



UniversitätsKlinikum Heidelberg

Herzinsuffizienz-Wach-Station

HI-Wach

Liebe Patientin, lieber Patient

Sie sind oder werden in naher Zukunft auf unserer Herzinsuffizienz-Wach-Station (kurz Hi-Wach) aufgenommen, da bei Ihnen eine fortgeschrittene Herzinsuffizienz festgestellt wurde.

Mit dieser Broschüre möchten wir die wichtigsten Fragen zu Ihrem Aufenthalt beantworten. Natürlich wird dadurch kein persönliches Gespräch ersetzt. Bei weiteren Fragen stehen Ihnen immer das pflegerische und ärztliche Personal zur Seite.

Die HI-Wach-Station ist eine Station speziell für Patienten mit einer akuten oder chronischen schweren Herzschwäche. Sie verfügt über acht Betten und ist die erste Station in Deutschland, deren Ausstattung (Überwachungsmöglichkeiten, interventionelle Therapien) und Personal (Ärzte, Pflege, Heart Nurse, Physiotherapie) speziell auf die Therapie der Herzinsuffizienz ausgerichtet ist.

Unsere Station verfügt ausschließlich über helle, geräumige 2-Bett-Zimmer mit

jeweils einem eigenen Bad. Zur Verwahrung Ihrer persönlichen Gegenstände stehen Ihnen ein Schrank sowie ein Nachttisch zur Verfügung.

Ein Vorhang zwischen den Betten ermöglicht es Ihnen, Ihre Privatsphäre zu schützen. Jedes Bett verfügt über einen eigenen Fernsehmonitor mit Kopfhörern, einen Telefon- und WLAN Anschluss. Bett und Nachttisch lassen sich bequem per Fernbedienung bedienen.

Auf unserer Station tragen alle Mitarbeiter die gleiche Arbeitskleidung, egal aus welchen Berufsgruppen sie kommen. Dieses kann zu Beginn Ihres Aufenthaltes für Verwirrung sorgen. Den Namensschildern der Mitarbeiter können Sie die jeweilige Funktion entnehmen.

Das pflegerische und ärztliche Team arbeitet im Schichtdienst und wechselt daher drei Mal am Tag. Es wird unterstützt von Team- und Versorgungsassistentinnen, von PhysiotherapeutInnen und vom Reinigungspersonal.

Inhaltsverzeichnis

1. Tagesablauf	Seite 6
2. Telefon / Handy / Internet	Seite 10
3. Monitorpflicht / WLAN	Seite 12
4. Pflegeutensilien / Kleidung	Seite 12
5. Essen und Trinken / Patientenkühlschrank / Cafeteria / Kiosk	Seite 13
6. Überwachung der Ein- und Ausfuhr	Seite 13
7. Medikamente	Seite 13
8. Physiotherapie	Seite 15
9. Besuchszeiten	Seite 16
10. Lila Damen / FSJ	Seite 16
11. Psychosomatische Betreuung	Seite 16
12. Wie geht es nach der Transplantation weiter	Seite 18
13. Selbsthilfegruppe	Seite 18

1. Tagesablauf

Übergabezeit der Pflege

06.30 – 07.00 Uhr

13.30 – 14.30 Uhr

21.00 – 21.30 Uhr

Übergabezeit der Ärzte

07.30 – 08.30 Uhr

16.00 – 17.00 Uhr

22.00 – 23.00 Uhr

Die Übergabe findet sowohl im Stationszimmer als auch direkt am Patientenbett statt.

Essenszeiten

Frühstück ca. 08.00 Uhr

Mittagessen ca. 13.00 Uhr

Abendessen ca. 18.00 Uhr

Die Küche des Uniklinikums hält einen wöchentlich wechselnden Speiseplan vor. Sie können aus dem Angebot frei wählen und Ihre Mahlzeiten individuell zusammenstellen. Den Wochenplan geben Sie ausgefüllt der Sekretärin oder der Pflegekraft zurück.

Gewichtskontrolle

Jeder Patient wird morgens vor dem Frühstück auf einer Sitzwaage gewogen. So erkennen wir mögliche Wasserspeicherung in Ihrem Körper.

