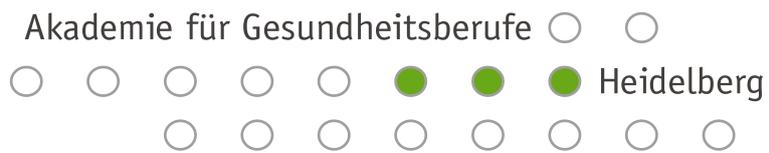




UNIVERSITÄTS
KLINIKUM
HEIDELBERG



Anästhesie und Intensivpflegeweiterbildung am Universitätsklinikum Heidelberg

Akademie für Gesundheitsberufe Heidelberg - A&I Kurs 2021/2023

Autorin: Marie Dämpfert - marie.daempfert@gmail.com

**Schlaflos auf Intensivstation – Eine Betrachtung des Schlafs auf der Intensivstation –
Wie kann hier ein kritisch kranker Patient nachts gut schlafen?**

Abstract

Im Alltag wird dem Grundbedürfnis Schlaf selten viel Aufmerksamkeit geschenkt. Es ist eine Selbstverständlichkeit, welche wir in den Alltag integrieren. Wir gestalten unsere Schlafumgebung nach unseren individuellen Vorlieben und finden so Erholung und Kraft für einen neuen Tag. Ein ausführliches Wissen zum Nutzen von Schlaf und den schwerwiegenden gesundheitlichen Folgen von Schlafentzug ist dabei selten bekannt.

Doch was bedeutet das für einen Patienten, wenn er intensivmedizinische Betreuung benötigt? Eine intensivmedizinische Umgebung legt einen hohen Schwerpunkt auf die Behandlung der lebensbedrohlichen Erkrankungen. In diesem Arbeitsbereich der Maximalversorgung muss 24 Stunden an sieben Tagen in der Woche gearbeitet werden. Die Tätigkeiten und Interventionen auf einer Intensivstation sind vielfältig und weisen viele Störfaktoren für einen erholsamen Nachtschlaf auf. Krankheitsbedingte Faktoren, Auswirkungen der Arzneimitteltherapie oder die Umgebung der Intensivstation stehen hier nur als überbegriffliche Vertreter der Störgruppen.

Bei intensivpflichtigen Patienten handelt es sich um eine ausgesprochen vulnerable Patientengruppe, welche ihre Bedürfnisse weder selbständig artikulieren noch ihnen nachkommen kann. Hierbei ist das interdisziplinäre Team, insbesondere die Pflege, gefragt, Maßnahmen zur Schlafförderung zu ergreifen und konsequent umzusetzen.

Diese Arbeit soll das Wissen zur Schlafphysiologie und Pathophysiologie des Schlafentzugs erweitern und damit die Notwendigkeit für einen erholsamen Nachtschlaf auf Intensivstation darstellen. Durch das Aufzeigen der zahlreichen Störfaktoren im intensivmedizinischen Setting sollen die Stellschrauben aufgezeigt werden, an denen die Pflege und das gesamte interprofessionelle Team Maßnahmen zur Besserung ergreifen können.