

# Eine Nacht im Pflege-Einsatz



Bild: Suncica Kostic

Tina Bachmann, stellvertretende Abteilungsleiterin der Pflegestation N4 in Burgdorf (links), erklärt Praktikantin Sarah Thomas am PC das Klinikinformationssystem.

## Was passiert nachts im Spital? Die Praktikantin in der Kommunikation wollte es genau wissen.

*Sarah Thomas\**

Die Hände sind in Handschellen. Polizisten stehen vor einer der fünf Kojen auf der Notfallstation und bewachen den Patienten, der erneut ausfällig wird und die Handschellen gegen den Türrahmen schlägt. Die Beschimpfungen nehmen zu. Wo bleibt der diensthabende Psychiater, welcher die weiteren Massnahmen definiert?

Mit der Ankunft des Psychiaters geht es plötzlich schnell: Eine weitere Per-

son wird von der Polizei in die Notfallstation eskortiert, der diensthabende Psychiater muss nun beide Patienten begutachten. Da zeitgleich auch noch eine Frau mit Verdacht auf Norovirus eingeliefert wird und eine andere mit Verdacht auf Fraktur des Oberschenkelhalsknochens, muss ich kurzzeitig das Büro auf der Notfallstation hüten.

### Logbuch und Ladekabel

Auf den Bildschirmen sind die verschiedenen Kojen abgebildet. Darunter stehen die Namen der Patienten, Geburtsdatum und die vorläufige Diagnose. Vor mir liegt eine Art Logbuch. Darin sind alle Patienten der jeweiligen Schicht

eingeschrieben und die Angaben zur Dauer des Aufenthalts aufgelistet. Es ist ein richtiges Gewusel um mich herum. Plötzlich bin ich – beziehungsweise mein Handyladekabel – gefragt. Ein weiterer Patient hat die Krankheit vergessen, welche er vor acht Jahren hatte, doch sein Akku ist leider leer und googeln daher unmöglich. Wie sich später herausstellt, hat die damalige Erkrankung jedoch nichts mit den jetzigen medizinischen Problemen zu tun.

Ich bin fasziniert von der Hektik und zugleich der Präzision, welche auf der Notfallstation herrschen. Nie ist eine Situation gleich und vieles ändert sich rasend schnell. Dennoch stelle ich es

mir wahnsinnig ermüdend vor, wenn gar keine Notfälle eintreffen. Ich frage bei Sabrina nach, welche in dieser Nacht die Schichtleitung innehat. «Wenn es einmal ruhig ist, haben wir die Zeit, das Equipment zu kontrollieren, wegzuräumen und zu putzen. Zudem können wir uns um administrative Dinge kümmern.»

Und was ist, wenn die Polizei viele psychiatrische Patienten einliefert? Sabrina: «Ich mache mir vor allem Gedanken bei jungen Menschen, welche bereits jetzt auffällig geworden sind. Was kann noch aus ihnen werden?» Plötzlich ertönt der Alarm eines Blutdruckmessgeräts und ich sitze wieder alleine im Büro und schaue auf das Logbuch. Der Patient mit den Handschellen ist erst Anfang zwanzig.

### Pflege-Gedanken

Bevor ich zur Nachtschicht aufgebrochen bin, habe ich mir natürlich Gedanken zur Pflege gemacht. Das wird bestimmt körperlich anstrengend, emotional fordernd und ein grosser Zeitdruck ist sicher auch vorhanden. Ich habe mich auch gefragt, ob ich dem Personal helfen kann oder vorwiegend im Weg stehe. Kann ich die Nacht durchhalten ohne einzuschlafen? Werde ich mich zurechtfinden? Mit dem Anziehen der weissen, viel zu weiten Hose und dem blauen T-Shirt mit dem Spital-Emmental-Logo habe ich mich äusserlich schon in eine Pflegeassistentin verwandelt. Doch bin ich dem Job gewachsen?

Etwas nervös melde ich mich bei Sara, welche diese Nacht als Springerin fun-

giert. Die Springer sind während der Nacht keinem bestimmten Stock zugeteilt, sondern helfen auf allen Stationen aus.

Sara nimmt mich als erstes mit auf die verschiedenen Stationen und erklärt mir, wie sie aufgebaut sind: Im 4. Stock werden die privatversicherten Patienten behandelt, im 3. Stock die chirurgischen Patienten, im 2. Stock chirurgische und medizinische und im 1. Stock medizinische Patienten. Die Stationen weisen immer ein Stationszimmer auf, Ausgänge und Räume, um beispielsweise medizinische Geräte zu verstauen. Ich werde den Ausguss noch öfters besuchen, um Bettpfannen in die Abwaschmaschine zu stellen, Nachtstühle zu desinfizieren und die Schmutzwäsche zu entsorgen.

