

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:

- Morphin:

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 Notarzt Nummer:

Vorschläge für weitere Massnahmen ausserhalb der Atemnotsattacke 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 _____

Bei der Erarbeitung dieser Standard Operating Procedure (SOP) wurde auf hohe Sorgfalt geachtet. Die vorliegende SOP basiert auf dem in der Fusszeile datierten Wissensstand. Bei den bereitgestellten Inhalten (therapeutischen Angaben, insbesondere von Heilmitteln, ihren Dosierungen und Applikationen) übernehmen die AutorInnen keine Gewähr. Die anwendenden Fachpersonen sind aufgefordert, alle Angaben in eigener Verantwortung auf ihre Richtigkeit zu überprüfen und verpflichtet, die Verordnungen in eigener Verantwortung vorzunehmen. Die AutorInnen bitten zudem AnwenderInnen, ihnen Ungenauigkeiten und mögliche Fehler mitzuteilen. Inhalte auf unserer Webseite sind urheberrechtlich geschützt. Nichtsdestotrotz kann im Rahmen des Zitatrechts aus unseren Inhalten zitiert werden. Wir bitten Sie, folgende Zitierweise zu benutzen: Autor(en) (Jahr). Titel der SOP, Universitäres Zentrum für Palliative Care, Universitätsspital Bern Inselspital, Schweiz