

Gestresste PatientInnen sind teurer

Neue Studien zeigen die Rolle von Stress und Erholung bei Operationen auf

von Gudrun Pichler

Während die Politik über die Kosten des Gesundheitswesens diskutiert, zeigen Untersuchungen unter der Leitung des Psychologen K. Wolfgang Kallus, dass Patientenorientierung und Wirtschaftlichkeit eines Krankenhausmanagements kein Widerspruch sein müssen: Menschen in gutem Erholungszustand vor einer Operation genesen rascher und können die Intensivstation früher verlassen.

Um der Rolle von Stressbewältigung, auch „Stressmanagement“ genannt, bei Operationen sowie für die Genesungsphase auf den Grund zu gehen, wurden bereits mehrere Studien unternommen, jedoch bisher ohne befriedigende Ergebnisse. Univ.-Prof. Dr. K. Wolfgang Kallus vom Institut für Psychologie der Universität Graz wählte nun, gemeinsam mit seinem deutschen Kollegen PD DDr. Thomas Uhlig von der Universitätsklinik Jena, einen neuen Zugang und leistete damit einen wesentlichen Beitrag zur Klärung der Frage.

Stress und Erholung

Der Wissenschaftler ging davon aus, dass ein modernes Stresskonzept die Komponente der Erholung mit einbeziehen müsse: „Um den Zusammenhang zwischen Stressbewältigung und der Genesung nach Operationen beschreiben zu können, ist es notwendig, neben den individuellen Möglichkeiten mit Stress fertig zu werden auch die psychophysischen Ressourcen eines Menschen zu berücksichtigen.“ Es sei nämlich durchaus möglich, dass eine Person trotz negativer Voraussetzungen zur Stressbewältigung Gelegenheit zur Entspannung findet.

„Stress“ ist hier enger definiert als im allgemeinen Sprachgebrauch. Kallus versteht darunter einen Zustand, in dem der Gesamtorganismus aus dem Gleichgewicht gerät. Dies äußere sich nicht nur in einem negativen Befinden, sondern auch in Störungen des

sozialen Verhaltens und der physiologischen Funktionen. „Solange die biologischen Rhythmen bei einem Menschen noch funktionieren, wenn er oder sie beispielsweise gut schläft, am Morgen erholt aufwacht, einen geregelten Appetit hat und sein Vegetativum intakt ist, sind die Ressourcen noch nicht erschöpft – die Person ist im wissenschaftlichen Sinne noch nicht gestresst“, erklärt der Psychologe.

„Fast alles, was von außen kommt, wird innen gefiltert. Sind die Filter intakt, verhindern sie, dass Stressfaktoren einen Menschen aus dem Gleichgewicht bringen. Damit sie ihre Funktion aufrecht erhalten können, sind Erholungsprozesse notwendig.“ Zu den Voraussetzungen für ein positives Stressmanagement zählen soziale Kontakte und Beziehungen, Erfolg im Berufsleben und Selbstvertrauen. Einsamkeit, mangelnde Bestätigung und Ängste wirken sich negativ aus.

Weniger Risiko, weniger Kosten

Um der Bedeutung von Stress und Erholung bei Operationen auf den Grund zu gehen und die Ergebnisse vorheriger Analysen zu bestätigen, haben Kallus und sein Team mit Unterstützung von Em.Univ.-Prof. Dr. Werner List und Dr. Klaus-Rüdiger Musil vom LKH-Univ.Klinikum Graz über tausend PatientInnen sowie mehrere hundert in Schweinfurt untersucht und befragt. Klares Resultat: „Stressmanagement spielt eine Rolle bei Operationen, wenn man die Fähigkeit zur Erholung mit einbezieht. Ein unausgeglichener Stress-Erholungszustand senkt die biopsycholo-

gische Fitness und erhöht das Risiko, länger auf der Intensivstation bleiben zu müssen, die Operation nicht so gut zu bewältigen, sich generell nachher viel schlechter zu fühlen als besser erholte Menschen.“

Daher hält Kallus die Diagnostik einer mangelnden biopsychologischen Fitness vor einem Eingriff für sehr wichtig, um die PatientInnen optimal



Foto: Kogas

Die Diagnostik einer mangelnden biopsychologischen Fitness könnte eine optimale, individuelle Vorbereitung auf eine Operation ermöglichen.

vorbereiten zu können. „Wenn alle einen Kurfragebogen zu ihrem Befinden und Erholungszustand ausfüllten, könnte man das weitere Vorgehen von der Medikation bis zum Operationstermin individuell abstimmen.“ Vor allem bei größeren Eingriffen wie Herz-, Gefäß- oder Hüftoperationen wäre dies zu empfehlen.

Interessant für das Krankenhausmanagement: Die Planung zum Wohle der PatientInnen würde sich auch für die Institution rechnen. Denn die Untersuchungen zeigten: Erholte Menschen verbringen nach der Operation weniger Zeit im Aufwachraum und können die Intensivstation bis zu einem Tag früher verlassen.