

# Betroffene bei der Wahrnehmung von Symptomen unterstützen

**Pflegefachpersonen können Personen mit Herzinsuffizienz in der Beobachtung ihrer Krankheitssymptome und im Management der Selbstpflege unterstützen. Diese Intervention kann Spitaleinweisungen vorbeugen und die Sterblichkeit reduzieren.**

Text: Gabrielle Cécile Santos, Roger Hullin, Petra Schäfer-Keller

Dieser Artikel ist eine Synthese der systematischen Übersichtsarbeit zur Symptomwahrnehmung bei Herzinsuffizienz (Santos et al., IJNS, 2020). Für betroffene Personen ist es schwierig, Symptome der Krankheit zu überwachen und zu interpretieren. Das kann ernsthafte Konsequenzen haben, wie zu langes Zuwarten bis zum Aufsuchen von Hilfe, was zur Notfallsituation und zu langdauernder Hospitalisation führen kann. Chronische Herzinsuffizienz ist mit Herausforderungen sowohl für die Betrof-

fene als auch für das Gesundheitssystem verbunden.

## 10 Prozent der Bevölkerung

Herzinsuffizienz ist durch eine kardielle strukturelle Anomalie und/oder kardielle Funktionsstörungen bedingt und zeigt sich durch Symptome wie Atemnot, Ermüdung und Flüssigkeitsretention (Ponikowski et al., 2016). Die Herzinsuffizienz ist eine chronische Erkrankung, die mehr als 10 % der über 70-jährige Personen betrifft. Für die

Schweiz sind dies gut 150 000 Menschen. Sie ist der Hauptgrund von Spitaleinweisungen von über 65-Jährigen. Personen mit Herzinsuffizienz erleben täglich neun bis zwölf Symptome (Schäfer-Keller et al., 2021). Das Fortschreiten der Erkrankung zeigt sich durch sich anhäufende Episoden kardialer Dekompensationen, die die funktionelle Kapazität sowie die Lebensqualität betroffener Personen vermindern.

## Symptome und Selbstpflege

Die Symptomwahrnehmung beinhaltet die Überwachung, Erkennung und Interpretation von Symptomen der Herzinsuffizienz (Riegel et al., 2016). Diese Aktivitäten können in zwei Kategorien unterteilt werden: die Beobachtung des



Zum Beispiel sich täglich wiegen – durch die systematische Beobachtung des Körpers können Symptome der Herzinsuffizienz rechtzeitig identifiziert werden.



*Herzinsuffizienz ist der Hauptgrund für Spitaleinweisungen von über 65-jährigen Personen.*



Körpers und dessen Analyse. Die Beobachtung beinhaltet sich täglich zu wiegen, die Überwachung von Symptomen wie Atemnot oder Müdigkeit und das Eintragen der Ergebnisse in ein Herztagbuch. Die Analyse des Körpers ist

eine kognitive Aktivität. Sie beinhaltet die Erkennung und Interpretation von Symptomen: Eine Gewichtszunahme muss beispielsweise bemerkt und als Zeichen der Herzinsuffizienz identifiziert werden.

### Selbstpflegeprozess

Die Symptomwahrnehmung wurde kürzlich als Schlüsselement im Selbstpflegeprozess beschrieben, welcher aus aufeinanderfolgenden Handlungen besteht. Zunächst erfolgt die Aufrechterhaltung der Selbstpflege: Sie beinhaltet Handlungen und Verhaltensweisen, die eine gute Gesundheit erlauben, wie zum Beispiel körperliche Aktivität. Danach erfolgt die Symptomwahrnehmung, die aus der Beobachtung und Analyse des Körpers besteht. Schliesslich summiert das Selbstpflege-Management Aktivitäten, um auf Symptome zu reagieren. Beispielsweise muss bei einer Gewichtszunahme die Salzzufuhr eingeschränkt werden. Für den Selbstpflegeprozess bedeutet die Symptomwahrnehmung eine notwendige Stufe. Wenn eine Person adäquat auf auftretende Symptome reagiert, ergibt sich daraus ein Nutzen für die Gesundheit.

### Ergebnisse der Studien

Zahlreiche Studien haben gezeigt, dass adäquate Selbstpflege-Fähigkeiten das Risiko von Hospitalisationen und der Sterblichkeit, die mit der Herzinsuffizienz verbunden sind, reduzieren können. Einige Machbarkeitsstudien haben spezifische Interventionen zur Symptomwahrnehmung getestet. Weitere Studien sind notwendig, um den Einfluss solcher Interventionen auf die Gesundheit zu überprüfen.

