



UNIKLINIKUM
SALZBURG

Ab nach Hause!

Die Entlassung von Patient*innen nach dem Aufenthalt auf der III. Medizin-Aplasiestation

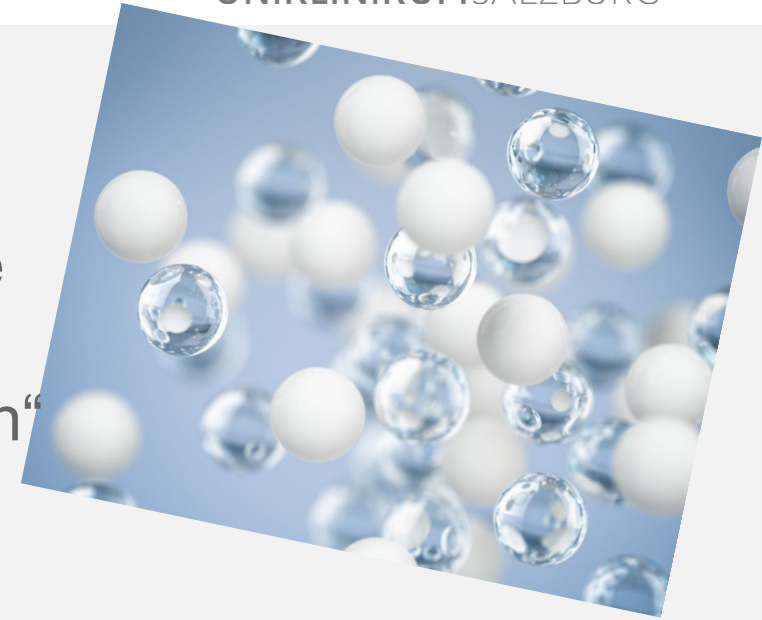
DGKP Anja Glasneck
(akad. Expertin in Cancer Nursing/
Pflege im Intermediate Care-Bereich)
Uniklinikum Salzburg

Disclosure

Es bestehen keine Interessenskonflikte meinerseits.

Idee / Problem:

- „Out of the bubble“
- Patienten „müssen“ nach, teilweise langem KH-Aufenthalt, Leben außerhalb der „Blase“ wieder „allein“ meistern?



Ziele:

- optimale Unterstützung NACH dem stationären Aufenthalt
- einheitliche Informationsvermittlung (Arzt/Pflege)
- Reduktion der ambulanten Konsultationen aufgrund von „aufenthaltsrelevanten“ Fragen etc.

Methode:

Broschüre / Handbuch als „Nachschlagewerk“



AB NACH HAUSE!

INFORMATIONEN

für die Zeit nach Ihrem stationären Aufenthalt
auf der Aplasiestation der Inneren Medizin III

Version 1, Dezember 2019

INHALTSVERZEICHNIS

Seite

KONTROLLEN & TERMINE	6
> BLUTPRODUKTE	7
> MEDIKAMENTE	7
WIEDER ZU HAUSE - WAS ERWARTET MICH?	8
MITEINANDER REDEN	9
GESELLSCHAFT UND ÖFFENTLICHER RAUM	10
ESSEN UND TRINKEN	10
GARTENARBEIT UND BIOMÜLL / KOMPOST	13
HAUSTIERE	13
KÖRPERHYGIENE	13
> KÖRPERAUSSCHIEDUNGEN	14
> REGELBLUTUNG	15
KLEIDUNG	15
SONNENSCHUTZ	15
SPORT UND BEWEGUNG	15
ARBEIT UND FREIZEIT	17
REISEN	17
REHABILITATION UND ERHOLUNG ZU HAUSE	17
KÖRPERLICHE NÄHE UND SEXUALITÄT	18
SCHLAFEN - FATIGUE	19
> URSACHEN	19
> SYMPTOME	19
> WAS HILFT?	20
> ALLTAGSGESTALTUNG	20
SINN-FINDUNG IM ALLTAG	20
IMPFUNGEN	21
ADRESSEN UND KONTAKTE	22
LITERATURQUELLEN	24
EIGENE NOTIZEN	26

KONTROLLEN & TERMINE

Wenn Sie einen Termin für einen weiteren stationären Aufenthalt erhalten haben, dann ist es wichtig, dass Sie diesen auch wahrnehmen.

Die Einhaltung des Zeitplans unterstützt einen guten Behandlungserfolg. Treten bereits vor Ihrer stationären Wiederaufnahme (wenn nötig bzw. geplant)

Probleme oder Beschwerden auf, so wenden Sie sich bitte sofort an die Aplasiestation oder Ihren behandelnden Arzt der III. Medizin, welcher weitere Behandlungsschritte einleitet.

