

## Empfehlungen

### zur Vorbereitung auf einen Krankenhausaufenthalt

Glücklicherweise ist nicht jeder Krankenhausaufenthalt ein Notfall. Häufig wird eine Behandlung im Krankenhaus einige Zeit im Vorfeld geplant, zum Beispiel dann, wenn ein operativer Eingriff durchgeführt werden muss.

Die nachfolgenden Informationen und Empfehlungen sollen Ihnen und Ihren Angehörigen dabei helfen, einen Krankenhausaufenthalt gut vorzubereiten.







#### Vor dem Krankenhausaufenthalt

Der Termin für Ihre Einweisung ins Krankenhaus steht fest. Informieren Sie Ihr persönliches Umfeld darüber, dass Sie einige Tage nicht da sind. Besprechen Sie, ob und von wem Sie in der Klinik besucht werden möchten. Organisieren Sie in Ruhe, wer sich in der Zeit Ihrer Abwesenheit um die Post, die Blumen und ggf. um die Haustiere kümmern kann. Erstellen Sie eine Liste mit wichtigen Telefonnummern.

Blieben Sie geistig und körperlich aktiv! Gehen Sie Ihren Aktivitäten und Beschäftigungen wie gewohnt nach und bleiben Sie so lange wie möglich in Bewegung. Stärken Sie sich, indem Sie ausreichend essen und viel trinken, sofern es keine medizinischen Einwände gibt (z.B. Diät, Begrenzung der Trinkmenge).

#### Wichtige Dokumente

Bringen Sie alle wichtigen Unterlagen mit ins Krankenhaus. Dazu gehören:






	Versichertenkarte Ihrer Krankenkasse
	Impfausweis
	Ggf. Ausweise/Pässe (Allergien, Blutverdünnung, Schrittmacher...)
	Ggf. Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung
	Telefonliste mit wichtigen Rufnummern (z.B. von Angehörigen)
	

## Informationen zu Erkrankungen und Medikamenten

Informationen zu Vorerkrankungen und zu den Medikamenten, die Sie zurzeit einnehmen, sind besonders wichtig! Teilen Sie dem ärztlichen/pflegerischen Personal in den Vorgesprächen unbedingt mit, ob geistige Einschränkungen oder eine Demenzerkrankung vorliegen. Waren Sie nach einer vorangegangenen Operation durcheinander oder verwirrt? Hatten Sie schon einmal ein Delir? Haben Sie starke Ängste im Zusammenhang mit der anstehenden Behandlung? Sprechen Sie diese Themen bitte an!

Nehmen Sie Medikamente ein? Wenn ja, dann geben Sie diese vollständig an. Dabei ist es ganz egal, ob es sich um rezeptpflichtige oder nicht verschreibungspflichtige Medikamente, Tabletten, Tropfen, Augentropfen oder Salben handelt. Es spielt auch keine Rolle, ob Sie die Medikamente regelmäßig oder nur gelegentlich einnehmen. Informationen zu Schlafmitteln sind besonders wichtig.

Hilfreich sind folgende Unterlagen.

	Arztbriefe, Vorbefunde, Laborwerte
	Medikamentenliste (inkl. Dosierung), ggf. Ausdruck durch die Hausarztpraxis
	Ggf. Pflegeüberleitungsbogen
	Ggf. eigene Medikamente in Originalverpackung
	Ggf. Diabetikerbedarf (Pen, Pen-Nadeln)

## Hilfsmittel

Bringen Sie sämtliche Hilfsmittel mit und tragen Sie Ihre Brille und Hörgeräte während Sie im Krankenhaus sind. Dadurch werden Kommunikation und Orientierung erleichtert.

	Brille/Lesebrille
	Hörgeräte inkl. Batterien/Ladegerät
	Gehhilfen (z.B. Rollator, Stock, Gehstützen)
	









## Für den Krankenhausaufenthalt

Damit Sie sich trotz der ungewohnten Situation im Krankenhaus wohlfühlen, empfehlen wir Ihnen bequeme Kleidung, Ihre gewohnten Hygieneartikel und einige persönliche Dinge mitzunehmen.

	Gewohnte und bequeme Kleidung, u.a. Schlafanzug/Nachthemd, Bademantel, Jogginganzug oder locker sitzende Ober-/Unterbekleidung
	Persönliche Toilettenartikel, u.a. Zahnbürste, Zahnpasta, Reinigungstabletten für Zahnersatz, Kamm/Haarbürste, Rasierutensilien, Seife, Duschgel, Shampoo, Hautcreme, Papiertaschentücher
	Hausschuhe (geschlossen und rutschfest)
	Eigenes Kopfkissen, Kuschedecke
	Uhr/Wecker für den Nachttisch
	Fotos von Familienmitgliedern, vertrauten Personen, Haustieren
	Ohrstöpsel, Schlafbrille
	Lieblingsgetränke (Tee, Saft o.ä.)
	Geldbörse mit Kleingeld für die Cafeteria Bitte keine größeren Geldbeträge mit ins Krankenhaus nehmen!
	

## Aktiv sein im Krankenhaus

Auch wenn Sie unter Umständen von der Operation erschöpft oder anfänglich durch Schmerzen eingeschränkt sind, ist es wichtig weiterhin geistig und körperlich aktiv zu sein. Bewegen Sie sich jeden Tag so viel, wie es Ihnen möglich ist. Bringen Sie sich Beschäftigung mit, die Ihren persönlichen Interessen entspricht. Hier einige Ideen:

	Mobiltelefon, Tablet (inkl. Ladekabel, Kopfhörer)
	Buch, Zeitschrift, Tageszeitung
	Hörbücher, Musik (inkl. Audiogerät und Kopfhörer)
	Kleines Gesellschafts- oder Kartenspiel
	Handarbeitssachen (z.B. Strickzeug)
	Rätsel (z.B. Kreuzworträtsel, Sudoku)
	Schreibutensilien
	...

## Notizen

---

---

---

---

---

WIR WÜNSCHEN IHNEN ALLES GUTE!