Einige Studien zur Symptomwahrnehmung zeigen erste positive Ergebnisse auf: Studienteilnehmende berichten, dass die Häufigkeit und Intensität der Symptome und auch die Belastung durch die Symptome abnehmen, die Selbstpflege-Fähigkeiten zunehmen und sich die Lebensqualität verbessert. Aktivitäten zur Symptomwahrnehmung waren verbunden mit besserer Gesundheit, weniger Hospitalisationen, kürzerer Aufenthaltsdauer, geringerer Sterblichkeit und tieferen Kosten. Es braucht weitere Studien zur Prüfung der Machbarkeit und Zumutbarkeit von Interventionen, die spezifisch zur Symp-

## SYNTHESE

### Die wichtigsten Interventionen

Interventionen, welche die Wahrnehmung von Symptomen bei Menschen mit Herzinsuffizienz unterstützen beinhalten ein tägliches Monitoring der Symptome. Hilfsmittel zur Dokumentation von Symptomen, wie ein Herztagebuch, eine Grafik, ein Gesundheitspass, ein App für Smartphones wie auch eine Waage gehören dazu. Während den Interventionen werden die Betroffenen geschult, Symptome zu erkennen und zu interpretieren. Sie lernen, «auf den Körper zu hören» und können anhand reflexiver Fragen das eigene Symptom-erleben einordnen.

## EMPFEHLUNGEN

### Bedeutung für die Praxis

Die Europäische Gesellschaft für Kardiologie empfiehlt die Unterstützung der Selbstpflege über den gesamten Krankheitsverlauf. Pflegefachpersonen können Betroffenen helfen, Symptome der Verschlechterung der kardialen Funktion zu erkennen, indem die Symptome täglich überwacht und im Herztagebuch dokumentiert werden. Sie können helfen, Beobachtungen zu interpretieren und, falls nötig, zu reagieren. Das «Patientenkit Herzinsuffizienz» der Schweizerischen Herzstiftung ist dafür eine wertvolle Stütze (s. Links in der digitalen Ausgabe).

tomwahrnehmung bei Personen mit Herzinsuffizienz sind, sowie zur Evaluation der Effekte solcher Interventionen. Eine Studie läuft aktuell im Kanton Freiburg in Zusammenarbeit mit der Spitez des Saanebezirks, in die die Machbar-

und zur Analyse passend unterstützen. Indem die Pflegefachpersonen den Ärztinnen und Ärzten die Ergebnisse ihrer Einschätzung sowie ihre Interventionen und übermitteln tragen sie zur multidisziplinären Betreuung der Betroffenen bei.



*Selbstpflege-Fähigkeiten verbessern die Gesundheit und die Lebensqualität.*



keit und Zumutbarkeit einer Intervention zur Unterstützung der Symptomwahrnehmung bei Betroffenen unter Einbezug einer angehörigen Person überprüft wird<sup>1</sup>.

### Die zentrale Rolle der Pflege

Pflegefachpersonen sind in einer Schlüsselposition, um Menschen mit Herzinsuffizienz zu begleiten. Sie können ihre Interventionen individualisieren, indem sie zunächst die Selbstpflege-Fähigkeiten mittels eines Fragebogens zur Selbstpflege bei Herzinsuffizienz evaluieren (Riegel, et al. 2021). Auf dieser Grundlage können Pflegefachpersonen danach die Betroffenen in der Symptomwahrnehmung mittels Interventionen zur Beobachtung des Körpers

<sup>1</sup> Klinische Studie SYMPERHEART. Supporting symptom perception in persons living with heart failure. ISRCTN 18151041 <https://www.isrctn.com/ISRCTN18151041>

### Autorinnen und Autor

**Gabrielle Cécile Santos** MScN, Pflegefachfrau und wissenschaftliche Mitarbeiterin FH der Hochschule für Gesundheit Freiburg HES-SO und Doktorandin am Pflegewissenschaftlichen Institut (IUFRS) der Universität Lausanne. [gabrielle.santos@hefr.ch](mailto:gabrielle.santos@hefr.ch),

**Roger Hullin** M.D., eMBA FH, Kardiologe und Spezialist in Herzinsuffizienz und Transplantation, Leitender Arzt und verantwortlich für den Bereich Herzinsuffizienz und Transplantation der Kardiologie am CHUV sowie assoziierter Professor der UNIL.

**Petra Schäfer-Keller** PhD RN, ordentliche Professorin FH und verantwortlich für die Forschungseinheit Komplexe Pflegeinterventionen der Hochschule für Gesundheit Freiburg HES-SO, [petra.schaefer-keller@hefr.ch](mailto:petra.schaefer-keller@hefr.ch)



Die Referenzen und Links sind in der digitalen Ausgabe verfügbar [www.sbk-asi.ch/app](http://www.sbk-asi.ch/app)