

Besteht ein erhöhtes Risiko?

Sepsis kann jeden treffen!
Zusätzliche Risikofaktoren sind:

- Geschwächte Immunabwehr
- Älter als 60 / jünger als 1 Jahr
- Chronische Krankheiten*
- Früh- oder Neugeborene
- Milz fehlt
- Impfungen fehlen**
- Mangelernährung
- Missbrauch von Drogen oder Alkohol
- Verdacht auf Lebensmittelvergiftung
- Operation in den letzten 4 Wochen
- Schwangere und Mütter nach Geburt
- Oberflächliche oder tiefe Wunde
- Druckgeschwüre (Dekubitus)
- Katheter (Blutgefäße oder Harnblase)
- Künstliche Herzkappen oder Gelenke
- Tierbisse oder Insektentstiche
- Kürzliche Reise (z.B. in tropische Länder)

Falls Risikofaktoren vorliegen, erhöht sich die Wahrscheinlichkeit einer Sepsis.

* z.B. der Lunge, Leber, Niere, des Herzens, oder Krebs, Rheuma, Diabetes, HIV/ AIDS

** z.B. gegen Pneumokokken, COVID-19, Grippe

Liegt eine Infektion vor?

Sepsis wird immer durch eine Infektion ausgelöst. Verdachtszeichen einer Infektion:

- Fieber oder Schüttelfrost
- Husten
- Kurzatmigkeit oder Atembeschwerden
- Halsschmerzen
- Bauchschmerzen
- Harter, druckschmerzhafter Bauch
- Häufiges/ schmerhaftes Wasserlassen
- Trüber Urin
- Schmerzen seitlich am Rücken
- Ohrenschmerzen
- Steifer Nacken
- Starke Kopfschmerzen
- Gerötete oder erwärmte Haut
- Eiter-Ansammlung (Abszess)
- Schmerzen im Mund oder am Kiefer
- Wirbelsäulenschmerzen (Abszess?)

Auch ohne Fieber, Schüttelfrost oder bekannte Infektionszeichen kann eine Infektion oder Sepsis vorliegen!

Eine Körpertemperatur unter 36 °C kann auch auf eine Infektion/ Sepsis hindeuten.

Diese Checkliste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Kann es Sepsis sein?

Anzeichen einer akut lebensbedrohlichen Erkrankung wie z.B. Sepsis:

- Ein nie gekanntes Krankheitsgefühl
- Puls unter 50 oder über 120/min
- Feucht-kalte oder marmorierte Haut
- Extreme Schmerzen

Wenn eines dieser Anzeichen vorliegt, ist sofortige ärztliche Abklärung nötig, z.B. über die 116 117

Bis zum Beweis einer anderen Ursache an Sepsis denken: nach Sepsis fragen!

Liegt zusätzlich eines dieser Anzeichen vor, ist eine Sepsis hoch wahrscheinlich:

- Verwirrtheit, Wesensänderung, Apathie
- Mehr als 20 Atemzüge pro Minute
- Oberer Blutdruckwert ist kleiner als 100

Sepsis ist ein Notfall wie Herzinfarkt oder Schlaganfall, sofort 112 anrufen!