Körperpflege / Duschen

Nach Rücksprache mit der betreuenden Pflegekraft kann die Körperpflege im Bad mit Unterstützung durchgeführt werden. Es besteht auch die

Möglichkeit zu duschen.

Verbandswechsel

Jeden Vormittag wird der Verband des zentralen Venenkatheters (ZVK) oder der Braunüle inspiziert und gegebenenfalls gewechselt, um damit die Einstichstelle und die umliegende Haut zu kontrollieren. Die EKG Aufkleber werden auch jeden Tag erneuert, um Hautirritationen vorzubeugen.

ZVD Messung

Der ZVD beschreibt den zentralen Venendruck und gibt uns Informationen über Ihren Flüssigkeitshaushalt und über die Leistung Ihres rechten Herzens.

Diese Informationen geben uns die Möglichkeit, Veränderungen Ihres Flüssigkeitshaushaltes frühzeitig zu erkennen und entsprechende Maßnahmen einzuleiten.

Er wird täglich von Ihrer zuständigen Pflegekraft über den ZVK gemessen. Der Messvorgang wird im Liegen durchgeführt, ist schmerzfrei und dauert nur wenige Minuten.

Blutabnahme

Die tägliche große Blutabnahme wird morgens gegen 6 Uhr von unserem Dienstarzt durchgeführt. Dadurch haben wir die Möglichkeit, Ihre aktuellen Blutwerte in der Oberarztvisite zu besprechen. In der Regel werden Blutbild, Herz-, Leber- und Nierenwerte sowie Elektrolyte und Gerinnungswerte kontrolliert.

Bei Auffälligkeiten der Blutwerte müssen diese nach entsprechender Therapieeinleitung erneut untersucht werden.

In der Regel bekommen Sie 3 x täglich durch das Pflegepersonal Blut abgenommen. Diese Proben werden über den zentralen Venenkatheter gewonnen und dienen der Kontrolle des Elektrolythaushaltes.

Visite

Täglich zwischen 8.00 und 12.00 Uhr werden Ihr Oberarzt, Ihr Stationsarzt und Ihre zuständige Pflegekraft Sie visitieren. Dabei werden Ihre Befunde, Ihr Therapieverlauf, aktuelle Beschwerden und Fortschritte mit Ihnen besprochen. Hier wird ebenso erörtert, welche Untersuchungen noch ausstehen und welche neuen Therapieziele es gibt. Sie haben auch hier die Möglichkeit Wünsche, Fragen und Anregungen mit uns zu besprechen.



Pausenzeiten der Pflegekräfte

Wir möchten Sie kurz über die jeweiligen Pausenzeiten Ihrer zuständigen Pflegekraft informieren.

Vormittags zwischen 9 und 10 Uhr

Nachmittag zwischen 16 und 17 Uhr

Nachts zwischen 1 und 2 Uhr

Ihre Pflegekraft wird Sie informieren wann sie die Pause antritt. Sie dauert 30 Minuten. Das Personal löst sich gegenseitig ab.

Hinweis

Wenn Geräte in Ihrem Zimmer Töne von sich geben, melden Sie sich bitte über den Schwesternruf. Es ist uns nicht immer möglich die Hinweistöne zeitnah durch die geschlossenen Türen zu hören.

MRE Screening

Die Abkürzung MRE steht für multiresistente Erreger. Das sind Bakterien, die unempfindlich gegenüber der Wirkweise der meisten Antibiotika sind.

Diese Antibiotikaresistenz kann bedeutsam für Ihre Therapie sein, da im Falle einer Infektion viele Medikamente wirkungslos sind.

Verbreitungs- und Infektionswege sind abhängig von der Art und Herkunft der Erreger.

Einige Bakterien entstammen der körpereigen Flora und können so in Haut und Wunden eindringen, wo sie Infektionen auslösen können. Andere Bakterien werden über andere Per-

sonen durch Kontakt,- Tröpfchen- oder Schmierinfektion übertragen.

