



# **Patienteninformation zur Sepsis**

## **Hilfreiche Informationen für Betroffene**

Stabsabteilung Qualitätsmanagement

# Liebe Patientinnen, lieber Patient

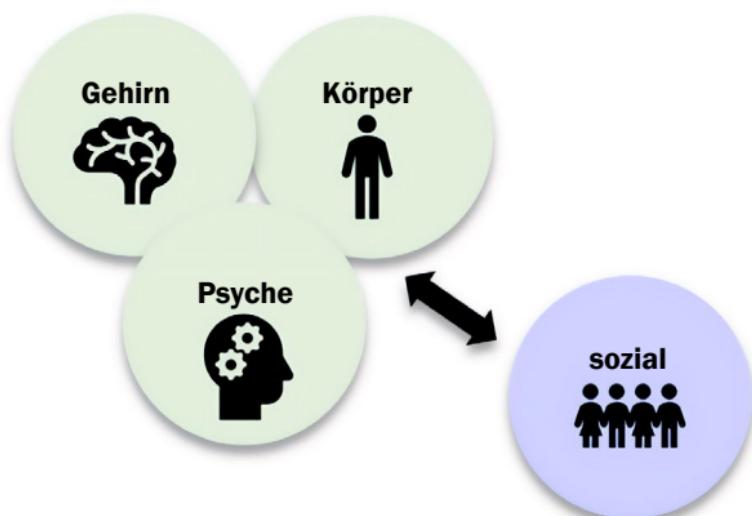
Sie haben eine Sepsis erlitten und sind auf dem Weg der Besserung. In Deutschland überleben jährlich etwa 360.000 Menschen eine Sepsis. Viele von ihnen leiden im Anschluss an Langzeitfolgen der Sepsis.

Dieser Folder informiert Sie über mögliche Folgen und Beschwerden. Er soll Ihnen Hilfestellung geben, damit Sie Ihren weiteren Genesungsprozess aktiv gestalten können und wissen, an wen Sie sich wenden können.



## Welche Langzeitfolgen gibt es?

Langzeitfolgen können zu körperlichen und psychischen Einschränkungen führen. Häufig treten auch mehrere Folgeerscheinungen gemeinsam auf. Folgeerkrankungen werden oft als „Post-Sepsis-Syndrom“ (PSS) oder auch als „Post-Intensiv-Care-Syndrom“ (PICS) bezeichnet.



## **Mögliche Folgen für das Gehirn**

- Gedächtnisstörungen
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Gleichgewichtsprobleme und Schwindel

## **Mögliche körperliche Folgen**

- Muskelschwäche
- chronische Schmerzen
- Beeinträchtigung der Nieren-, Herz- oder Leberfunktion
- chronische Müdigkeit/Fatigue
- Atemprobleme
- Seh- und Sprachstörungen

## **Mögliche psychische Folgen**

- Angstzustände
- Depressionen
- Schlafstörungen
- Albträume
- Halluzinationen
- Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)

## **Mögliche soziale Folgen**

Eine Sepsis kann auch zur längerfristigen Arbeitsunfähigkeit oder Erwerbsunfähigkeit führen. Lassen Sie sich frühzeitig beraten, z. B. während der Rehabilitation, ob und wie eine Wiederaufnahme Ihrer ursprünglichen Tätigkeit realisierbar ist.

Inhalte könnten u. a. eine Wiedereingliederung oder ein Tätigkeitswechsel sein. Sollte eine dauerhafte Erwerbsunfähigkeit im Raum stehen, können im Rahmen einer Beratung auch soziale Folgen und sich daraus ergebende Ansprüche erörtert werden.

Möglicherweise hat auch Ihr Umfeld Schwierigkeiten, Ihre neue Situation ausreichend zu unterstützen und zu verstehen. Dies kann zu Belastungen für Beziehungen und Freundschaften führen. Hier kann Ihnen gegebenenfalls der Austausch mit anderen Betroffenen in Selbsthilfegruppen eine wertvolle Hilfe sein.

