

**Weiterbildung für Anästhesie und Intensivpflege  
der Akademie für Gesundheitsberufe Heidelberg am Universitätsklinikum Heidelberg**

**Abstract**

**Auf der Suche nach der verlorenen Zeit – Intensivtagebücher als mögliche Hilfsmittel  
zur Aufarbeitung des Post Intensive Care Syndroms**

Die stetige Verbesserung der intensivmedizinischen Versorgung führte zu einer allgemein steigenden Überlebensrate von Intensivpatienten. Überleben gilt in der Intensivmedizin als Erfolg. Daher wurde den Langzeitfolgen einer Intensivtherapie bisher kaum Beachtung geschenkt. Seitdem das Post Intensive Care Syndrom (PICS) beschrieben wurde, welches die physischen, kognitiven, psychischen und sozialen Auswirkungen auf Intensivpatienten und ihre Angehörigen umfasst, rückten diese Folgen in den Fokus. Bedingt durch die Aufteilung des PICS in unterschiedliche Ebenen, die Vielzahl von Risikofaktoren und die weitreichende Symptomatik ist die Diagnosestellung hürdenreich. Daher steht beim PICS die Anwendung von Präventivmaßnahmen im Mittelpunkt. Durch die Verwendung des ABCDEF-Bündels und einer sinnvollen Erweiterung dieses, kann es nachweislich gelingen, Symptome des PICS bereits während des Intensivaufenthalts zu mindern bzw. zu verhindern.

Intensivtagebücher, als Teil dieses Bündels, sind eine unkomplizierte, einfach anzuwendende, nichtmedikamentöse und kostengünstige Intervention, die die psychischen Langzeitfolgen des PICS mildern und bei der Aufarbeitung des Intensivaufenthalts unterstützen können.

Die Studienlage wird in der Fachwelt kontrovers diskutiert. Die vorgestellten Studien zeichnen ein gemischtes Bild über die Wirksamkeit von Intensivtagebüchern. Allerdings gibt es keine Studien, die von der Verwendung von Intensivtagebüchern abraten. Vielmehr zeigt der größte Teil der Studien Linderungen einzelner Symptome, z. B. bei Angststörungen, Posttraumatischen Belastungsstörungen und Depressionen - sowohl bei den Intensivpatienten als auch deren Angehörigen. Intensivtagebüchern werden keine unerwünschten Nebenwirkungen zugeschrieben und sie haben keine relevanten Kontraindikationen. Aus diesem Grund empfiehlt die AMWF das Führen und gemeinsame Besprechen dieser im Sinne der Nachsorge.

Auf der Grundlage der in dieser Arbeit vorgestellten Erkenntnisse scheint es, dass Intensivtagebücher eine wertvolle Intervention zur Unterstützung der Genesung von Intensivpatienten sein können. Der nicht zu vernachlässigende zeitliche Aufwand kann hinsichtlich der zu erwartenden Langzeitfolgen des Patienten als vertretbar eingestuft werden. Dennoch sollte die Implementierung und Verwendung von Intensivtagebüchern sorgfältig überdacht werden. Letztendlich sollten diese immer im Kontext einer umfassenden individuell angepassten Pflege und Behandlung von Intensivpatienten gesehen werden. Daher gilt besonders durch Aufklärungsarbeit und weitere Studien für das PICS und Intensivtagebücher zu sensibilisieren.

Mit Blick in die Zukunft wird empfohlen, in Deutschland ein flächendeckendes Angebot in Bezug auf die Nachsorge von ehemaligen Intensivpatienten zu schaffen. Hierdurch können gezielte Angebote für Patienten mit PICS entstehen und für eine spezialisierte Weiterbehandlung gesorgt werden. Intensivtagebücher können ein wertvoller Teil dieses Angebots sein.

**Niklas Kiesling  
A&I Kurs 2021/2023**