Auch bestimmte Risikofaktoren wie ein geschwächtes Immunsystem, längere Krankenhausaufenthalte, Katheter, sowie längere oder wiederholte Antibiotikagabe nehmen Einfluss auf eine mögliche Infektion.

Bei Aufnahme auf unserer Station werden wir je einen Abstrich Ihres Nasenloches und Ihres Analbereiches machen, um sicherzugehen, dass Sie keine Krankenhauskeime aufweisen und damit möglicherweise Ihre Mitpatienten anstecken.

Diese Untersuchung wird wöchentlich dienstags wiederholt.

Anhand dieser Vorsichtsmaßnahmen versuchen wir die Ausbreitung von Krankenhauskeimen zu verringern. Dies ist auch zu Ihrem eigenen Schutz. Bei Befall können hygienische Maßnahmen gleich umgesetzt werden. In der Regel werden Sie in ein Einzelzimmer zur Isolation gelegt, um so eine Weiterverbreitung zu verhindern. Sie werden im persönlichen Gespräch mit Vorsichts- und Verhaltensmaßnahmen vertraut gemacht.

Für nähere Informationen stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung.



2. Patiententelefon/ Internet

Gerne stellen wir Ihnen ein Telefon an Ihrem Bettplatz bereit. Gespräche in das deutsche Festnetz sind kostenfrei. Telefonate in ein Mobilfunknetz, zur Auskunft oder ins Ausland, können mit diesem Telefon nicht geführt werden.

Ihre persönliche Telefonnummer steht hinter Ihrem Bettplatz an der Metallleiste (siehe Beschriftung, Tel 506-xxx).

Zum Telefonieren:

Hörer abnehmen, Taste „O“ und dann Ihre gewünschte Rufnummer wählen.

Um sich online mit Ihrem Notebook, Tablet oder auch mit dem Smartphone mit Ihren Verwandten, Freunden und Familie etc. verbinden zu können oder Sie einfach im Internet surfen möchten, stellt Ihnen das Klinikum kostenloses WLAN zur Verfügung. Um Verbindung mit dem Internet aufzubauen:

Patienten- Internet anwählen

- › nach kurzer Zeit erscheint eine Login-Maske
- › bei Neuansmeldung das Passwort über die SMS- Registrierung anfordern
- › nach kurzer Zeit erhalten Sie Benutzername und Ihr Kennwort.

Bitte beachten Sie, dass immer nur ein Gerät an einer Zugangskennung betrieben werden kann.

Die Zugangsdaten verlieren nach einer Kalenderwoche ihre Gültigkeit, nun müssen Sie sich neu registrieren. Bei Fragen steht Ihnen eine Hotline unter der Telefonnummer 7375 zur Verfügung.

Wir möchten Sie höflich darauf hinweisen, dass Sie an Ihre Privatsphäre, aber auch an die Ihres Bettnachbarn, denken. Daher bitten wir Sie keine sehr späten Telefonate in Rücksicht auf Ihren Mitpatienten zu führen.



3. Monitorpflicht/WLAN

Während Ihres gesamten Aufenthaltes auf unserer Station ist zur permanenten Überwachung Ihres Pulses und Blutdrucks eine Monitorpflicht vorgeschrieben. Da die Geräte mit einer WLAN Verbindung ausgestattet sind, können Sie sich auch nach Absprache im Flur der Station aufhalten.

4. Pflegeutensilien / Kleidung

Waschhandschuhe und Handtücher sind in ausreichender Menge auf Station vorhanden. Bei Bedarf können Sie Waschlotion, Hautcreme und Zahnpflegeutensilien von uns ausgehändigt bekommen. Denken Sie an Dinge wie Nagelschere, Rasierer, Damenhygieneartikel, Kamm oder Bürste usw.

Für die Dauer Ihres Aufenthaltes sollten Sie bequeme etwas weitere Kleidung wie z.B. Trainingsanzüge mitbringen, denn an Ihrem Oberkörper befinden sich EKG-Elektroden und am Hals oder im Bereich des Schlüsselbeins liegt eventuell ein zentraler Venenkatheter, der für das Pflegepersonal leicht zugänglich sein sollte.

