

# Exposé

## Projekt: „Trinken bis Abruf mit Nüchternheitskarten“

### Nüchternheitskarten verhindern Flüssigkeitsmangel vor Operationen oder Untersuchungen in Sedierung

Von Anne Rüggeberg und Eike A. Nickel

Klinik für Anästhesiologie und Schmerztherapie, Helios Klinikum Emil von Behring, Berlin

#### Das Problem

Im Krankenhaus sind häufig ganz viele Patient:innen – internistisch wie chirurgisch – durstig und dehydriert, da sie vor Operationen oder Untersuchungen in Sedierung viel zu lange nicht trinken dürfen. Das verursacht nicht nur extremes Unwohlsein und Stress, sondern führt auch zu ernsthaften Komplikationen wie Nierenversagen oder Delir und gefährdet so die Patient:innensicherheit. Auch ist bei diesen Patient:innen die Krankenhausverweildauer verlängert sowie die Mortalität erhöht.

#### Ziel des Projektes

Ziel des Projektes ist, eine Dehydratation unserer Patient:innen vor Operationen und Untersuchungen in Sedierung durch überlange Flüssigkeitskarenzzeiten zu vermeiden. Dafür haben wir im Rahmen einer Qualitäts-Management-Maßnahme mit drei iterativen PDSA- (Plan–Do–Study–Act) Zyklen das Konzept „Trinken bis Abruf“ mit Nüchternheitskarten entwickelt und eingeführt.

#### Nüchternheitskarten – Ein innovatives Konzept

Nüchternheitskarten sind ein frei verfügbares dreistufiges Ampelsystem, es besteht kein Copyright. Eine grüne Karte erhalten Patient:innen ohne wesentliche Vorerkrankungen oder operative Besonderheiten. Sie dürfen bis zum Abruf klare Flüssigkeiten entsprechend ihren Wünschen und Gewohnheiten trinken, auch Kaffee oder Tee mit Milch oder ein Wassereis. Eine gelbe Karte bekommen Patient:innen, für die aufgrund ihrer Vorerkrankungen oder operativen Besonderheiten ein individualisiertes Vorgehen erforderlich ist. Eine rote Karte ist schwerkranken Notfallpatient:innen vorbehalten, die ab sofort weder essen noch trinken dürfen.

#### Und das haben wir erreicht

Insgesamt konnte im Rahmen dieser Qualitätsmanagementmaßnahme die mediane Flüssigkeitskarenzzeit von 12 auf 2,1 Stunden reduziert werden und liegt damit im Median im Bereich der Leitlinienempfehlung. Patient:innen trinken bedarfsgerecht die von ihnen bevorzugten Getränke. Dadurch werden Unwohlsein, Stress und perioperative Komplikationen deutlich reduziert und die Patient:innensicherheit erhöht.

#### Ein Konzept für das ganze Krankenhaus

Das Konzept kann in allen Bereichen eines Krankenhauses eingesetzt werden, in denen Nüchternheitsregeln gelten. Patient:innen vor Operationen wird die Farbe der Nüchternheitskarte im Rahmen des Narkosevorgesprächs individuell zugeordnet entsprechend den Vorerkrankungen der Patient:innen und den operativen Besonderheiten. Für Patient:innen vor prozeduraler Sedierung erfolgt die Zuordnung der Nüchternheitskarten SOP-gestützt durch das Stationspflegepersonal. Patient:innen, die über die Rettungsstelle aufgenommen werden, erhalten die Nüchternheitskarten von den Ärzten der Rettungsstelle SOP-gestützt zugeordnet.

#### Ein Konzept nicht nur für ganz Deutschland

Das Konzept ist vollumfänglich im Helios Klinikum Emil von Behring implementiert. Seit März 2023 gibt es einen Fachgruppenbeschluss beim Helios Konzern, dass „Trinken bis Abruf“ vor Operationen in allen Helios Kliniken deutschlandweit eingeführt werden soll. Über Veröffentlichungen, Leserbriefe, Vorträge, Videos, Fernseh- und Radiobeiträge, Podcasts und andere Aktionen ist das Konzept inzwischen breit bekannt. Immer mehr Kliniken übernehmen das Konzept deutschlandweit, auch erste Kliniken in Österreich

schließen sich an. Über die Nüchternheitskarten-Homepage ([www.helios-gesundheit.de/berlin-behring/nuechternheit](http://www.helios-gesundheit.de/berlin-behring/nuechternheit)) ist das Konzept für jeden im Internet frei verfügbar. Die Karten unterliegen keinem Copyright und können frei heruntergeladen und individuell an das jeweilige Klinikdesign angepasst werden. Über die englischsprachige Homepage ist das Konzept international frei verfügbar.

### Evaluationsergebnisse

Die Evaluation der Zufriedenheit des Stationspersonals und der Patient:innen erfolgte über eine Stellvertreterbefragung über die Stationsleitungen. Patient:innen, die in ihrer Wartezeit auf eine Operation frei trinken dürfen sind entspannter und benötigen keine Infusionen als Flüssigkeitssubstitution. Alle befragten Stationsleitungen wollen im Falle einer eigenen Operation nach dem Konzept „Trinken bis Abruf“ behandelt werden.

Bei der Implementierung des Konzeptes zeigte sich, dass Traditionen schwer zu brechen sind. Patient:innen war es früher streng verboten, bis kurz vor ihrer Operation zu trinken und jetzt sollen sie es sogar. Vielen Pflegekräften mit langjähriger Berufserfahrung fällt es schwer das zu vermitteln. Erst die Einführung der Nüchternheitskarten hatte nachhaltig Erfolg. Die präoperative Flüssigkeitskarenzzeit unserer Patient:innen liegt jetzt mit 2,1 Stunden im Median im Bereich der Leitlinienempfehlung. Patient:innen trinken mit diesem Konzept immer wieder kleine Mengen klarer Flüssigkeiten über den Tag verteilt entsprechend ihren Vorlieben und Gewohnheiten.

### Ausblick

Zusammenfassend ist „Trinken bis Abruf mit Nüchternheitskarten“ ein sehr einfaches, kostengünstiges und gut zu implementierendes Konzept, welches sowohl das Wohlbefinden als auch die Sicherheit unserer Patient:innen deutlich erhöht. Die Nüchternheitskarten dienen dabei als niederschwelliges Schulungstool sowohl für Krankenhausmitarbeiter:innen als auch für Patient:innen und deren Angehörige. Durch die freie Verfügbarkeit der Nüchternheitskarten kann jede Klinik mitmachen. Da alle das gleiche Konzept verwenden, können erhobene Daten in Zukunft im Rahmen von Metaanalysen zusammengefasst und ausgewertet werden. So kann das Konzept vielleicht auch dazu beitragen, dass die Empfehlungen der Leitlinien zum Wohl unserer Patient:innen überarbeitet werden.