

Vorbereitet sein: Palliative Notfälle zu Hause

Ein Instrument für Patient:innen und Betreuende

Diese Übersicht hilft Ihnen, die richtigen Massnahmen zu ergreifen und beruhigende Worte zu finden, wenn bei Ihnen, reperi- tive Ihrem Angehörigen ein Kalziumungleichgewicht im Blut auftritt. Ihre/Ihr Ärztin/Arzt oder Ihre Pflegefachperson bespricht die Massnahmen mit Ihnen.

Mögliche Massnahme	Unterstützende und tröstende Worte
Sorgen Sie für ausreichend Flüssigkeit. – Flüssigkeitszufuhr kann den Kalziumspiegel im Blut senken und hilft, schmerzhafte Nierensteine vorzubeugen. – Trinken Sie regelmässig alle 10–15 Minuten kleine Schlucke. – Probieren Sie aromatisierte Getränke wie Kräutertees oder mit Früchten angereichertes Wasser. Eiswürfel oder Eis am Stiel sind eine gute Möglichkeit, die Flüssigkeitsaufnahme subtil zu erhöhen. Hinweis: Wenn Herz- oder Nierenprobleme vorliegen, fragen Sie unbedingt nach etwaigen Einschränkungen.	 «Es ist wichtig, viel zu trinken, um hydriert zu bleiben. Das senkt den Kalziumspiegel in Deinem Blut und hilft Dir, damit Du Dich besser fühlst.»
Kurze Spaziergänge und Übungen – Machen Sie nach Möglichkeit kurze Spaziergänge oder versuchen Sie einfache Übungen im Bett. – Einfache Übungen mit Gewichtsbelastung (vom Pflege- und Betreuungsteam angeboten) können zur Vorbeugung von Knochenbrüchen beitragen. Hinweis: Hyperkalzämie kann zu Verwirrtheit und Muskelschwäche führen. Stellen Sie sicher, dass der Wohnraum frei von Hindernissen ist, um das Sturzrisiko zu verringern.	 «Versuchen wir ein paar leichte Übungen oder einen kurzen Spaziergang. Das wird Dir helfen, Dich besser zu fühlen.» «Lass uns von Zeit zu Zeit etwas aktiv sein. Das stärkt Dich und Deine Knochen.»
Medikamente – Medikamente können bei Schmerzen, Verstopfung oder Übelkeit helfen. Die Pflegefachperson erklärt Ihnen, wie und wann diese verabreicht werden sollen. – Achten Sie auf Nebenwirkungen von Medikamenten und teilen Sie Ihre Bedenken dem Pflege- und Betreuungsteam mit.	 «Dieses Medikament wird Dir helfen. Die Pflegefachperson hat mir erklärt, wie man es verabreicht.» «Wie fühlst Du Dich?»
Bleiben Sie ruhig und spenden Sie Trost – Helfen Sie mit, die Symptome zu lindern, indem Sie kalte Kompressen gegen Übelkeit anbieten, schmerzende Muskeln massieren oder für eine ruhige, wohltuende Umgebung sorgen.	 «Ich bin für Dich da» oder «Ich bin da, wenn Du mich brauchst.» «Wir kümmern uns um Dich.» «Ich Sorge dafür, dass es Dir gut geht.»
Achten Sie auf die Anzeichen und Symptome – Informieren Sie das Betreuungsteam, wenn Sie Anzeichen und Symptome bemerken. Dieses kann weitere Tests veranlassen, wenn es der Meinung ist, dass diese das Wohlbefinden des Patienten steigern und weitere körperliche Probleme vorbeugen können.	 «Ich habe unser Betreuungsteam kontaktiert. Sie sind bereit, uns zu helfen.»

Wenn:

- Sie sich überwältigt fühlen und Hilfe brauchen.
- die betreute Person sich nach unterschiedlichen Massnahmen nicht besser fühlt.
- Sie beunruhigt sind wegen den Symptomen.
- Sie Fragen haben, was man tun könnte.



**Rufen Sie Ihr
Betreuungs-
team an**

tagsüber

abends

nachts

5 Dinge, die Sie über Hyperkalzämie wissen sollten

1. Was ist Hyperkalzämie (Ungleichgewicht des Kalziums im Blut)?

Hyperkalzämie heisst, dass sich zu viel Kalzium im Blut befindet.

2. Was verursacht eine Hyperkalzämie?

Ein Problem mit dem Kalziumhaushalt kann auftreten, wenn der Körper entweder zu viel Kalzium ins Blut abgibt, nicht genug davon über die Nieren ausscheidet oder nicht genug davon in den Knochen speichert.

Einige Krebsarten können dieses Ungleichgewicht verursachen, da sie eine Substanz (PTHrP) produzieren, die den Knochenabbau beschleunigt, oder indem Tumore in die Knochen hineinwachsen können, wodurch diese Kalzium freisetzen.

3. Auf welche Anzeichen soll geachtet werden?

Anzeichen für ein Ungleichgewicht des Kalziumhaushalts sind:

- Überdurchschnittliche Müdigkeit.
- Übelkeit, möglicherweise sogar Erbrechen und Verstopfung.
- Starker Durst und häufigere Toilettengänge.
- Momente der Verwirrung oder Konzentrationsschwäche.
- Muskelschwäche, welche die Bewegung erschwert.
- Ungewöhnliche oder anhaltende Knochenschmerzen.

4. Wie kann die Hyperkalzämie im Blut behandelt werden?

Eine Blutuntersuchung zeigt, ob eine Hyperkalzämie vorliegt. Medikamente helfen, Kalzium in den Knochen zu halten oder aus dem Blutkreislauf auszuschleiden. Auch einfache Massnahmen wie trinken und Bewegung können helfen.

Wenn der Tod unmittelbar bevorsteht, kann man sich gegen eine aktive Behandlung entscheiden. Es gibt verschiedene Massnahmen, die der Person zu mehr Wohlbefinden verhelfen und Schmerzen oder andere Symptome lindern.

5. Wann soll das Betreuungsteam gerufen werden?

Achten Sie bei der Behandlung von Menschen mit Hyperkalzämie auf folgende Symptome und Situationen und teilen Sie diese umgehend dem Betreuungsteam mit:

- **kognitive Veränderungen:** Wenn die Person verwirrt oder vergesslicher wirkt als gewohnt.
- **Muskelprobleme:** Wenn sich die Person schwächer fühlt oder ihre Muskeln zucken oder sich verkrampfen.
- **Herzprobleme:** Brustschmerzen, ein zu schneller oder zu langsamer Puls.
- **Magenprobleme:** Starke Verstopfung, starke Übelkeit oder Erbrechen.
- **Veränderungen beim Wasserlösen:** Wenn die Person häufig auf die Toilette muss, mehr Wasser trinkt als sonst oder seltener uriniert.
- **Knochenschmerzen:** Wenn die Person über stärkere Knochenschmerzen klagt als zuvor.
- **Unklarheit Medikamenteneinnahme:** Reaktionen auf Medikamente oder Unklarheit, wann sie verabreicht werden sollen.
- **Starke Müdigkeit:** Wenn sich die Person plötzlich viel müder oder träger fühlt als sonst.
- **Verändertes Trink-/Essverhalten:** Wenn sie nicht genug trinkt.
- **Probleme nach der Behandlung:** Wenn sie sich nach einer Behandlung gegen Hyperkalzämie schlechter oder anders fühlt.
- **Wiederkehrende Symptome:** Wiederkehrende oder zunehmende Hyperkalzämie Symptome nach einer kurzzeitigen Besserung.