

# Inforeihe Gerontopsychiatrie



## Delir – oft übersehen, ernst zu nehmen

### Was ist ein Delir?

Ein Delir ist eine **akut auftretende, vorübergehende Funktionsstörung** des Gehirns. Es entwickelt sich meist rasch und verläuft schwankend im Tagesverlauf. In vielen Fällen bildet es sich wieder zurück – kann jedoch ernsthafte gesundheitliche Folgen haben.

Ein Delir ist keine Demenz: Während Demenz schleichend fortschreitet, beginnt ein Delir plötzlich und ist prinzipiell reversibel.

### Typische Anzeichen

Delir-Symptome sind **vielfältig** und können wechseln. Häufig sind: eingeschränkte Aufmerksamkeit und Konzentration, Verwirrtheit, zeitliche oder räumliche Desorientierung, Gedächtnis- und Verständnisschwierigkeiten, veränderter Schlaf-Wach-Rhythmus, Unruhe oder ungewöhnliche Teilnahmslosigkeit, Halluzinationen oder starkes Misstrauen.

Es gibt unruhige (hyperaktive) und stille (hypoaktive) Verlaufsformen. Letztere bleiben oft unbemerkt.

### Wer ist besonders gefährdet?

Ein erhöhtes Risiko besteht insbesondere bei älteren, pflegebedürftigen Menschen, vor allem, wenn **mehrere Faktoren** zusammenkommen, z. B.:

- hohes Lebensalter
- Demenz oder kognitive Einschränkungen
- Hör- oder Sehbeeinträchtigungen
- Mehrfacherkrankungen/Multimedikation
- eingeschränkte Mobilität
- Flüssigkeits- oder Nahrungsmangel

Auslösende Situationen sind u. a. Infektionen, Operationen, Schmerzen, Wechsel in ungewohnte Umgebungen oder Schlafstörungen.

### Mögliche Folgen

Ein Delir ist **kein harmloser Zustand**. Es kann:

- Stürze und Infektionen begünstigen,
- Krankenhausaufenthalte verlängern,
- langfristige geistige oder körperliche Einschränkungen hinterlassen,
- die Lebensqualität von Betroffenen und Angehörigen stark beeinträchtigen.

### Was hilft zur Vorbeugung?

Delir-Risiken lassen sich senken durch:

- Orientierung und Vertrautheit (z. B. bekannte Gegenstände, feste Bezugspersonen)
- ausreichendes Trinken und Essen
- Förderung von Bewegung
- Reizreduktion (Lärm, Hektik, häufige Ortswechsel vermeiden)
- stabile Tagesstruktur und Schlafrythmus
- frühes Erkennen von Veränderungen
- Erkundigen im Krankenhaus nach Delirprophylaxe

### Hinweis:

Frühzeitiges Beobachten und Ansprechen von Auffälligkeiten ist entscheidend. Bei Verdacht sollte immer fachlicher Rat eingeholt werden.