Für die Physiotherapie benötigen Sie festes, geschlossenes Schuhwerk. Ihre Hausschuhe sollten eine rutschfeste Sohle haben.

5. Essen und Trinken / Patienten-kühlschrank

In der jetzigen Krankheitsphase benötigt Ihr Körper wesentlich mehr Nährstoffe, um die Stoffwechselvorgänge im Körper aufrecht zu erhalten. Stoffwechselvorgänge sind die Grundlage aller lebenswichtigen Vorgänge im Körper. Das Wort umschreibt, grob gesagt, alle biochemischen Vorgänge, die innerhalb der Zellen ablaufen. Nährstoffe, die in der Nahrung enthalten sind, benötigen Sie zur Energiegewinnung, zum Muskelaufbau und zur Steigerung der Abwehrkräfte. Daher ist es wichtig, ausreichend Kalorien zu sich zu nehmen.

Anhand des wöchentlich wechselnden Speiseangebotes der Küche des Uniklinikums können wir Ihren Wünschen individuell nachgehen. Dennoch besteht die Möglichkeit, dass Sie Lebensmittel und Getränke von ihren Angehörigen und Freunden mitbringen lassen.

Im Stationszimmer der HI-Wach befindet sich ein kleiner Kühlschrank für unsere Patienten, um Ihre Lebensmittel aufzubewahren. Bitte beachten Sie, dass je nach Jahreszeit und Belegung der Station, jedoch nur begrenzt Platz zur Verfügung steht. Ihre Sachen werden mit Namen und aktuellem Datum versehen.

Aus datenschutzrechtlichen Gründen bitten wir Sie und Ihre Angehörigen nicht eigenständig an den Kühlschrank zu gehen.

Öffnungszeiten der Cafeteria / Kiosk

Die Cafeteria und das Kiosk befinden sich auf der Ebene 01 im gegenüberliegenden Teil des Gebäudes. Sie dürfen nicht in die Cafeteria gehen, da diese außerhalb ihres Monitor- WLAN - Bereiches liegt. Gerne können Ihre Angehörigen von dort etwas besorgen oder unsere lila Damen leisten diesen Dienst für Sie.

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag:

7:00 – 18:00 Uhr

Wochenende und Feiertage:

10:30 – 17:00 Uhr.

6. Überwachung der Ein- und Ausfuhr

Auf unserer Station ist die Überwachung der Ein- und Ausfuhr (Bilanzierung) ein wesentlicher Bestandteil für die Therapie der Herzinsuffizienz. Das Verfahren dient dazu, den Flüssigkeitshaushalt genau zu beobachten und zu kontrollieren, um eine gute Entlastung und Unterstützung des Herzens zu ermöglichen. Es wird von ärztlicher Seite vorgeschrieben, dass 3x täglich (06:00, 12:00 und 18:00 Uhr) eine Bilanzierung vorgenommen wird. Damit können wir analysieren, wie viel Flüssigkeit im Körper gespeichert wurde, ohne über die Nieren ausgeschieden zu werden. Zu viel Flüssigkeit bedeutet eine zusätzliche Belastung für Ihr Herz.

Die Symptome sind Zunahme Ihres Körpergewichtes, Ödeme in den Beinen bis hin zur Atemnot, als Zeichen

einer Überwässerung der Lunge. Häufig ist es daher nötig, dass Sie eine Trinkmengenbeschränkung verordnet bekommen. Durch die Kontrolle Ihrer Trinkmenge kann Ihre Therapie positiv beeinflusst werden. Es gibt einen Trinkmengenplan auf dem Sie genau eintragen können, wie viel Milliliter Sie den Tag über trinken. Aufgrund der Trinkmengenbeschränkung sowie Nebenwirkungen einiger Medikamente kann es zum gesteigerten Durstgefühl kommen. Um dieses zu minimieren, können Sie Bonbons oder Eiswürfel lutschen, extrem süße oder salzige Speisen vermeiden und Ihren Mund durch Mundspülungen mit Zitronenwasser erfrischen.