## **Was tun bei Langzeitfolgen?**

Bei Ihrer Entlassung bespricht ein Arzt oder eine Ärztin mit Ihnen die Befunde und die nächsten Schritte. Unser Tipp: Nutzen Sie dieses Gespräch, um alle Fragen über mögliche Folgen der Sepsis und Ihren weiteren Behandlungsbedarf zu stellen. Auch im Entlassungsbefehl sind Hinweise zur Weiterversorgung wie weitere Kontrolluntersuchungen, Medikamentenempfehlungen und ggf. Impfempfehlungen dokumentiert. Wenn Sie direkt entlassen werden oder Ihre Rehabilitation abgeschlossen ist, empfiehlt sich auch, beim Hausarzt- oder Facharztbesuch diese Themen und notwendige Nachkontrollen anzusprechen und zu planen. Abhängig von der Art der Folgen ist die Weiterbehandlung durch spezialisierte Fachpraxen wichtig oder eine ambulante bzw. stationäre Rehabilitation notwendig.

## **Möglichkeiten der Unterstützung:**

- Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie (Sprach- und Schluckstörungen) können die körperlichen Folgen lindern oder beheben.
- Bei psychischen Folgen kann eine Psychotherapie oder psychologische Mitbetreuung hilfreich sein.
- Gegebenenfalls sind auch weitere Fördermöglichkeiten (z. B. spezielle Behandlung von Sehstörungen oder Ähnlichem) sinnvoll.
- Auch Möglichkeiten von pflegerischer Unterstützung, Hilfsmittelversorgung etc. können das Leben erleichtern.
- Der Austausch mit Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen kann weitere Tipps geben.

## **Was können Sie selbst beitragen?**

- gesund leben und ernähren
- Wenn Sie chronische Grunderkrankungen haben, achten Sie darauf, dass diese fortlaufend gut behandelt werden.
- Impfempfehlungen befolgen, z. B. gegen Grippe, Pneumokokken und Covid-19
- Wunden desinfizieren und pflegen

## **Sepsis frühzeitig erkennen**

Möglicherweise ist Ihr Immunsystem nach einer überstandenen Erkrankung geschwächt. Achten Sie daher auf Anzeichen einer schweren Infektion (Sepsis) und suchen Sie frühzeitig ärztliche Hilfe.

### **Warnsignale für eine Sepsis können sein:**

- nie gekanntes schweres Krankheitsgefühl
- Müdigkeit, Apathie
- plötzlich auftretende Verwirrtheit
- schnelle, schwere Atmung
- erhöhter Puls und erniedrigter Blutdruck
- kalte, fleckige Haut an Armen/Beinen

Die Sepsis-Stiftung unterstützt Betroffene sowie deren Familien während und nach einer überstandenen Sepsis.

Hierzu stehen Ihnen folgende Kontaktmöglichkeiten zur Verfügung:

