

Frühling auf Station: Schon kleine Veränderungen können große Wirkung zeigen
Foto: Iris Friedrich/
plainpicture



Besser genesen

Grell, steril, laut: Es ist schwer, sich in Krankenhäusern wohlfühlen. Doch die Atmosphäre beeinflusst, wie schnell wir wieder gesund werden. Ideen für einen angenehmeren Aufenthalt

Von Verena Fischer

in Krankenhausbuch beginnt meist mit einer sinnlichen Überwältigung. Unkontrollierter Lärm, grelles Licht und deprimierende Kunstdrucke gehen einher mit pampigem Essen und gestresstem Fachpersonal. Es ist die Kulisse eines Systems, das auf Effizienz getrimmt ist, dabei aber den Menschen als sinnliches Wesen oft vergisst. Bis heute gilt das Krankenhaus häufig als reine „Reparaturwerkstatt“: Der Körper wird behandelt, stabilisiert und wieder entlassen – doch was Genesung darüber hinaus braucht, wird oft als Nebensache betrachtet.

Dabei steht das System Krankenhaus an einem Wendepunkt. Das neue Krankenhausversorgungsverbesserungsgesetz (KHVVG) und der damit verbundene Transformationsfonds von 50 Milliarden Euro sollen bis 2035 einiges ändern. Ziel ist ein grundlegender Umbau: weg von der Fallpauschalen-Logik, die wirtschaftlichen Druck zu möglichst vielen Fällen erzeugt, hin zu mehr Qualitätsvorgaben und einer Finanzierung, die das Vorhalten notwendiger Leistungen honoriert. Das soll eine bessere Behandlungsqualität, weniger wirtschaftlichen Druck und eine verlässlichere Versorgung ermöglichen – auch im ländlichen Raum.

Bis jetzt regiert in der Realität oft der Rotstift. Für gesundes Essen, Wohlfühl-Umgebungen oder entschleunigte Abläufe fehlt das Geld – und das Personal: Bis 2035 könnten laut Institut für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung bis zu 1,8 Millionen Stellen im Gesundheitswesen unbesetzt sein. Kritiker:innen warnen in Bezug auf das KHVVG zudem vor Kli-

nickschließungen und einer Verschärfung regionaler Ungleichheiten. Mehr denn je stellt sich die Frage: Versteht sich die Gesundheit als industrielle Dienstleistung oder als gesellschaftliches Gemeingut?

Ein Blick auf drei Bereiche, in denen Lösungsansätze für einen wirksameren Aufenthalt entstehen.

Akustik der Heilung

Im Eingangsbereich der Asklepios Klinik Harburg klingen Telefone, Fahrstühle summen und Schiebetüren quiet-schen. Stresshormone haben hier ein Heimspiel. Dann betreten sieben Personen mit Klangstäben die Halle, und klare Ober-töne legen sich wie eine Decke über die erschöpften Nerven.

Die Aktion ist Teil des wissenschaftlichen Projekts „Healing Soundscapes live“, das am Hamburger Ligeti Zentrum in Zusammenarbeit mit der Medical School Hamburg entwickelt wurde. „Klang ist ein direkter Zugang zur Gefühlsebene“, sagt Forscher und Musiktherapeut Jan Sonntag.

Sein Ziel ist es, den klinischen Raum etwas runterzudimmen. Bei vielen Menschen kann dort nämlich „Alarm-Fatigue“ entstehen – ein Zustand der Erschöpfung, der durch eine überwältigende Anzahl von Warnsignalen mit niedriger Priorität verursacht wird. Tatsächlich liegt der Lärmpegel in modernen Kliniken oft dauerhaft über 70 Dezibel. Das ist vergleichbar mit einer vielbefahrenen Straße. Die Folge ist eine massive Ausschüttung von Cortisol, einem Stresshormon, das nachweislich die Wundheilung verzögert und das Immunsystem schwächt.

Laufende Untersuchungen des Universitätsklinikums

Hamburg-Eppendorf (UKE) zeigen, dass gezielte Klangumgebungen, sogenannte Healing Soundscapes, diesen Effekt umkehren können: „Obertöne und organische Klangverläufe wirken stressreduzierend und steigern das Wohlbefinden“, erklärt Sonntag. Im Hamburger Univer-

„Ich habe in Kliniken keinen Ort gefunden, an dem ich wirklich auftanken konnte“

Miriam Burger, Pädagogin

sitätsklinikum ist dieser Ansatz bereits in der zentralen Notaufnahme umgesetzt worden und soll künftig auch in einen OP-Saal integriert werden, um die Konzentrationsfähigkeit des chirurgischen Teams über Stunden zu stabilisieren. „Krankenhäuser müssen zu Orten werden, die Heilung fördern und nicht behindern“, sagt Sonntag – und betont: „Healing Soundscapes sind ein vergleichsweise kostengünstiges Mittel, um das Patientenwohl zu fördern.“

Farben, Licht und Formen

Von dem, was wir hören, zu dem, was wir sehen: grelles Licht, endlose Flure, Räume ohne Orientierung, die beim Betreten subtil Stress auslösen. Krankenhäuser sind oft so gestaltet, als solle man sie möglichst schnell wieder verlassen. Doch für Patient:innen und Mitarbeitende sind sie Lebensmittelpunkt auf Zeit – manchmal über Wochen oder

Jahre. „Ich habe in Kliniken keinen Ort gefunden, an dem ich wirklich auftanken konnte“, sagt Miriam Burger, Pädagogin und Künstlerin. Aus dieser Erfahrung heraus begann sie, die Wirkung klinischer Räume an der Medical School Hamburg systematisch zu erforschen.

