



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.

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Arbeit, Gesundheit
und Gleichstellung