**beratung@sepsis-stiftung.de**

Kostenloses Beratungstelefon: **0800 737 7479**

**[www.sepsis-stiftung.de/du/fuer-betroffene/](http://www.sepsis-stiftung.de/du/fuer-betroffene/)**

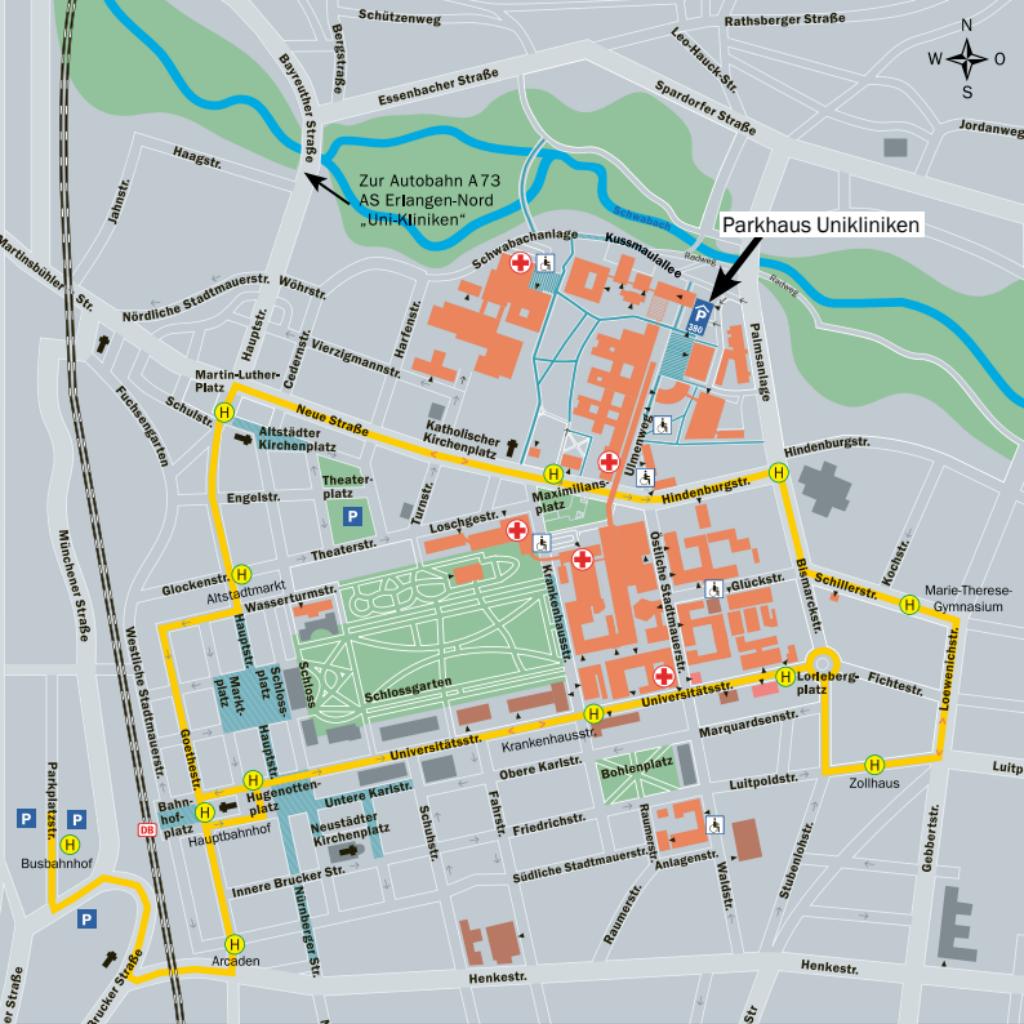
Auch bei der Deutschen Sepsis-Hilfe e. V.  
**(www.sepsis-hilfe.org)** können Sie hilfreiche  
Informationen finden.

Quelle: Sepsis-Stiftung. Sepsis stoppen. Leben retten. [Flyer]  
Verfügbar unter:



[www.sepsis-stiftung.de/wp-content/uploads/2025/08/404247885\\_Flyer\\_Sepsis\\_allgemein.pdf](http://www.sepsis-stiftung.de/wp-content/uploads/2025/08/404247885_Flyer_Sepsis_allgemein.pdf)

Abgerufen am: 06.11.2025



Stabsabteilung Qualitätsmanagement

Leiterin: Dr. rer. nat. Monika Gröne

Östliche Stadtmauerstr. 14, 91054 Erlangen  
[qualitaetsmanagement@uk-erlangen.de](mailto:qualitaetsmanagement@uk-erlangen.de)

## Projektleiterin

Sandra Mohr

Zur besseren Lesbarkeit verwenden wir an einigen Stellen die kürzere, männliche Form. Selbstverständlich sprechen wir alle Geschlechter gleichberechtigt an.

Herstellung: Universitätsklinikum Erlangen/Kommunikation, 91012 Erlangen  
Grafiken: © anatasacala/123rf.com, © freepik.com