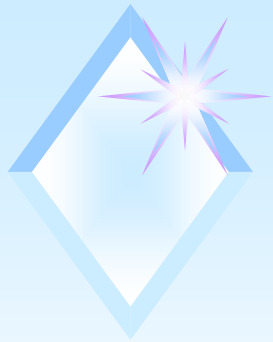




# *Cool down statt Meltdown*

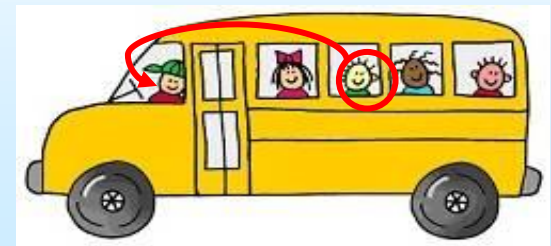
***Tipps zur Stressreduktion bei  
Notfallkonsultationen autistischer  
Patienten***





## *Fallbeispiel*

- 6 Jahre alter Noah
- auf dem Heimweg im Schulbus (Nachmittag)
- griff plötzlich Busfahrerin an
- versuchte sie zu beißen
- war auch aggressiv gegen andere Schüler
- dazu Selbstaggression (habe Kopf gegen Busfenster geschlagen)
- Polizei wurde aufgeboten

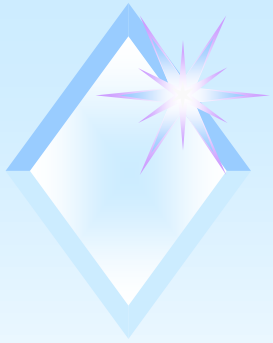




## *Fallbeispiel*



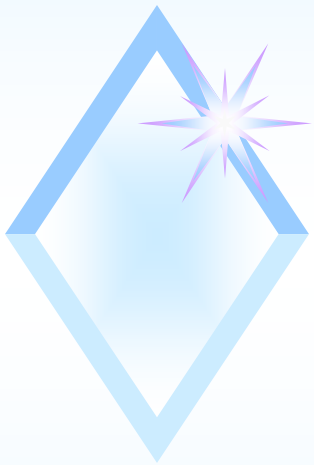
- Polizei bot Ambulanz auf
- Sie hielt Noah fest bis die Ambulanz eintraf
- Bekam zweimalig Midazolam 6.5mg intranasal durch Rettung
- IV Zugang: einmalig Dormicum 1mg iv
- Darunter langsam beruhigt



# *Im Kispí Notfall*



# *Was geschieht hier?*



Ungezogenes, trotzendes Kind?  
Soll man ihm mal den »Meister zeigen«?




# Anamnese

*(durch Eltern erst möglich als sie auf NF eintreffen)*

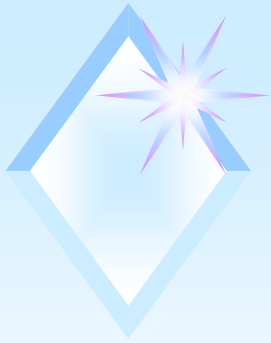
- Autistischer Knabe mit nonverbal-kognitivem Entwicklungsrückstand
- Bekannte aggressive Episoden
- In Behandlung
- Medikament: Rispardil (Risperidon, atypisches Neuroleptikum)
- Ist unterdessen ganz ruhig

**Anamnese bei Eintritt nicht bekannt!!**



# *Gab es Hinweise für Autismusspektrumstörung (ASS)?*

- Ist nonverbal
- Kontaktaufnahme auch nonverbal aktuell nicht möglich
- Zeigt typische Zeichen eines Meltdowns



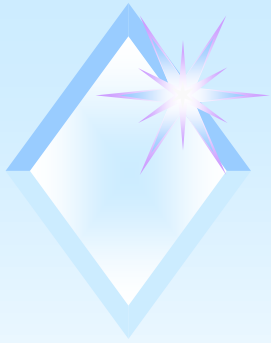
# *Häufigkeit Autismus*

In der Schweiz 2023: keine Studien gemacht

Zahlen Deutschland: 1:100

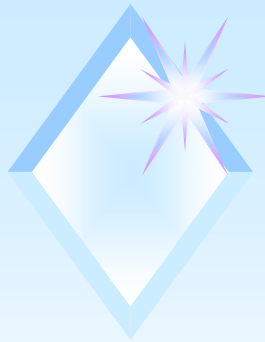
USA, CDC 2018: 1: 44

**Statistisch gesehen seht ihr auf eurer  
Notfallstation mind. 1 Autisten pro Tag!**



# *Was ist gut zu wissen?*

- Autisten haben eine andere Wahrnehmung als neurotypische Menschen
- Diese kann sehr unterschiedlich ausgeprägt sein
- Autistische Menschen sind genauso verschieden wie neurotypische Menschen



