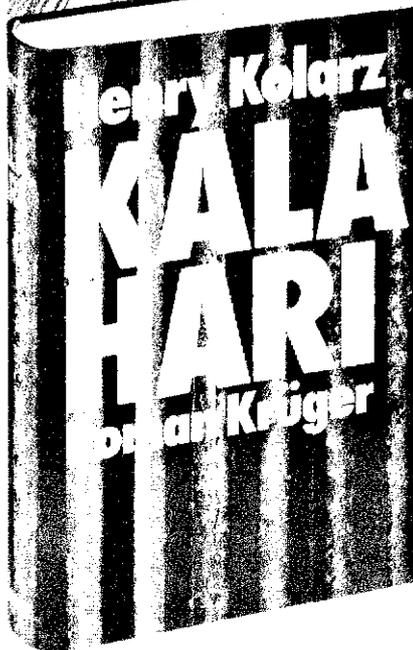


KALA HARI



Der große Afrika-Roman von Henry Kolarz. Brisant, aktuell, wirklichkeitsnah. Das Spannungspaket in diesem Herbst. 416 Seiten, DM 29,80.

KRÜGER
Wolfgang Krüger Verlag

In der Klinik zuwenig Schlaf

SPIEGEL-Interview mit dem Darmstädter Klinikdirektor Felix Anschütz

Die frühen Weckzeiten in deutschen Krankenhäusern kritisierte Felix Anschütz, Herzspezialist und Direktor der 1. Medizinischen Klinik in Darmstadt, auf dem Internistentag. Sein Vorwurf: Die Genesung der Patienten werde durch Schlafdefizit beeinträchtigt, die Pflegemöglichkeit „grob vernachlässigt“.

SPIEGEL: Herr Professor Anschütz, in deutschen Krankenhäusern werden Patienten zu nachtschlafener Zeit geweckt, ist das ein notwendiges Übel?

ANSCHÜTZ: Es ist kein notwendiges Übel — obwohl wir bei dem Versuch, den Tageslauf im Krankenhaus zu ändern, auf größte organisatorische Schwierigkeiten treffen.

SPIEGEL: Viele Patienten klagen, sie würden im Krankenhaus zuwenig Schlaf bekommen. Sind die Klagen berechtigt?

ANSCHÜTZ: Wir haben das genauer untersucht und dabei gefunden, daß die von uns befragten Patienten bei sich zu Hause im Durchschnitt pro Nacht 7,42 Stunden, also knapp sieben-einhalb Stunden schlafen. Im Krankenhaus hingegen fand dieselbe Patientengruppe, Schwerkranke und Leichtkranke gemischt, nur 6,36 Stunden Schlaf.

SPIEGEL: Das heißt also, der Patient im Krankenhaus schläft de facto eine Stunde weniger. Woran liegt das?

ANSCHÜTZ: Daran, daß unsere Patienten zu früh geweckt werden. Einige holen den fehlenden Schlaf zwar während des Tages nach, aber es bleibt ein Schlafdefizit.

SPIEGEL: Das Wecken in deutschen Krankenhäusern beginnt etwa um fünf...

ANSCHÜTZ: Na, da sind Sie aber noch gut dran.

SPIEGEL: ... teilweise schon um vier.

ANSCHÜTZ: Aus einigen Kliniken ist uns sogar eine Weckzeit von drei Uhr morgens bekannt geworden. Hier in unserer Klinik in Darmstadt reicht sie von halb fünf bis etwa halb sechs Uhr morgens.

SPIEGEL: Ist das überall so?

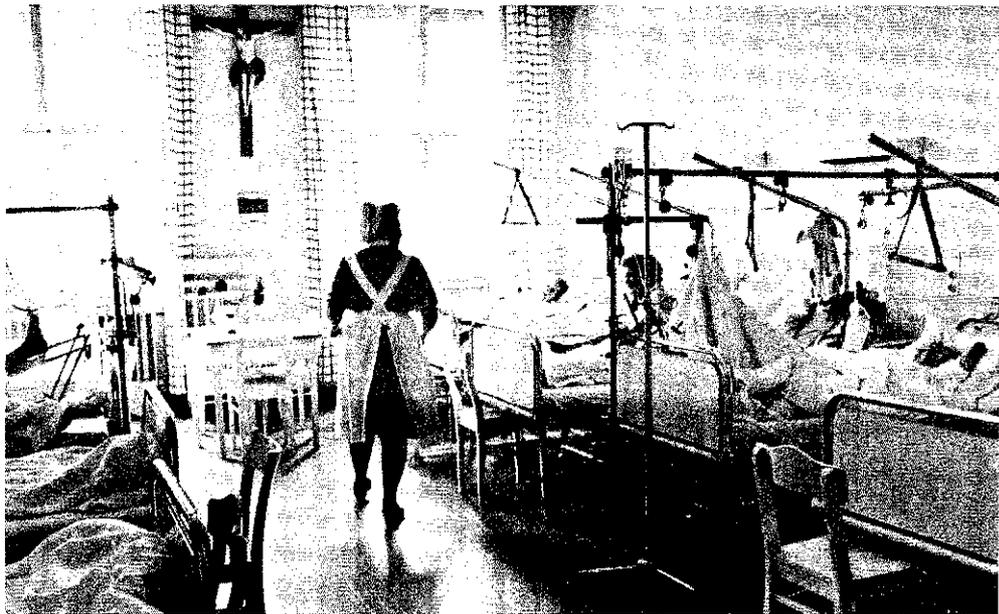
ANSCHÜTZ: Das ist wohl in allen Krankenhäusern so, übrigens auch im Ausland, nur nicht in den großen Sanatorien; dort hat man es mit Leichtkranken zu tun, die nicht gewaschen werden müssen, sondern bis halb acht schlafen und sich selber fertig machen, bis der Doktor kommt.

