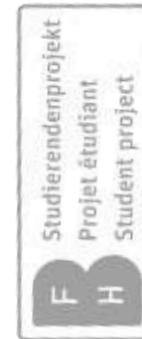


## Das Post-Intensive Care Syndrome (PICS) und Post-Intensive Care Syndrome Family (PICS-F)

Das PICS und PICS-F sind beide komplexe Krankheitsbilder, die nach einem Aufenthalt auf einer Intensivstation auftreten können. Die Symptome können sich auf körperlicher, psychischer sowie kognitiver Ebene zeigen und auch das soziale Umfeld betreffen. PICS entsteht einerseits durch die Schwere der kritischen Erkrankung, andererseits durch die Massnahmen, welche während der Intensivbehandlung benötigt werden. Auch die Angehörigen können durch das Miterleben der kritischen Erkrankung eines nahestehenden Menschen Symptome aufweisen. Die Symptome können sehr langanhaltend sein.

Diese Broschüre beschreibt die Symptome und zeigt mögliche Anlaufstellen auf.

Erstellerin  
Knecht Desirée  
Anhand Bachelor Thesis  
„Entwicklung einer Informationsbroschüre zum  
Post-Intensive Care Syndrome und  
Post-Intensive Care Syndrome Family  
für Betroffene“



## Post-Intensive Care Syndrome und Post-Intensive Care Syndrome Family

Welche Symptome können nach einer Intensivbehandlung bei PatientInnen und/oder deren Angehörigen auftreten?



## Symptome

### Psychisch:

- Depressionen
- Angst
- Posttraumatische Belastungsstörung

### Kognitiv:

- Gedächtnis-, Konzentrations- und Aufmerksamkeitsstörungen
- Einschränkungen in der räumlichen Wahrnehmung, im Problemlöseverhalten und/oder in der alltäglichen Organisation

### Körperlich:

- Muskelschmerzen und Erschöpfung
- Leistungsverminderung
- Schmerzen
- Atembeschwerden
- andere funktionale Einschränkungen

Tritt eines oder mehrere dieser Symptome auf, kann ein Post-Intensive Care Syndrome vorliegen.

## Auswirkungen auf den Alltag

Durch die erwähnten Symptome können Einschränkungen im alltäglichen Leben auftreten und die Lebensqualität vermindern. Ein Rückzug aus dem Sozialleben kann eine Folge des Aufenthalts auf der Intensivstation sein. Sich über belastende Erfahrungen auszutauschen, kann bei der Verarbeitung helfen. Das Umfeld kann das Erlebte teilweise nur bedingt verstehen. Es ist wichtig, dass Sie über diese Themen sprechen können.

### Unterstützung und Follow-Up

Ambulante Sprechstunden, telefonische Konsultationen, Nachbetreuungen in Kliniken sowie weitere Therapien können wichtige Unterstützung bieten, wenn Sie von PICS- oder PICS-F-Symptomen betroffen sind. Zudem kann das Besprechen der Intensivtagebücher (falls vorhanden) ihr Verständnis für das Erlebte verbessern. Holen Sie sich bei Bedarf weitere Unterstützung!

## PICS-Family für Angehörige

Auch Familienmitglieder und Personen, die den Intensivaufenthalt einer nahestehenden Person miterlebt haben, können an einer Form des Post-Intensive Care-Syndroms leiden. In diesem Fall spricht man vom Post-Intensive Care Syndrome-Family. Dabei können folgende Symptome auftreten:

- Depressionen
- Angst
- Anhaltende Belastungsreaktionen
- Gefühl, das erlebte nicht richtig verarbeiten zu können
- Quälende Fragen
- Posttraumatische Belastungsstörung

Diese Beschwerden können zu sozialen Einschränkungen und Problemen bei der Bewältigung des Alltages führen. Holen Sie sich frühzeitig Unterstützung!

Falls Sie Unterstützung benötigen, wenden Sie sich an ihren Hausarzt/ihre Hausärztin und/oder an die Intensivstation, auf der Sie behandelt wurden.