

## Angst

Angst ist ein **Gefühl mit beklemmender und unangenehmer Erlebensweise**, die mit **physiologischen und psychologischen Vorgängen** verbunden ist und für das Individuum eine **Bedrohung** darstellt.

**Funktionen** von Angst:

- 
- 
- Aktivierungsfunktion
- Steuerungsfunktion

### Körperliche Symptome von Angst

Angstauslösende Reize werden mit den Sinnen aufgenommen und in verschiedenen Stationen im Gehirn verarbeitet, sodass der Körper in Alarmbereitschaft versetzt wird.

Die Reize gelangen schließlich in die Amygdala (auch Mandelkern genannt), die als das Angstzentrum des Gehirn gilt. Die Amygdala sendet dann ein Signal an den Hypothalamus (Abschnitt im Zwischenhirn). Dieser ist das Steuerungszentrum für hormonelle und vegetative (unbewusst ablaufende) Prozesse und sendet wiederum ein Signal an die Nebennieren. Diese schütten die Stresshormone Adrenalin und Noradrenalin in den Blutkreislauf aus. Dadurch werden die betreffenden Organe aktiviert und sorgen für die körperliche Veränderung bei Angst.



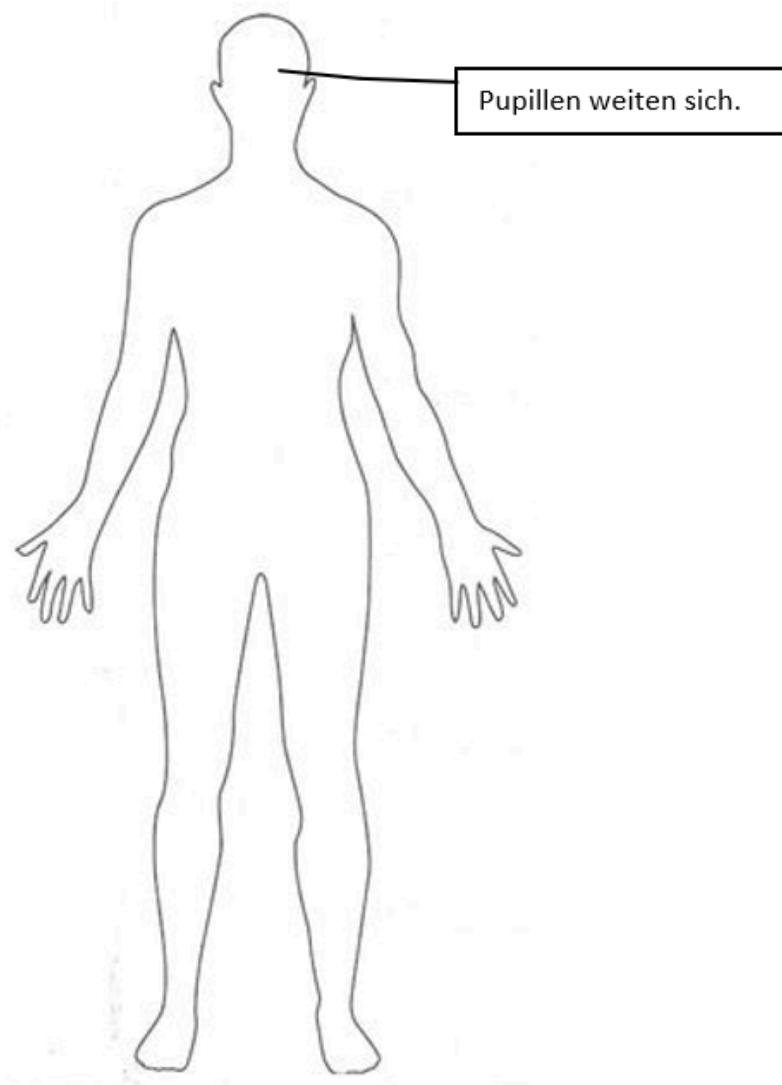
#### Hilfreiches Video

Bei Bedarf finden Sie hier noch ein Video zum Thema.



**① Arbeitsauftrag:**

Beschriften Sie mithilfe von Pfeilen, wo und wie sich Angst im Körper zeigt.

**② Arbeitsauftrag:**

Welche Ängste könnten Patient\*innen vor einer Operation haben?

- Tauschen Sie sich mit Ihrem Nachbar/Ihrer Nachbarin aus.
  - Schreiben Sie gemeinsam in Stichpunkten drei mögliche Ängste auf.
- 
- 
- 
-

### ③ Aufgabenstellung:

In dieser Aufgabe geht es darum, dass Sie in der Gruppe eine Kommunikationssituation zwischen Pflegepersonal und Patient\*innen beurteilen und anschließend überlegen, wie Pflegende angemessenen mit den Ängsten Pflegebedürftigen umgehen sollten. Der abgedruckte Gesprächsabschnitt ist in Anlehnung an die pflegewissenschaftliche Studie „Zur Sprache der Angst: Eine Studie zur Interaktion im pflegerischen Aufnahmege- spräch“ (Lotz 2000) erstellt worden. Sie beruht also auf realistischen Begebenheiten.

- **Lesen** Sie den Gesprächsabschnitt zwischen der Pflegekraft und der pflegebedürftigen Person.

- **Tauschen** Sie sich in der Gruppe über Ihre ersten Eindrücke zu dem Gespräch **aus**.