SPIEGEL: Wenn nun, wie Sie sagen, um drei Uhr morgens geweckt wird, ist das für den Patienten der Beginn des Tageslaufes?

ANSCHÜTZ: Nein, die meisten Patienten schlafen wohl noch mal wieder ein...

SPIEGEL: ... wenn die laut schwatzenden Putzkolonnen es dazu kommen lassen.

ANSCHÜTZ: Wir haben auch darüber eine Erhebung. Wir fanden, daß in einem Ein-Bett-Zimmer 23mal am Tag, in einem Sechs-Bett-Zimmer aber 280mal im Laufe eines Tages die Tür geöffnet wird. Das Öffnen der Tür ist allerdings nur ein Parameter für die pausenlose Unruhe.



Patienten im Mehrbett-Zimmer: 280mal am Tag geht die Tür



Für kalte Herbstabende 5 heiße LPs von CBS

Herbst. Die Tage werden kälter, länger. Eigentlich eine schöne Zeit – die Zeit der kleinen und großen Feste. Da wirkt die Stars & Straps-Kassette von CBS mit ihren 5 heißen LP's wie ein Elixier. Dafür sorgen

**VICKY LEANDROS · TINA CHARLES
MAHALIA JACKSON · SANTANA · SAILOR
LOUIS ARMSTRONG U.V.A.**

Und in jeder Kassette finden Sie eine Überraschung:
Ein richtiges Strumpfband.

5 heiße LP's in Spitzenqualität von CBS kosten nur
DM 49,- (incl. MWST und Strumpfband)
Alles zusammen frei Haus in einer attraktiven Kassette.



Ausfüllen – ausschneiden – absenden
„Stars & Straps“ hat mir gerade noch gefehlt.
Die DM 49,- habe ich per Scheck beigefügt. Senden Sie die Kassette sofort an

Name, Vorname

Straße, Nr.

Postleitzahl, Ort

CBS – Special Products · Bleichstraße 64-66a · 6000 Frankfurt 1



SPIEGEL: Je kleiner das Zimmer, desto mehr Schlaf also?

ANSCHÜTZ: Ja. Wir haben festgestellt, daß in kleinen Zimmern die Patienten im Durchschnitt mit 1,6 Stunden Tagschlaf ihr Defizit wieder einholen. Aber leider haben wir da keine freie Wahl. Vom personellen Aufwand her hat sich gezeigt: Das Vier-Bett-Zimmer ist das Optimale, also das Kostengünstigste.

SPIEGEL: Nun leidet wohl nicht nur die Quantität, sondern auch die Schlafqualität in der ungewohnten Umgebung des Krankenhauses?

ANSCHÜTZ: Wir haben gefunden, daß die Störung des Schlafes einen deutlich negativen Einfluß auf die Erholung des Patienten hat. Übrigens hat sich auch gezeigt, daß die Patienten, sobald sie im Krankenhaus sind, etwa dreimal soviel Schlafmittel zu sich nehmen wie zu Hause – aber eben mit geringerem Ertrag an Schlaf. Eingeschränkt sind insbesondere die Phasen des sogenannten Tiefschlafs und der für die Regeneration des Organismus besonders wichtige REM-Schlaf, also Traumschlaf.

SPIEGEL: In Ihrem Vortrag beim Internistentag haben Sie die derzeit üblichen Weckzeiten in Krankenhäusern scharf kritisiert und von einer „groben Vernachlässigung der Pflegemöglichkeiten“ gesprochen. Wie ist das zu ändern?

