

Was kann ich machen, wenn ich oder mein Angehöriger in extreme Atemnot gerät?

1. Selbst **Ruhe bewahren** und versuchen, **beruhigend** auf den Betroffenen/ die Betroffene einzuwirken
2. Helfen Sie dem Betroffenen/ der Betroffenen beim **Aufsitzen** und stützen Sie seine/ ihre Arme auf einer festen Unterlage zur Erleichterung der Atmung ab, z. B. festes Kissen oder Tablett (sogenannter Kutschersitz: Abstützen nach vorne auf gebeugte Unterarme)
3. Öffnen Sie das **Fenster** oder stellen Sie einen Ventilator an oder, wenn vorhanden, geben Sie **Sauerstoff** oder lassen Sie den Betroffenen/ die Betroffene **inhalieren**. Eventuell gelernte **Atemtechniken**, die für den Patienten wirksam sind, anwenden (z. B. Lippenbremse, langsames Ausatmen).
4. Verabreichen Sie ein **Notfallmedikament** (beruhigend/ angstlösend/ Atmung erleichternd), wie Sie instruiert wurden:

- Morphium:
Nach jeweils **20 Minuten** können Sie dies noch 1 – 2 mal wiederholen
- (Einmalige Anwendung)
- Anderes Medikament:

Falls sich die Atemnot nicht verbessert, rufen Sie um **Hilfe** (z. B. Familie, Freunde, SPITEX, spezialisierte Palliativpflege SEOP oder Hausarzt):

Name: Tel.

Name: Tel.

5. Falls keine Besserung der Atemnot auftritt oder Hilfe nicht in nützlicher Frist vor Ort sein kann, rufen Sie folgende Nummer an:

Ambulanz über Tel. 144 oder Regionale Notarztnummer:

Vorschläge für weitere Massnahmen ausserhalb einer Atemnotattacke nach Vereinbarung und evtl. Instruktion durch das behandelnde Team:

- Atemstimulierende Einreibungen
- Ggf. Aromastoffe (Vorsicht: erst auf Verträglichkeit testen!): _____
- Andere stressreduzierende Massnahmen nach individueller Vorerfahrung

Die Information Patient/ Patientin, Angehörige sowie Hausarzt/ Hausärztin ist im Spital erfolgt durch:

Datum:

Profession:

Unterschrift:

Visum des Hausarztes/ der Hausärztin

Datum:

Unterschrift