- **Beurteilen** Sie:
  - Welche Gesprächsinhalte haben dem Patienten mehr Angst gemacht?  
**(angstförderlich)**
  - Welche Gesprächsinhalte haben dem Patienten die Angst genommen?  
**(angsthemmend)**

- Leiten Sie **allgemeine Empfehlungen** zur pflegerischen Interaktion mit Menschen mit Angst vor Operationen anhand Ihrer Beurteilung des Gesprächsabschnitts ab. Welche **Empfehlungen** geben Sie darüber hinaus? Schreiben Sie Ihre Ergebnisse auf ein Poster.

- **Präsentieren** Sie Ihre Ergebnisse dem Kurs, indem Sie:
  - den Gesprächsabschnitt mit verteilten Rollen vorlesen.
  - erklären, was Sie angstfördernd/angsthemmend fanden.
  - Ihr Poster vorstellen.



## Gesprächsabschnitt - Gruppe A

Pflegende: „Sie sind ja zur kardiochirurgischen OP gekommen, die voraussichtlich morgen stattfindet. Das ist ja nie so fest bei uns.“

Patient: „Ja ja, aber...“

Pflegende: „Da kann ja immer was dazwischenkommen.  
Ich kläre Sie jetzt mal noch pflegerischerseits auf.“

Patient: „Aufgeklärt bin ich schon worden.“

Pflegende: „Von der Ärztin. Aber dies ist das pflegerische Aufnahmegeräusch, ja?  
Nachher, da wird Ihnen ja noch Blut abgenommen und so weiter und so weiter. Wichtig ist,  
dass Sie nachher einen Bogen mit hochbringen, das ist von der Anästhesie ein Bogen. Und  
den füllen Sie dann aus..., das sind so ein paar Fragen, die Sie aber noch nicht unterschrei-  
ben. Dann haben Sie wahrscheinlich noch ein paar Untersuchungen. Da haben wir so Sam-  
meltransporte.“...

„Und dann möchte ich Ihnen noch sagen, dass Sie uns wirklich stören sollen, wenn irgendet-  
was mit Ihnen ist.“

Patient: „Ich will niemanden hier stören. Aber erstmal komme ich doch auch auf die Intensiv-  
station. Kann meine Frau mich dort besuchen?“

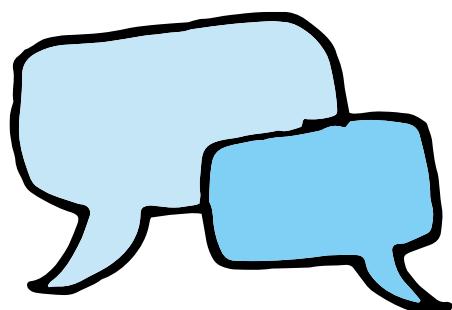
Pflegende: „Es ist dort so, am OP-Tag ist sowieso kein Besuch erlaubt...“

Patient: „Hmh.“

Pflegende: „...und am ersten Tag nach OP...“

Patient: „Auch nicht.“

Pflegende: „... empfehlen wir den Angehörigen auch keinen Besuch zu machen, ja? Wir sagen  
„nicht vor dem zweiten Tag nach der Operation“, weil es ist ja oft so, dass die Angehörigen  
kommen und sehen die Leute mit den Schläuchen, mit den ganzen Drainagen, ... hat man  
schlechte Erfahrungen mit gemacht, dass die Angehörigen dann halt umgekippt sind, kolla-  
biert sind.“



## Gesprächsabschnitt - Gruppe B

Pflegender: „Der Schnitt wird von ungefähr, das sagt Ihnen aber der Arzt, von hier bis hier ...“  
(Anmerkung: Pflegender deutet Linie in Brustkorbmitte des Patienten an)

Patient: „Aufklappen, ja?“

Pflegender: „Wie sagt Kollege W. immer, „wie so ein Hähnchen“, „wie so ein Hähnchen“, genau. Ja, so ist es halt. Ärztlicherseits wird Ihnen das noch gesagt, das ist nicht mein Resort. Und dann müssen wir Sie noch rasieren.“

Patient: „Hmh.“

Pflegender: „Und zwar vom Hals bis zu den Füßen. Das hört sich immer sehr rabiat an. Dann rasieren wir beide Achseln, und zwar für den Fall dessen, dass der Brustraum eröffnet wird und man fremdartiges Gewebe sieht ... Dass man dann noch einen Lymphknotenschnitt machen kann. Gehört einfach zur Vorbereitung.

Patient: „Hmh, gut.“

Pflegender: „Und noch zu den Schmerzen. Also während Sie auf dem OP-Tisch liegen und Ihnen das Brustbein aufgesägt, ähm ... eröffnet wird und an Ihnen rumgezerrt wird. Also Sie müssen nach der OP keine Schmerzen ertragen ...“

Patient: „Ja.“

Pflegender: „... also in größerem Ausmaß. Ich meine, gut, einen gewissen Wundschmerz hält man sowieso aus, aber wenn es eine gewisse Grenze überschreitet ...“

Patient: „Hmh.“

Pflegender: „Und dann bekommen Sie nach der OP noch so einen Heart-Hugger, so ein Leibchen, mit dem Sie Ihr Sternum fixieren können. Das erleichtert das Abhusten, weil Sie dann so einen Gegendruck aufbauen können. Und so ein Gerät, mit dem Sie nach der Operation Atemübungen machen sollen, kriegen Sie auch noch.“

Patient: „Wie werden die denn gemacht?“

Pflegender: „Das steht da drauf. Da sind so drei Kugeln in einem Gerät drin und die sollen dann hochgehalten werden. Aber das Gerät bekommen Sie später noch und dann wird man Ihnen das noch alles erklären.“