# Spezielle Wahrnehmung bei Autismus

Autisten sind oft empfindlich auf:

- Licht
- Lärm
- Gerüche
- Berührungen



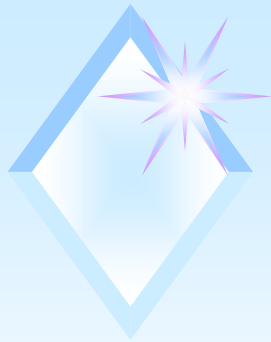
- Was heisst das im Alltag?



## *Beispiel*

- Das ist Timmy, der Hund meiner Tochter
- Frühling, Samstagabend, ca. 19 Uhr
- Die Sonne scheint, es ist schön warm
- Abendrunde mit Timmy





# *Meine Reaktion:*

- Wunderschön!
- Sonnig, warm
- Vögel zwitschern
- Aus allen Gärten riecht es nach Blumen  
Leute sitzen in den Gärten, grillieren
- Viele Spaziergänger sind unterwegs, sie sind fröhlich





## *Reaktion meiner Tochter:*

- **DAS** findest du schön??
- **Das ist Horror!**
- Grelles Licht!
- So viel Lärm!
- Überall andere, starke Gerüche!
- Viel zu viele Leute überall!



**= autistische Wahrnehmung!**



**..... und jetzt kommt ein Pat. mit einer solchen Wahrnehmung in den Notfall!**

## Wird aus seiner Routine gerissen!

- Grelles Licht
- Hoher Lärmpegel, laute Patienten klingelnde Telefone, piepsende Pager etc.
- **Viele Gerüche:**  
Spitalgeruch, Desinfektionsmittel, Esswaren, Parfums, Rasierwasser etc.



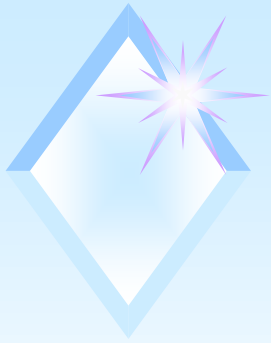


***..... und jetzt kommt ein Pat. mit einer solchen Wahrnehmung in den Notfall!***



- **Sehr viele Leute**, teils dicht gedrängt
- zusätzlich:  
Grund für die Notfall-Kons, ev. Schmerzen, Fieber, Übelkeit

→ **Angst!!!** → **Stress** ↑↑↑



# *Was können wir tun?*

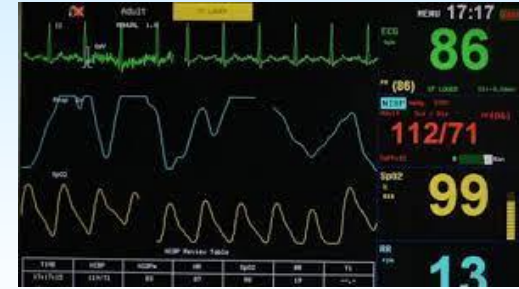
**Reizentzug, so viel wie möglich!** (tut allen agitierten Pat. gut!)

- Einzelzimmer oder in ruhige Ecke mit Sichtschutz (z.B. Paravent)
- Falls angemeldet: Pat./Begleitpersonen sollen beruhigende Sachen des Patienten mitbringen!