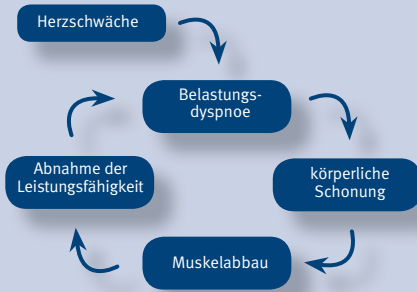
7. Medikamente

Ein wichtiger Bestandteil für Ihre Gesundheit und vor allem nach der Transplantation ist die Tabletteneinnahme sowie das Richten Ihrer Tabletten.

Während Ihres Aufenthaltes auf Station stellen wir Ihnen Ihre Tabletten zur Verfügung mit dem aktuellen Medikamentenplan. Die Pflegekräfte unterstützen Sie beim Tablettenrichten. Ihre gerichteten Tabletten werden vor Einnahme von den Pflegekräften noch einmal kontrolliert. Ziel ist, dass Sie wissen, welche Medikamente Sie einnehmen, Ihnen das Zusammenstellen der Tabletten leichter fällt und Sie auch nach der Zeit im Krankenhaus Ihre Tabletten zu Hause selbstständig zusammenstellen können.

8. Physiotherapie

Schema des Teufelskreises der Herzinsuffizienz:



Von Montag bis Freitag werden Sie täglich von unseren PhysiotherapeutInnen der Abteilung für Sportmedizin auf Station betreut.

Bewegung ist ein wichtiger Aspekt vor- und auch nach der Transplantation. Durch ein angepasstes Training können Sie wesentlich zum Erfolg ihrer OP beitragen.

Um dem oben dargestellten Teufelskreis der Herzinsuffizienz zu entkommen, sollten Sie nach einem Eingangstest so früh wie möglich mit ihrem individuellen Trainingsprogramm starten.

Empfehlenswert wären mehrere kleine Trainingseinheiten pro Tag, die Sie in ihrem persönlichen Trainingstagebuch dokumentieren sollten. Die Physiotherapeutischen Behandlungen finden immer unter Monitorüberwachung statt.

Das Physiotherapie- Training umfasst folgende Therapieschwerpunkte:

- › Ausdauertraining (Gehen in der Ebene, Fahrradergometer im Liegen oder Sitzen nach der Dauer- oder Intervallmethode)
- › Kraftausdauer Training, dynamisches Krafttraining (spezielles Training bes. der Arme und Beine mit/ ohne Hanteln, Theraband, Zugapparat etc...) mit ca. 50% der Maximalkraft (=Kraftausdauerermethode)
- › Muskeltraining auf der Galileo-Vibrationsplatte
- › Atemtherapie
- › Haltungsschulung
- › Entspannungstherapien
- › Wärmeanwendungen, (Spezial-) Massagen
- › Manuelle Lymphdrainage, Kompressionstherapie
- › Erlernen der Selbsteinschätzung
- › Beratung und Aufklärung



9. Besuchszeiten

Auf Hi-Wach gibt es keine festen Besuchszeiten. Ihre Angehörigen melden sich telefonisch über eine Klingelanlage an der Eingangstür bei dem Pflegepersonal an. Auf eine erholsame Nachtruhe legen wir viel Wert, deshalb wünschen wir uns, dass diese eingehalten wird. In der Medizinischen Klinik besteht die Nachtruhe zwischen 20.00 und 7.00 Uhr.

Wenn Sie nicht aus Heidelberg oder der näheren Umgebung kommen, bieten wir eine Liste mit unterschiedlichen Übernachtungsmöglichkeiten an. Fragen Sie bei Interesse beim Pflegepersonal nach oder unter www.klinikum.uni-heidelberg.de/Unterkuenfte

10. Lila Damen / Bundesfreiwilligen Dienst / FSJ

„Lila Damen“ werden unsere ehrenamtliche Mitarbeiter/Innen der Ökumenischen Krankenhaushilfe des Universitätsklinikums genannt. Sie sind an ihrer lilafarbenen Arbeitskleidung zu erkennen. Sie sind im Haus, um den Klinikaufenthalt für Sie ein wenig zu erleichtern, indem sie sich um kleine Dienste aller Art wie z.B. Besorgungen am Kiosk, der Bibliothek oder auch in der Stadt kümmern. Ebenso sind sie für Sie oder auch Ihre Angehörigen diskrete, einfühlsame Zuhörer und versuchen Ängste abzufangen und Mut zuzusprechen.