Im Zentrum ihrer Arbeit steht die Frage, wie Farben, Licht, Formen, Gerüche und Materialien auf Menschen wirken, die krank, erschöpft oder hochsensibel sind. „Krankheit verändert die Wahrnehmung. Reize kommen ungefilterter an. Orientierungslosigkeit im Raum wird selbst zu einer Form von Stress. Der Puls steigt messbar“, sagt Burger.

Sie arbeitet mit Konzepten aus der Umwelttherapie. Symmetrische Formen wirken beruhigend, Blau kann nachweislich Stress senken, und warmes Licht beruhigt. Ihre Vision für die Klinik der Zukunft ist: weniger grelles Weiß, mehr warme Farbtöne, Ausblicke ins Grüne, klar gegliederte Räume, textile Materialien zur Beruhigung der Akustik. „Räume können Sicherheit geben, und Sicherheit ist die Voraussetzung dafür, dass Heilung überhaupt beginnen kann“, sagt Burger.

Dass solche Effekte mehr sind als subjektives Empfinden, zeigt eine groß angelegte

Studie am Helios Universitätsklinikum Wuppertal. Nach einer reinen Farb- und Lichtanpassung auf Intensivstationen sank der Verbrauch von Akut-Neuroleptika, also Medikamenten zur Beruhigung bei Verwirrtheit, um durchschnittlich 30 Prozent. Auch die Bewertung der Pflegemaßnahmen stieg bei den Patient:innen um 28 Prozent sowie beim Personal die Zufriedenheit mit der Arbeit um 12 Prozent. „Das waren minimale Eingriffe. Keine neue Technik, keine neue Medizin“, betont Burger. „Nur Farbe, Licht und Atmosphäre.“

Mahlzeit als Medizin

Kaum etwas prägt den Klinikalltag so sehr und wird zugleich so gering geschätzt wie das Essen. „Ernährung ist kein Service, sondern Teil der Therapie“, sagt Matthias Pirlich, Internist, Ernährungsmediziner und Vizepräsident der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM). Die Realität in vielen Häusern sei jedoch ernüchternd: „Im Durchschnitt werden knapp 6 Euro pro Tag pro Person für Klinikkessen ausgegeben. Geschmack und Nährwert bleiben dabei oft auf der Strecke.“

Besonders problematisch sei, dass viele Patient:innen bereits geschwächt in die Klinik

kämen. „Etwa 20 bis 30 Prozent der stationär aufgenommenen Menschen sind mangelernährt, meist als Folge ihrer Erkrankung“, erklärt Pirlich. Die medizinischen Konsequenzen sind erheblich: längere Liegezeiten, mehr Komplikationen, höhere Sterblichkeit. „Bei Mangelernährung verlängert sich die Behandlungsdauer um 40 Prozent oder mehr. Die Komplikationsrate ist zwei- bis dreifach erhöht.“ Auch nach der Entlassung wirkt sich das aus: Die Rate ungeplanter Wiederaufnahmen steigt deutlich.

Dass Ernährung dennoch oft als Randthema behandelt wird, liegt aus Pirlichs Sicht weniger an fehlendem Wissen als an fehlenden Strukturen. „Das Problem löst man nicht allein in der Küche.“ Entscheidend seien qualifizierte Fachkräfte. Ein systematisches Screening auf Mangelernährung bei der Aufnahme wäre niedrigschwellig umsetzbar – ist aber bislang nicht flächendeckend etabliert.

Dabei zeigen Studien: Auch wenn bessere Ernährung zu nächst mehr kostet, spart sie am Ende Geld. Erhebungen lassen vermuten, dass sich durch konsequentes Screening und Behandlung von Mangelernährung in deutschen Krankenhäusern pro Jahr mehrere Milliarden Euro netto sparen ließen. Für die Klinik der Zukunft fordert er deshalb einen Kulturwandel: flexible Essenszeiten, Reserveressen für Spätaufnahmen, gesunde Snacks auch nachts, für Patient:innen und das Personal. „Eine qualitativ hochwertige Speiseversorgung sollte Standard sein und keine lästige Notwendigkeit.“ Essen, so verstanden, wäre nicht bloß Verpflegung, sondern tägliche Medizin.

Anzeige

Klick to the Future

TEAM taz ZUKUNFT

Abonniere den Newsletter zu Klima, Wissen, Utopien taz.de/teamzukunft