# Was können wir tun?



- Monitor stumm oder leise stellen, vom Pat. wegdrehen
- BD-Manchette nach Messung entfernen
- Möglichst wenig behandelnde Personen
- Ruhige, sichere Personen → Autisten übernehmen Stimmung ihrer Umgebung
- **Motto: minimal handling!**

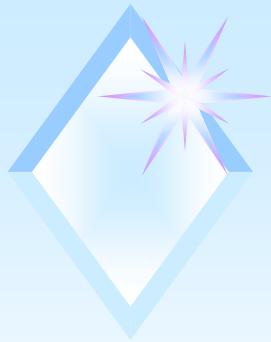




# *Autismus und Schmerzen*

Unterschiedliche Schmerzempfinden:

- von kaum wahrnehmbar bis überempfindlich
- Lärm, Geräusche können als Ohrenschermerzen empfunden werden  
→ Noah schlägt Kopf hin und her: Lärm? Schmerzen?
- **Cave:** spüren oft im Stress Schmerzen nicht
- Aber trotzdem: Schmerzen verstärken den Stress!
- → grosszügig Schmerzmittel geben! (z.B. bei Frakturen)

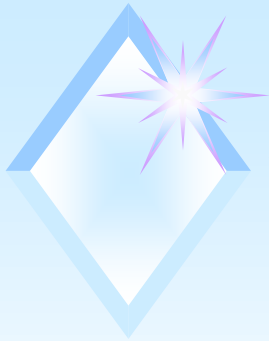


# *Autisten haben Mühe mit Körperkontakt*



- Empfinden angefasst werden als unangenehm, ev. als schmerzhaft
- Haben oft besonders berührungsempfindliche Körperstellen (häufig Kopf)
- Beispiel: Kopf, Füße, Beckenkamm
- Pat. oder Begleitperson fragen!





# *Autisten haben Mühe mit Körperkontakt*



- Festhalten löst Panik aus! Ev. mit Tuch fixieren
- Streicheln kann kontraproduktiv sein!  
(Körperkontakt, unangenehm, verstärkt Stress!)
- → Noah wird am Kopf gestreichelt → wirft Kopf hin und her → unangenehm? schmerzhaft?



## *Körperkontakt: z.B. Kleider*

- Halten oft bestimmte Gewebe nicht aus
- Beispiel: Wolle
- Gummizüge/Bördchen



- Wenn möglich eigene Kleider belassen



# ASS und Medikamente

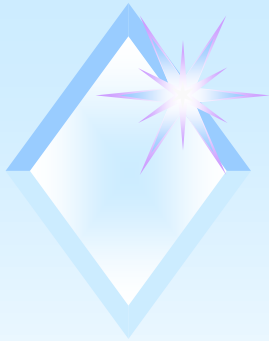
- Autisten reagieren oft paradox auf Benzodiazepame



- Medikamenteneinnahme kann problematisch sein (erhöhte Mundsensorik, kratzend, unangenehmer Geschmack)



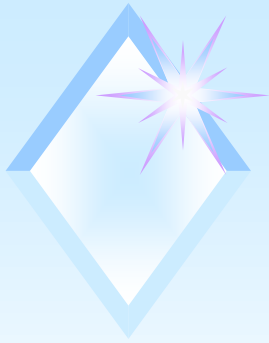
- Wenn möglich andere Formen anbieten (Sirup, nasal, Supp.)



# *Menschen mit ASS kommunizieren anders*

- Sie verstehen wortwörtlich: «hüpf auf die Waage»: hüpfte wirklich
- Haben Antwort-Latenz → mehr Zeit geben, Geduld!
- Verstehen Sarkasmus, Ironie, Doppeldeutigkeiten oft nicht
- Können nonverbale Kommunikation (z.B. IVIIIIK) nicht oder schlecht «lesen»





# *Menschen mit ASS kommunizieren anders*

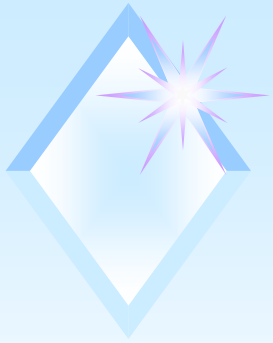
- Haben wenig Mimik ( z.B. Schmerzen, Angst schlecht sichtbar)
- Fragen beantworten oder

Entscheidungen treffen im Stress nicht möglich

→ **typische Antwort: « ich weiss es nicht »**

Das heisst: «ich kann momentan Gefühle, Gedanken nicht identifizieren und in Worte fassen»  
(Zitat Tony Attwood)



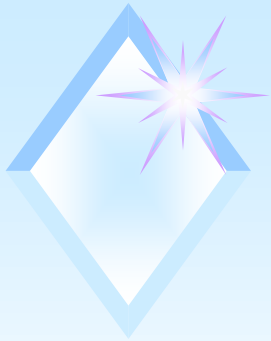


## *Ehrlich sein!*

- Sagen, wenn es weh tut
- Klare Informationen geben
- Einfache, kurze Sätze machen
- Bei Wartezeiten Informationen geben

**Autisten sind ehrlich, können schlecht lügen**

Übrigens: Autismus kommt familiär gehäuft vor  
→ ev. sind Eltern /Geschwister auch autistisch!  
→ Kommunikation anpassen!



