



# HILFE ICH MUSS INS KRANKENHAUS

WIE ERLEBEN PATIENTEN,  
HEUTE DEUTSCHE KRANKENHÄUSER?  
WAS GESCHIEHT MIT IHNEN,  
WENN SIE IN DIE  
„SCHICKSALSMÜHLE KLINIKUM“ GERATEN?



Ich habe erlebt, wie sich ein Aufenthalt im Krankenhaus einschließlich Notfalleinweisung und Intensivstation auf Körper und Seele auswirkt und wie es sich anfühlt, wenn man überleben darf. Trotz Grippewelle und hoffnungsloser Überfüllung habe ich positive Erfahrungen gemacht, mit engagierten und empathischen Krankenschwestern/Pflegern, professionellen Ärzten und guten Therapien. (Vielen Dank an diese Leute an das Team des St. Josef Krankenhaus SW für ihren herzlichen Umgang und Zuspruch des Pflegepersonals!!!)

## DIE ANGST VOR KRANKENHÄUSERN IST MIR TROTZDEM GEBLIEBEN. WARUM?

Das Rheingold Institut schreibt in einer Studie von 2013: „Das Krankenhaus als Ort der Schicksalsbehandlung. Wie erleben Patienten heute deutsche Krankenhäuser? Was geschieht mit ihnen, wenn sie in die „Schicksalsmühle Klinikum“ geraten? Und wie kann man den Aufenthalt und die seelische Verfasstheit im Krankenhaus positiv verändern? Wir leben heute in einer Welt, in der wir versuchen uns komplett abzusichern und jederzeit Herr der Lage zu sein. Das Gesellschaftsideal ist ein glücksmaximiertes Vollkaskoleben. Die Patienten erleben das Krankenhaus als Schicksalsmühle. Sie werden durch diese Mühle durchgedreht und müssen alles Persönliche abgeben.“ Mehr als die Hälfte aller Bundesbürger (54 Prozent) fürchten sich vor einem Krankenhausaufenthalt. Jeder zehnte hat sogar große Angst davor. Das ist das Ergebnis einer Forsa-Umfrage unter mehr als 1000 Personen im Auftrag der Hanse-Merkur-Versicherungsgruppe. Allein der Begriff „Krankenhaus“ kann Angst machen. Es klingt eher nach krank machen als nach gesund werden. Gesundheitshaus würde den Zweck dieser Institution viel besser treffen, ist aber nicht gebräuchlich.

## 5 DINGE, DIE PATIENTEN BEI EINEM AUFENTHALT IM KRANKENHAUS AM MEISTEN FÜRCHTEN:

- Schmerzen
- Behandlungsfehler
- Ausgeliefert sein
- Ansteckung mit gefährlichen Keimen
- Nutzlose Therapien

Miriam Tabea Richter, Diplom-Berufspädagogin für Pflegewissenschaften weist darauf hin, dass ein Krankenhaus generell eine angstverstärkende Umgebung ist.

## 7 ASPEKTE, DIE ZUR ANGSTVERSTÄRKUNG BEITRAGEN:

- räumliche Gegebenheiten
- ein hohes Maß an Technik
- das Erleben von Leid und Tod
- mangelnde Kommunikation und soziale Distanz
- Verlust der körperlichen Integrität
- Verlust der sozialen Geborgenheit

## WAS TUN, UM DIE ANGST VOR EINEM KRANKENHAUSAUFENTHALT ZU MINIMIEREN?

Wenn ein Krankenhausaufenthalt ansteht, der planbar ist, kann man im Vorfeld einiges tun, um die Angst zu reduzieren:

- Einen Termin machen und das ausgewählte Krankenhaus anschauen, sich das Zimmer zeigen lassen und den behandelten Arzt kennen lernen.
- Sich genau über die Behandlung/OP und die nötigen Therapien aufklären lassen
- Rechtzeitig alle Aufgaben/Termine des Alltags delegieren bzw. verlegen und genügend Zeit für die Gesundung einplanen.
- Neben allen Gebrauchsdingen (siehe Checkliste) auch etwas für die Seele einpacken, z.B. ein Bild von den Liebsten, Glücksbringer, etc.

## WAS MUSS MIT INS KRANKENHAUS?

Es ist wie Urlaubskoffer packen. Wer ins Krankenhaus muss, übersieht vor lauter Aufregung schnell wichtige Kleinigkeiten.



## HIER DIE CHECKLISTE:

### WICHTIGE UNTERLAGEN

- Krankenversicherungskarte
- Personalausweis
- Unterlagen des behandelnden Arztes,
- Röntgen- oder CT-Aufnahmen
- Liste der Medikamente die Sie dauerhaft einnehmen
- Impfpass, Allergiepass o.ä.

### HYGIENEARTIKEL

- Handtücher und Waschlappen,
- Persönliche Körperpflege- und Hygienemittel

### KLEIDUNG

- Schlafkleidung, Morgenmantel
- Jogging-Anzug
- Unterwäsche, Strümpfe, Hausschuhe

### GEGEN LANGEWEILE

- Lesestoff, Ipad, MP3player, etc. ...

### DAS SOLLTE BESSER DAHEIM BLEIBEN:

- Hausschlüssel, Schmuck, große Geldbeträge oder sonstige Wertsachen.



## FAZIT ZUM THEMA KRANKENHAUS

Es gibt viel, was in Kliniken optimiert, verändert und überdacht werden muss. Hinter dem Thema „Funktion eines wirtschaftliches Unternehmens Krankenhaus“ bleibt der menschliche Aspekt oft zurück. Dennoch arbeiten hier Tag und Nacht viele Menschen aufopfernd, um zu helfen und zu heilen und das bei teilweise geringer Entlohnung. Verbesserung und Verbesserung ist dringend nötig, wir sind wir alle genug! Demokrit (griechischer Philosoph) bemerkte bereits 470 v.Chr.:

„Gesundheit erleben die Menschen von den Göttern, dass es aber in ihrer Hand liegt, diese zu erhalten, daran denken sie nicht.“

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Gesundheit und Eigenverantwortung, um diese zu erhalten.

Ihre Claudia Graser, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Anzeige

Praxis für Psychotherapie  
Claudia Graser  
staatl. gepr. Heilpraktikerin  
Psychotherapie



NEU LICHTTHERAPIE BEI  
WINTERBLUES,  
DEPRESSIONEN UND  
SCHLAFSTÖRUNGEN

## THERAPIE



- Burn-out / Stressmanagement
- Schlafstörungen
- Depressive Verstimmungen
- Ängste / Phobien / Zwänge
- Begleitung bei Trennung / Trauer / Kummer

## BERATUNG - COACHING

- Partnerschafts-Beratung
- Impulsberatung bei Entscheidungen / Veränderungen
- Neue Ziele setzen und erreichen
- Motivationstraining

CLAUDIA  
GRASER

Rückertstraße 24-26  
97421 Schweinfurt  
Telefon: 09721-533 555 0  
E-mail: info@claudia-graser.de



www.leben-managen.de