

# Tiden efter din indlæggelse på Intensivt Afsnit 103



Denne pjeces indeholder information om tiden efter din indlæggelse på Intensivt Afsnit.

At være igennem en intensiv indlæggelse kan være traumatisk oplevelse for både dig som patient og for dine pårørende.

## OVERGANGEN FRA INTENSIVT AFSNIT TIL SENGEAFSNIT

Det kan være en svær overgang for både dig og dine pårørende at blive overflyttet fra Intensivt Afsnit til et almindeligt sengeafsnit, men det er et positivt tegn på, at du er i bedring. På sengeafsnittet er der en anden rytme i hverdagen. Da dit behov for overvågning og behandling er blevet mindre, er der ikke længere en sygeplejerske til hver enkelt patient, som der var på det intensive afsnit.

Du vil dog stadig være meget svag og blive hurtigt træt. Det er helt almindeligt, hvis du ikke har nogen eller kun har minimal erindring fra din tid på Intensivt Afsnit.

Du skal igen til at lære at gøre hverdagsagtige ting som fx at gå, spise og drikke. Din døgn- og søvnrytme kan være forstyrret efter dit forløb på Intensivt Afsnit, men den vil efterhånden blive mere som den rytme, du er vant til.

## NÅR DU KOMMER HJEM IGEN

Mange af de forandringer, du har oplevet under indlæggelsen, vil stadig være der, når du udskrives. At komme hjem er et stort og positivt fremskridt. Samtidig kan det føles som en omvæltning, hvor du og dine nærmeste nu skal i gang med næste fase af din vej mod en almindelig dagligdag.

Du kan opleve nedsat funktionsniveau, så det kan være nødvendigt med genoptræningsforløb.

## MULIGE FORANDRINGER EFTER ET FORLØB PÅ INTENSIVT AFSNIT

I dette afsnit beskrives en række udfordringer, som både du og dine pårørende kan opleve som følge af din indlæggelse på Intensivt Afsnit. Det er helt normalt, hvis du oplever en eller flere af følgende udfordringer:

### Fysiske forandringer

- Nedsat muskelkraft
- Træthed
- Smerter
- Ændrede sanser; syn, hørelse, smags-, lugte- og følesans, ændret appetit
- Vejrtrækningsbesvær
- Søvnbesvær.

### Psykiske forandringer

- Konfusion
- Livagtige drømme og mareridt
- Hukommelses- og koncentrationsbesvær
- Ændringer i humør og følelsesliv, fx grådlibilitet eller kort lunte
- Tendens til at være bekymret
- Tendens til at være opgivende.

### Sociale forandringer

- Ændring af din rolle med familie og netværk
- Vanskelighed ved at deltage i sociale begivenheder
- Tanker om fremtiden – ændrede planer
- Ingen interesse for tidligere aktiviteter
- Ændring i meningen med livet
- Ændring i job og indtægtsmuligheder.

Typisk vil de fysiske forandringer fylde meget i forløbet lige efter indlæggelsen på Intensivt Afsnit. Når du får flere fysiske kræfter, vil de psykiske og sociale forandringer ofte fylde mere i din bevidsthed.



### TILBUD OM OPFØLGNING, EFTER DU ER KOMMET HJEM

#### Besøg afsnittet og få en snak om dit forløb

Når du har været indlagt på Intensivt Afsnit, kan du og dine pårørende have brug for en samtale med en sygeplejerske efter indlæggelsen. Her er der mulighed for at gense afsnittet og snakke forløbet igennem. Invitationen får du cirka 2-3 måneder efter udskrivelsen fra intensivafsnittet.

#### Mød andre patienter og pårørende

2 gange årligt er der mulighed for at møde andre patienter og pårørende til et cafémøde. Her får du – ligesom til samtalen – en invitation tilsendt.

#### Du er altid velkommen til at kontakte os

Hvis du under indlæggelsen har givet samtykke til at blive kontaktet, vil du automatisk blive tilbudt opfølgning.

Selvom du ikke har givet samtykke, foreligger muligheden stadig, og du er altid velkommen til at kontakte det afsnit, du var indlagt på, hvis du føler, du har behov for det.

#### Brug eventuelt patientforeningen PIPS

Patientforeningen PIPS (Patientforening for Intensive patienter, Pårørende og Sundhedspersonale) tilbyder desuden åbne café møder og foredrag. Se yderligere information på [www.pips.nu](http://www.pips.nu).

### KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål til indholdet i pjecen, er du velkommen til at kontakte os.



#### Kontakt

**Intensivt Afsnit 103**  
Tlf. 97 66 29 13

Vi træffes hele døgnet.