# *Szenario Schockraum*

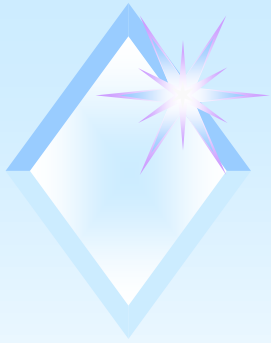
- 32 Jährige Patientin, St. n. Auffahrunfall mit 30 Kmh
- keine sichtbaren Verletzungen
- GCS: Augen offen, schaut ängstlich umher
- befolgt Aufforderungen zögernd
- verbal: keine Antwort!
- **??????**



# Szenario Schockraum

- ??????
- **Wer von euch denkt in diesem Szenario an eine nonverbale Autistin?**





*....oder schauen sie in die  
Ohren....*





## *Wenn der Stress zu gross wird*

- **= Overload (Reizüberflutung)**
- Die Reize werden zu viel, sind nicht mehr aushaltbar
- «Fight or flight mode»
- Selbstberuhigung mit «stimming»
- Entzieht sich wenn möglich der Situation
- «denkt sich weg»



# Reaktion auf starke Reizüberflutung

- **Shutdown:** Pat. erstarrt
- zieht sich in sich selbst zurück
- kommuniziert nicht mehr

→ kann als verstockt sein missverstanden werden!

→ schimpfen oder Ungeduld ist kontraproduktiv, verstärkt Stress!





# Reaktion auf starke Reizüberflutung



- **Meltdown:** völliger Kontrollverlust!
  - Spüren sich nicht mehr
  - rennen ev. weg, verstecken sich
  - Schreien, weinen, beißen, kratzen, hauen etc.
- sich selbst oder andere
- **kann als trotzen missverstanden werden!**
- **Noah zeigte klassische Zeichen von Meltdown!**





# *Unterschied Meltdown - Trotzanfall*

- **Trotzanfall:** gewollt, manipulativ, «ausrasten» um etwas zu bekommen oder zu erreichen.
- Hört sofort auf, wenn Ziel erreicht ist
- **Meltdown:** ungewollt, sensorische Überladung oder Überforderung ( zu viele Infos, Reize, neue Situationen)





# *Vorboten von Shutdown / Meltdown*

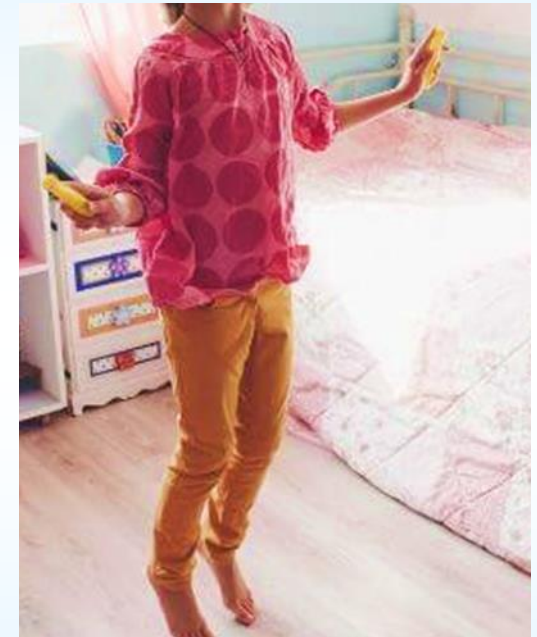
- Unruhe
- Mit Händen flattern
- «herum tigern», hüpfen
- Hin-und-her-wiegen
- Stereotype Bewegungen
- Summen, brummen, knurren
- Echolalie, Logorrhoe



= «**stimming**»