## Nachts essen: Unsere Tipps

Schichtarbeit ist für den Körper belastend, da der Schlafrhythmus sich kurzfristig ändert. Die innere Uhr und somit auch die Verdauung lassen sich jedoch nicht umstellen. In der Nacht ist die Verdauung verlangsamt. Die Ernährungsberatung des Spitals Emmental empfiehlt deshalb die Beachtung folgender Punkte:

- Essen Sie tagsüber drei Hauptmahlzeiten zur gewohnten Zeit und gestalten Sie diese ausgewogen.
- Planen Sie für eine gute Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit während der Nachtschicht zwei Mahlzeiten ein. Davon eine leichte Mahlzeit mit warmen Komponenten (z. B. Gemüsesuppe mit Käse und Brot) um Mitternacht und einen kleinen Snack (z. B. Früchte oder Joghurt) vor Schichtende. Vermeiden Sie Snacking!
- Fettreiche Mahlzeiten machen müde und können aufliegen. Meiden Sie an Tagen mit Nachtarbeit üppige und fettreiche Mahlzeiten.

- Trinken Sie ausreichend und bevorzugen Sie zuckerfreie und warme Getränke. Zwei Stunden vor dem Schlafengehen empfiehlt es sich, keine koffeinhaltigen Getränke mehr zu konsumieren.

Weitere Informationen über Ernährung bei Schichtarbeit finden Sie in der SECO-

Broschüre «Pausen und Ernährung» (Bestell-Link: <http://tinyurl.com/mcdu6>).

Bei Fragen oder für Unterstützung können Sie sich gerne an Stefanie Birrer von der Ernährungsberatung wenden (29 85).



Statt Snacks: Früchte sind auch nachts gesünder.



Sarah Thomas würde jederzeit nochmals in der Pflege hospitieren.

Sara gibt mir ein Telefon mit, damit auch ich helfen und einspringen kann, falls nötig. Meine Nervosität und Unsicherheit legen sich und ich fühle mich sehr wohl und freue mich auf die restliche Schicht. Während der Schicht fällt mir auf, dass von meinen Vorstellungen viele tatsächlich der Realität entsprechen. Praktisch die gesamte Schicht über bin ich auf den Beinen und helfe Patienten beim An- und Ausziehen und beim Gang auf die Toilette.

### Traumscenen

Tatsächlich muss ich auch erfahren, dass es teilweise schwierig ist, die Schicksale der Patienten nicht mit

sich herumzutragen. Ich muss später zu Hause viel über das Erlebte reden und träume sogar vom Spital. Es sind kleine Szenen auf der Station, welche mich wortwörtlich zum Träumen bringen. Wie beispielsweise Sara und ich beim Anziehen einer älteren Dame wissen wollen, ob sie einen BH besäße und sie uns ziemlich verduzt fragt, wozu sie einen tragen sollte, es sei doch nur ein unbequemes Kleidungsstück. Oder als eine 92-jährige Frau auf die Toilette gehen, beziehungsweise schon fast hüpfen will und nicht einsieht, dass sie vielleicht Socken oder Schuhe anziehen sollte wegen der Rutschgefahr.

Meine dritte Annahme bezog sich auf den gelegentlichen Schwatz, Scherz und Umgang zwischen dem Pflegepersonal und den Patienten. Ich war überzeugt, dass das Pflegepersonal wegen der vielen Patienten mit hohem pflegerischem Aufwand nicht genügend Zeit hat, sich persönlich mit den einzelnen Patienten und deren Fragen, Wünschen und Bedürfnissen auseinanderzusetzen. Jetzt überrascht es mich aber positiv, wie viel Wärme das Pflegepersonal den Patienten in der kurzen verfügbaren Zeit entgegenbringen kann. Wer hätte gedacht, dass die Überwachung des Blutdrucks sich zu einem kurzen Gespräch über die Liebe entwickeln kann?

### Patientenlob

Mein Telefon klingelt: Eine Dame muss umgelagert werden. Ich bin nicht gerade unglücklich darüber, die Notfallstation verlassen zu können und gehe in den 4. Stock. Das Umlagern ist vor allem bei Patienten sehr wichtig, welche nicht mehr mobil sind, damit sie keinen Dekubitus bekommen. Und dann passiert etwas Wunderbares: Die ältere Dame hält sich an mir fest und lässt mich nicht mehr los. Nach dieser unerwarteten, jedoch äusserst liebevollen Umarmung gehe ich mit einem Lächeln aus dem Zimmer. Sara sagt zu mir: «Ist es nicht einfach schön, wenn dich Patienten so gern haben?» Ja, ist es. Würde ich nochmals in der Pflege hospitieren? Ja, absolut!

### Viel Administration

Und dies, obwohl ich auch Patienten kennengelernt habe, welche mehr Betreuung benötigten. Die ältere demente Dame beispielsweise, welche alle Viertelstunde geklingelt hat, oder der Herr mit den vielen Fragen.

Ich bin auch erstaunt darüber, wie viel Administration auf das Pflegepersonal wartet und dass jede Pflegeleistung auf die eigene Arbeitszeit verbucht werden muss. Die Vielschichtigkeit und das Engagement des Pflegepersonals werden mir jedoch in bester Erinnerung bleiben, genauso wie das Kompliment einer Patientin: «Frau Thomas, Sie sind aber eine gute Nachtschwester!»

*\*Sarah Thomas arbeitet Teilzeit als Praktikantin Unternehmenskommunikation und studiert an der Universität Freiburg im Master Legal Studies.*