Dieser wird zudem entscheiden, ob er Sie persönlich sehen möchte oder ob eine telefonische Klärung des Problems erfolgen kann.

Sind Ihre Therapiezyklen bereits abgeschlossen, so folgt nun die Zeit der Nachbeobachtung. Die Nachsorge dient der Erkennung eines möglichen Wiederauftretens der Erkrankung und von Spätfolgen der Therapie, daher werden Sie noch einige engmaschige Kontrolltermine haben. Die aktuellen Blutwerte werden kontrolliert, Medikamente überwacht und angepasst. Auch Ihr persönliches Wohlbefinden wird besprochen. Wenn Sie einmal vergessen haben, ein Medikament zu nehmen, teilen Sie dies Ihrem zuständigen Arzt mit. Ihre Blutwerte könnten dadurch verändert sein.

Je nach Alter, Diagnose und Stadium der Erkrankung verläuft jede Behandlung anders. Auch der Nachsorgeplan wird individuell angepasst.

Die vereinbarten Kontrollen dienen Ihrer eigenen Sicherheit – früh erkannte Probleme können besser behoben werden!

Kontaktieren Sie die Aplasiestation bzw. Ihren behandelnden Arzt auf jeden Fall bei:

- Blutungen verschiedener Art (siehe „Wie erkennen Sie niedrige Blutplättchen“ Seite 7)
- Körpertemperatur über 38° C
- Schmerzen
- Anhaltender Übelkeit und/oder Erbrechen
- Durchfall

Wann immer Sie ungewohnte Veränderungen wahrnehmen oder sich unwohl/unsicher fühlen – kontaktieren Sie uns!

Tel.: +43 (0)5 7255-25917



GESELLSCHAFT UND ÖFFENTLICHER RAUM

Meiden Sie den Kontakt mit Menschen, welche an einer aktiven ansteckenden Infektionskrankheit (z.B. Grippe, Durchfallerkrankungen) leiden. Wenn Ihr Besuch verkühlt ist oder sich unwohl fühlt, dann verschieben Sie das Treffen auf einen späteren Zeitpunkt. Speziell bei Kinderkrankheiten, starkem Husten oder Viruserkrankungen sollten Sie Abstand zu den Betroffenen halten.



Vermeiden Sie dicht gedrängte Kaufhäuser, volle Busse oder Warteräume beim Hausarzt. Ist ein Besuch beim Hausarzt unumgänglich, so bitten Sie diesen, Ihnen den ersten Termin in der Früh zu geben oder Sie direkt in das Behandlungszimmer zu holen.

Gegen einen Besuch in einem Restaurant oder auch einmal im Kino ist nichts einzuwenden. Vermeiden Sie dabei „Stoßzeiten“ oder die „Grippezeit“.

Zudem sollten Sie Baustellen möglichst meiden. Dort sammeln sich oft Schimmelpilzsporen, welche durch die Arbeiten aufgewirbelt werden können.

Lassen sich größere Menschenansammlungen nicht vermeiden so kann es möglich sein, dass Ihnen Ihr Arzt empfiehlt, einen Mundschutz zu tragen!

ESSEN UND TRINKEN

Während Ihres Aufenthaltes auf der Aplasiestation war Ihr Immunsystem sehr stark eingeschränkt. Aus diesem Grund wurde auch das Essen in dieser Zeit speziell keimarm zubereitet. Auf Gewürze und rohe Produkte wurde weitestgehend verzichtet, um Ihren Körper nicht zusätzlich zu belasten. Ist es im Verlauf Ihres stationären Aufenthaltes zu einem ungewollten Gewichtsverlust gekommen, so ist eine ausgewogene Ernährung zu Hause nun besonders wichtig. Nur so werden Ihrem Körper Nährstoffe (Eiweiß, Vitamine, Flüssigkeit und Mineralien) in ausreichender Menge zugeführt. Damit wird auch die Muskelkraft gestärkt.



Auf eine streng keimarme Kost, wie auf der Aplasiestation, kann zu Hause verzichtet werden.

Achten Sie bei Einkauf, Zubereitung und Verzehr immer auf Frische und Sauberkeit:

- Gründliches Händewaschen vor Zubereitung der Lebensmittel.
- Regelmäßiges Reinigen der Messer und Bretter nach der Zubereitung von rohen Lebensmitteln. Verwenden Sie Schneidebretter aus Keramik oder Plastik (Holzbretter sollten aufgrund der hohen Keimbelastung und der unzureichenden Reinigungsmöglichkeit vermieden werden).