# «stimming»

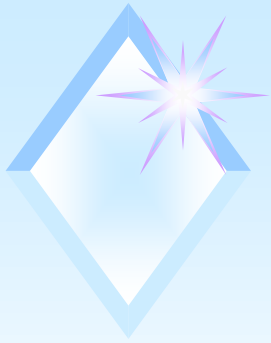


**«stimming» zulassen → Stressabbau!  
Selbstberuhigung!**



# *Kann ein Meltdown verhindert werden?*

- Ja, möglicherweise
- Wie? Was können wir tun?
- Vorbeugen! (...ist besser denn heilen)



# Was können wir tun?

- Reizentzug
- Ablenken!
- Viele Autisten haben Spezialinteresse: ausnützen! Fragen dazu stellen!



Temple Grandin

- Ev. zum Thema Spiele, Puzzles etc. geben



# *Autismusbox für Notfallstation*

## **Möglicher Inhalt:**

## **Reizverminderung:**

- Sonnenbrille



- Gehörschutz





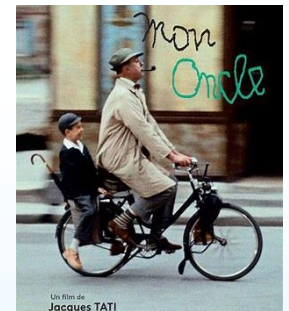
# Autismusbox, möglicher Inhalt:

## Ablenkung:

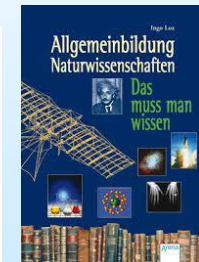
- Puzzle, Schiebepuzzle, Rubics-Würfel



- Filme, Videos



- Bücher



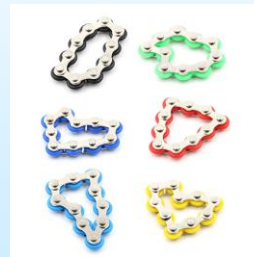


# *Autismusbox, möglicher Inhalt:*

**Stressabbau:  
Fidget toys**



**Alternative:  
Noppenfolie**



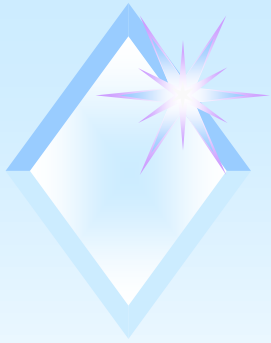


# Stressabbau

## Gewichtsdecke

- «die Gewichtsdecke ist wie eine Umarmung ohne menschlichen Kontakt»





*..... so etwas haben wir auch  
im Notfall!*

- Röntgenschürzen!

Können als Gewichtsdecke oder als  
Druckweste benützt werden

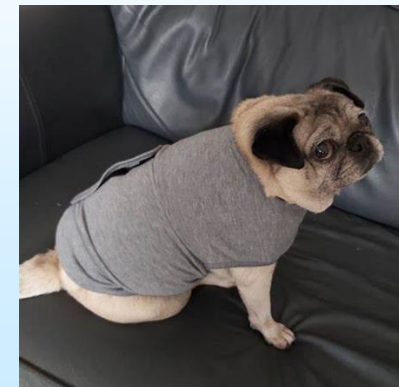




# Stressabbau

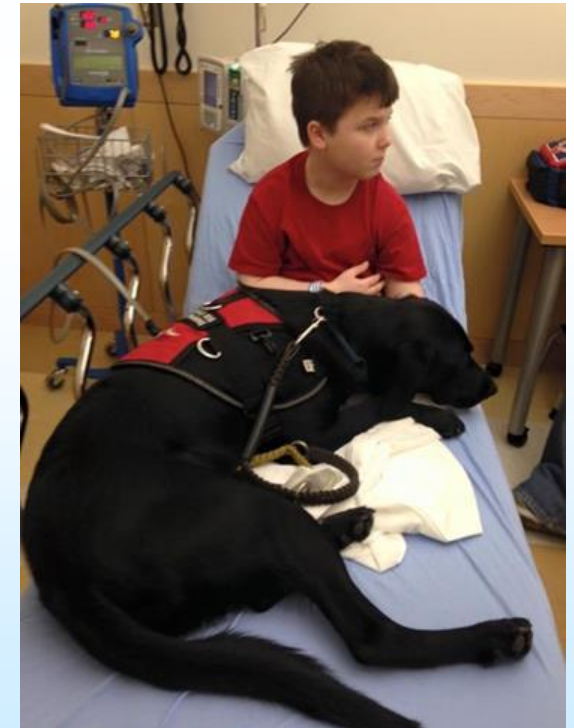


.... gibt es auch für ängstliche Tiere





# Stressabbau Autismusbegleithund





## *Und wenn alles nichts nützt...*

- ..... und der Patient einen Meltdown hat?