ANSCHÜTZ: Das Problem entsteht dadurch, daß es zu den Aufgaben der Nachtschwester gehört, die Patienten, die das nicht selber tun können, zu waschen. Eine Nachtschwester muß bis halb sieben morgens, wenn ihre Schicht endet, sagen wir, zehn oder 15 schwerkranke Patienten waschen und betten. Für jeden braucht sie etwa 15 Minuten. Es ist also eine einfache Rechnung, wann sie anfangen muß, wenn sie bis halb sieben „rumkommen“ will.

SPIEGEL: Der Patient fragt sich natürlich, warum kann das nicht die Tagschwester machen?

ANSCHÜTZ: Die Tagschwester kann es nicht machen, weil der Patient spätestens um acht Uhr gewaschen, gebettet und gefrühstückt im Bett liegen muß.

SPIEGEL: Warum?

ANSCHÜTZ: Weil in diesem Augenblick die technischen Assistentinnen, die Laborärzte, die internistischen Ärzte kommen, auch ich komme. Der gesamte Apparat, Ärzte, Schwestern, technisches Personal, Röntgenabteilung, fängt um acht Uhr an zu rätieren.

SPIEGEL: Muß das so sein?

ANSCHÜTZ: Das Problem wäre sofort zu lösen, wenn wir den gesamten Krankenhausbetrieb in die Zeit von zehn bis 19 Uhr legen würden, statt von acht bis 17 Uhr. Aber hier stehen wir vor fast unüberwindlichen Schwierig-

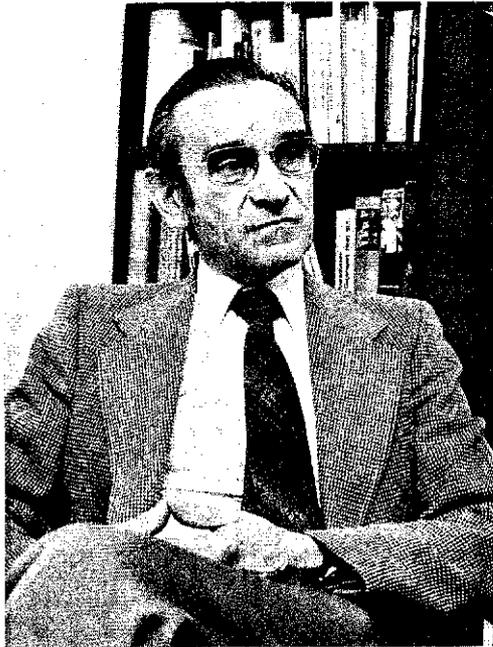
keiten. Es ist nahezu unmöglich, Mitarbeiter zu finden, die bereit sind, bis 19 Uhr oder 20 Uhr in der Klinik zu arbeiten.

SPIEGEL: Was ist wichtiger, der frühe Feierabend oder das Wohlbefinden der Patienten?

ANSCHÜTZ: Meine persönliche Antwort ist da eindeutig. Aber ich glaube, und so sagt mir immer wieder unser Personalleiter: Wir sind mit unserer Arbeitswelt — 40-Stunden-Woche und Arbeitsbeginn acht Uhr — derart festgelegt, daß an eine Änderung gar nicht zu denken ist.

SPIEGEL: Gibt es nicht andere Möglichkeiten, den Mißstand zu ändern?

ANSCHÜTZ: Ich halte eine organisatorische Umstellung für möglich:



Mediziner Anschutz
Kritik am Weck-Terror

Der Tagdienst könnte das Waschen übernehmen, müßte dann aber früher kommen als bisher. Die Weckzeit läßt sich so auf halb sechs morgens hinauschieben.

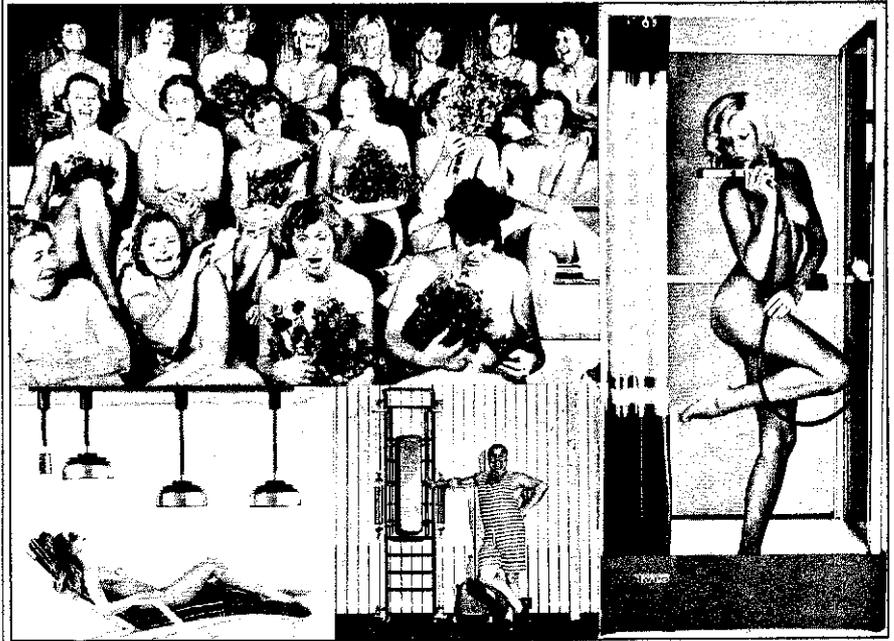
SPIEGEL: Das finden Sie schon zivil?