Möchten Sie Kontakt zu einer „lila

Dame“ aufnehmen, wenden Sie sich bitte an das Pflegepersonal. In der Regel besuchen Sie unsere Station jeden Donnerstag.

Unser Team wird im Tagdienst von Teilnehmern des Bundesfreiwilligen Dienstes oder auch Freiwilliges soziales Jahr unterstützt. Diese übernehmen ähnliche Aufgaben wie die „lila Damen“. Sie unterstützen Sie aber auch bei der Körperpflege und beim Ankleiden, bei der Mobilisation und der Nahrungsaufnahme. Sie helfen bei den alltäglichen Dingen, die Ihnen mit Unterstützung leichter fallen.

11. Psychosomatische Betreuung

Unsere Klinik verfügt über ein multiprofessionelles Team von Ärzten, Psychologen und Sozialarbeitern, welche Sie in der schweren Krankheitsphase und der Wartezeit auf das neue Organ unterstützen.

Das Angebot der psychosomatischen Betreuung umfasst folgende Punkte:

- › Gesprächsführung unter vier Augen, aber auch mit den Angehörigen zusammen
- › Beurteilung der psychischen und körperlichen Verfassung und der sozialen, persönlichen Lebensumstände
- › Beratung in sozialrechtlichen Fragen

Des Weiteren gibt es Seelsorger vieler Konfessionen an der Uniklinik, mit denen wir den Kontakt herstellen können.



12. Wie geht es nach der Transplantation weiter

Es gibt eine Broschüre „Neues Herz - was nun?“, die Sie von uns ausgehändigt bekommen.

Eine kurze Zusammenfassung auf was Sie achten sollten:

- › Medikamente müssen zu festen Zeiten eingenommen werden
- › Beim Richten der Medikamente werden Sie von uns unterstützt
- › Mund- und Körperhygiene sind fortan sehr wichtig
- › Bei der Ernährung müssen Sie darauf achten, dass alles, was nicht gekocht und geschält werden kann, eine potentielle Gefährdung darstellt
- › Bewegung ist wichtig, um den Genesungsprozess zu fördern

13. Selbsthilfegruppe

Patienten und Angehörige haben die Möglichkeit die Herztransplantations-Gruppe zu besuchen, um sich mit anderen Betroffenen auszutauschen. Diese Gruppe wird von einem erfahrenen Arzt geleitet. Dabei werden neue Informationen durch den Besuch verschiedener Referenten vermittelt.

Das Treffen findet alle 4 Wochen freitags von 16.00 – 17.30 Uhr in der Medizinischen Klinik in der psychosomatischen Ambulanz im Raum 424 statt.

Auf Wunsch stellen wir auch gerne Kontakt zur Gruppe her, um Gespräche auf Station zu führen.

Aktuelle Informationen finden Sie auf der Internetseite www.herztransplantation.de unter „Aktuelles“.



Wir hoffen, dass wir Ihnen einen Einblick in unseren Stationsalltag geben konnten. Sollten noch Fragen offen geblieben sein, scheuen Sie sich nicht uns anzusprechen.

Einen möglichst angenehmen Aufenthalt wünscht Ihnen Ihr Team der HiWach.

Impressum und Quellennachweis

Herausgeber

Pflegepersonal

Klinik für Kardiologie, Angiologie und Pneumologie

(Innere Medizin III)

Medizinische Klinik des Universitätsklinikums Heidelberg

Stand: Januar 2015

Gestaltung und Layout

Zentrale Einrichtung des Universitätsklinikums und

der Medizinischen Fakultät Heidelberg

www.klinikum.uni-heidelberg.de/unternehmenskommunikation

Grafik: Rita Sechser

Fotos

Medienzentrum

Druck

printed in Germany

ID_26905