# *Verhalten bei Meltdown*



- Sofortiger Reizentzug, Abschirmung
- Pat. wenn möglich aus Situation entfernen
- Ev. vom Notfall entfernen, z.B. eigenes Auto (= vertraute Umgebung)
- Ev. nach draussen führen
- **Cave:** Sonne, Wind, Regen etc. können zusätzlich stressen (unangenehm bis schmerzhaft auf Haut, in Augen)

**Eltern/Begleiter fragen was nützt!**

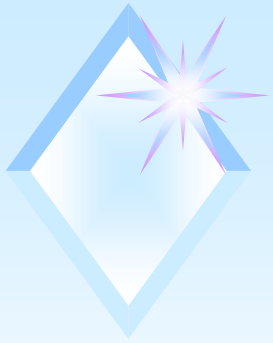
# Fazit

- Autismus ist keine Krankheit, sondern eine andere Form von Wahrnehmung und Denken
- Autismus hat viele positive Seiten:
  - analytisches, logisches Denken,
  - detaillierte Beobachtungsgabe
  - ausgeprägter Ordnungssinn





Quelle: Broschüre autismus deutsche schweiz



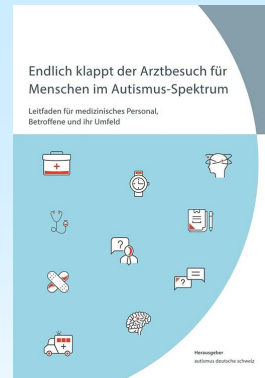
# Tipp

## Endlich klappt der Arztbesuch für Menschen im Autismus-Spektrum

Leitfaden für medizinisches Personal,  
Betroffene und ihr Umfeld



Herausgeber  
autismus deutsche schweiz

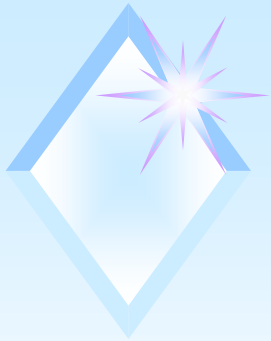


Leitfaden geschrieben im Auftrag und mit grosser Unterstützung vom Verein autismus deutsche schweiz und mit vielen wertvollen Inputs meiner Tochter

<https://www.careum-verlag.ch/Endlich-klappt-der-Arztbesuch-fuer-Menschen-im-Autismus-Spektrum/C-60122/>

<https://www.exlibris.ch/de/suche/?q=endlich%20klappt%20der%20arztbesuch>

Auch in Deutschland erhältlich



## *Botschaft meiner Tochter:*

- «Auch wenn sie nur einen dieser Tipps umsetzen können, reduziert das unseren Stress
- ....und vielleicht verhindert gerade DAS einen Meltdown!»

Danke!





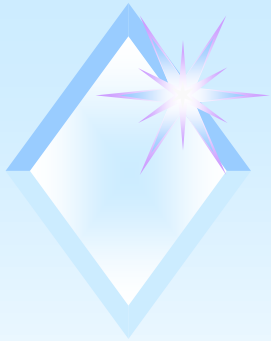
*Fragen?*





*Danke für eure Aufmerksamkeit*





## Endlich klappt der Arztbesuch für Menschen im Autismus-Spektrum

Leitfaden für medizinisches Personal,  
Betroffene und ihr Umfeld



Herausgeber  
autismus deutsche schweiz

<https://www.exlibris.ch/de/buecher-buch/deutschsprachige-buecher/endlich-klappt-der-arztbesuch-fuer-menschen-im-autismus-spektrum/id/9783039044009/>

<https://www.careum-verlag.ch/Endlich-klappt-der-Arztbesuch-fuer-Menschen-im-Autismus-Spektrum/C-60122/>