



Begleitung von Menschen in Krisen

Gesundheit
kommt von Herzen.



**Barmherzige
Schwestern**
Krankenhaus Ried

Eine Krise kann auslösen...

- ▶ plötzlicher Tod eines Angehörigen
- ▶ schwerer Verkehrsunfall
- ▶ Diagnose einer schweren Erkrankung
- ▶ akute Änderung der Lebenssituation
(Trennung, Arbeitslosigkeit, Pension etc.)
- ▶ Miterleben einer Katastrophe
(Hochwasser, Feuer, Erdbeben etc.)
- ▶ Opfer von Gewalt werden
(Überfall, Einbruch, sexuelle Gewalt etc.)
- ▶ Betroffen sein durch ein schwerwiegendes
Ereignis eines nahe stehenden Menschen



Außergewöhnliche oder extreme Ereignisse werden von Menschen unterschiedlich erlebt und verarbeitet. Manchmal können sie auch eine Krise auslösen.

Dies ist grundsätzlich eine normale Reaktion!

Welche Reaktionen sind typisch? (auch als normale Reaktion)

- ▶ Verhaltensänderung
geändertes Essverhalten, Gereiztheit,
Schlaflosigkeit, Aggressivität, sozialer Rückzug
- ▶ Stressreaktion
Zittern, Anspannung, Herzklopfen, körperliches
Unwohlsein
- ▶ Veränderte Gefühle
Hoffnungslosigkeit, Interessensverlust, Gefühl
der Leere oder Sinnlosigkeit
- ▶ Erregungszustände
Erinnerungslücken, Schreckhaftigkeit, Nervosität,
Konzentrationsstörung, Panik
- ▶ Vermeidung
nicht an den Ort zurückkehren-wollen,
nicht mehr daran-denken-wollen
- ▶ Wiedererinnerung
von Bildern, Gerüchen, Geräuschen, Gedanken,
Albträumen

Das Auftreten dieser Symptome ist oft Zeichen einer normalen Reaktion oder Verarbeitung. Bei Anhalten über mehr als **2–3 Wochen** besteht die Möglichkeit einer Chronifizierung (Posttraumatische Belastungsstörung PBS).

Was kann hilfreich sein?

Als Betroffene*r:

- ▶ Sprechen über Gedanken, Gefühle und Erfahrungen mit Partner*in, Angehörigen, Freund*innen oder Kolleginnen*/Kollegen*.
- ▶ Ruhe gönnen, auf eigene Bedürfnisse verstärkt achten und einfordern.
- ▶ Hilfe rechtzeitig suchen und annehmen.

Als helfende*r Angehörige*r:

- ▶ Veränderungen am Verhalten von Betroffenen ansprechen.
- ▶ Eher Stütze sein, als Vorschläge bringen.

Entscheidend ist das Erkennen der eigenen Betroffenheit und das Gewinnen der Freiheit, Hilfe zu suchen und anzunehmen.

Für weiterführende psychische und seelische Begleitung von Patient*innen sowie Angehörigen in diesen Situationen sind gerne für Sie da:

Klinische Psychologie

E-Mail: psych.ried@bhs.at

T: +43 7752 602-3054

Krankenhaus Seelsorge

T: +43 7752 602-93910

E-Mail: seelsorge.ried@bhs.at

„Dem Mensch in der Not der Zeit zu begegnen“

(Hl. Vinzenz von Paul)

Die lebendige Erfüllung dieses Auftrages hat bei den Barmherzigen Schwestern vom Hl. Vinzenz von Paul eine lange Tradition.

Mit April 2006 wurde der **Krisen Begleit Dienst** von ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen des Krankenhaus zur Ergänzung der bestehenden Strukturen eingerichtet.

Damit wird die notwendige Erstbegleitung von Menschen in einer akuten Krise, insbesondere außerhalb der Kernarbeitszeit, sichergestellt.

Die Mitarbeitenden dieses Dienstes erhielten eine vertiefte Schulung und werden weiterführend begleitet.

Krisen Begleit Dienst (KBD)

Sie brauchen Hilfe? Wenden Sie sich bitte an das Dienstpersonal (Ärztinnen*/Ärzte*, Pflege).

Verfügbarkeit: Montag bis Freitag: 18 – 7 Uhr
Samstag, Sonn- und Feiertag:
Bereitschaft über 24 Stunden

Zielsetzung: Erstbegleitung



**Barmherzige
Schwestern**
Krankenhaus Ried

Hilfe und Unterstützung finden Sie ...

Akutintervention:

Psychosozialer Notdienst (PND), Linz Notruf: +43 732 2177	Klinik für psychische Gesundheit KH-St. Josef Braunau T: +43 7722 804-7700
Telefonseelsorge Notrufdienst Notruf: 142	Krisenhilfe Österreich (NDÖ) Hotline: +43 699 18855400

Weitere Betreuungsstellen::

Mag. ^a Martina Ortmann-Reitbauer Klin.Psychol. / Ried M: +43 699 19279941	Mag. ^a Carolin Unger-Swoboda Klin.Psychol. / Ried M: +43 664 6510654
Psychosoziale Beratungs- stelle der ProMente / Ried T: +43 7752 80690, M: +43 664 4500343	Mag. ^a Patricia Weissl-Günther, Klin.Psychol. / Ried M: +43 664 3330994



Zur digitalen
Version des Folders

**Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern
Ried Betriebsgesellschaft m.b.H.**

Schlossberg 1 · 4910 Ried im Innkreis
T: +43 7752 602-0
office.ried@bhs.at · www.bhsried.at

Ein Unternehmen des Ordensklinikum Innviertel im Eigentum
der Vinzenz Gruppe und der Franziskanerinnen von Vöcklabruck