ANSCHÜTZ: Ich wäre mit halb sechs schon sehr zufrieden. Aber es müßte dann der gesamte Krankenhausbetrieb, sagen wir, um ein bis zwei Stunden später beginnen.

SPIEGEL: Konnten Sie das in Ihrer Klinik verwirklichen?

ANSCHÜTZ: Bisher noch nicht, aber wir wollen demnächst einen Versuch in dieser Richtung machen. Einen detaillierten Vorschlag für die Änderung der Stationsorganisation, also die Dienst- und Weckzeiten auf der Station, haben wir schon vorliegen. Die Studie stammt von Arbeits- und Medizinsoziologen der Universität Gießen. ♦

TYLÖ TOTAL



Saunen, sonnen, duschen, trimmen.
Nichts hält Sie besser fit.

Bewegung braucht der Mensch. Bauen Sie ein Tylö-Trimn-Center selbst.

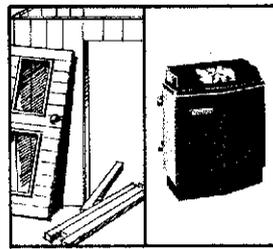
Eine Sauna per Tylö Element-Bausatz z.B. ist in gut 6 Stunden aufgestellt. Mehr als einen knappen Sonntag braucht selbst ein Mann mit zwei linken Händen nicht dazu.

Tylö hat alles, was Sie zum Fitsein brauchen: 5 verschiedene Saunen in 15 interessanten Varianten, Solarien mit 2 oder 3 „Sonnen“, Duschkabinen, Trimmergerät und Zubehör. Alles hübsch und passend aufeinander abgestimmt.

Wir bei Tylö sind Detail-Perfektionisten. (Was unseren Freunden in Deutschland sehr gefällt.)

So legen wir zum Beispiel einen Teppich in die Privat-Sauna, weil das nicht nur gut aussieht, sondern auch den Füßen schmeckt.

Unsere Saunatur hat ein Extrafenster für Kinder, durch



Selbst ist der Mann
Ein halber Tag - und
Ihm Sauna steht

Der erfolgreichste
Sauna-Ofen Schwedens.

das die Kleinen sehen können, was gespielt wird. Und wenn irgendwann mal jemand schnell nach draußen will, macht unsere Tür nur leise klick und ist mit sanftem Druck geöffnet. Das liegt am Magnet-Verschluss, der ohne Riegel oder Hebel das Öffnen leichter macht.

Heiß ist die Tylö-Sauna schon in ca. 30 Minuten.

Nach einem denkbar einfachen Prinzip (man muß nur darauf kommen):

Bei Tylö-Öfen strömt schon nach drei Minuten heiße Luft aus den beiden Luftpinnern. Die rechts und links vom Steinbehälter angeordneten Heizkammern sorgen für einen raschen Luftdurchsatz. Zwei schräggerichtete Luftstromlenker leiten die Warmluft schräg nach oben in die Saunakabine. Das macht spezielle Schutzvorrichtungen an der Decke über dem Ofen überflüssig. Die weiteren Vorteile: Schnelle Saunaaerwärmung, wirksame Ventilation und Luftzirkulation in der Saunakabine.

Lernen Sie Tylö kennen durch das dreiteilige Tylö-Sauna-ABC. Bitte nutzen Sie den Informationscheck dieser Anzeige.

Die Sauna selbst bekommen Sie dann von einem Elektro-, Sanitär-, Eisenwaren-, Baustoffhändler oder einem Sauna-Shop ganz in Ihrer Nähe. Komplett vom Händler aufgebaut oder besser - selbst aufgestellt.

Fragen Sie Tylö, bevor Sie ins Schwitzen kommen

Das dreiteilige Tylö-Sauna-ABC gibts umsonst.

Bitte hier nur Namen, Anschrift und Telefon eintragen und an Tylö, Postfach 1226, Willinghusener Landstraße 61, 2000 Barsbüttel, schicken. (In Österreich: Tylö, Hubergasse 1, A-1160 Wien, in der Schweiz: Tylö, Fjordland Saunabau, CH-8121 Benglen)

SP 40/77

Name: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____



№ 1 IN SCHWEDEN