Entlassungsprocedere



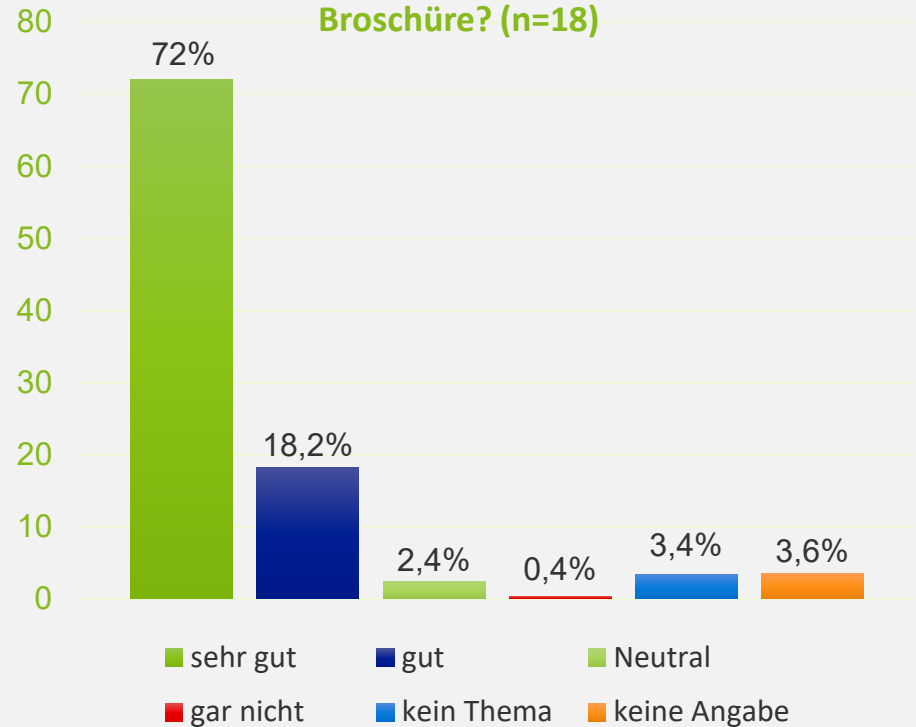
- Ausgabe der Broschüre 2-3 Tage vor Entlassung
- Fragen etc. können bis zur Entlassung gestellt werden
- Entlassungsgespräch – nochmaliges Ansprechen der einzelnen Themen u.a. mittels Teach-back-Methode

Feedbackbogen



Finde dieses Handbuch super (...). Super, dass Ihr auch noch nach der Entlassung den Patienten mit Rat und Tat zur Seite steht!

Sehr hilfreich und informativ!

Wie zufrieden waren Sie mit dem Inhalt der Broschüre? (n=18)





 **Preisträger Anerkennungspreis 2020** 

„AB NACH HAUSE!“

MIT ENTLASSUNGSBROSCHÜRE GUT INFORMIERT FÜR DIE ZEIT NACH DER APLASIESTATION

Universitätsklinikum Salzburg, Aplsiasation der Inneren Medizin III

...

Wird ein Patient nach einer intensiven onkologischen Behandlung

aus der Aplsiasation entlassen, hat er noch immer ein reduziertes Immunsystem. Besonders groß ist die Sorge, sich in einer keimbelasteten Welt „draußen“ nicht zurechtzufinden, die zu Hause auf ihn wartet. Die vertraute Umgebung wirkt plötzlich angsteinflößend.

...

Die Patienten

werden in der Broschüre immer wieder dazu aufgefordert, sich bei Unklarheiten weiterhin rund um die Uhr auf der Station zu melden. Damit soll Patienten sowie betroffenen Angehörigen die Sicherheit gegeben werden, jederzeit fachliche Beratung und Unterstützung erhalten zu können.

...

Die 26-seitige Entlassungsbroschüre

„Ab nach Hause“ soll Patienten wie auch Angehörigen diese Rückkehr in den Alltag erleichtern. Möglichst viele Bereiche des täglichen Lebens, bei denen Unsicherheiten entstehen können, sollen angesprochen werden. Dieses Heft ist auch für das Pflegeteam ein Hilfsmittel, einheitlich die gleichen Informationen an Patienten zu kommunizieren und das Entlassungsgespräch strukturierter zu führen.

Danke für Ihre Aufmerksamkeit!



DGKP Glasneck, Anja (DGKP Schneider-Worliczek, Christine)

Universitätsklinik für Innere Medizin III - Aplasiestation

Gemeinnützige Salzburger Landeskliniken Betriebsges.m.b.H. | Universitätsklinikum der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität

A-5020 Salzburg | Müllner Hauptstr. 48 | Ignaz-Harrer-Strasse 79 | Tel.: +43 (0)5 7255-25917 | Email: a.glasneck@salk.at / c.schneider-worliczek@salk.at

„Gemeinsame Ziele, gemeinsamer Erfolg“