



Losheim lebt gesund

Losheim am See engagiert sich im Rahmen des Projektes „Losheim lebt gesund!“ für Prävention und Gesundheitsförderung in der Seegemeinde. In unserer Amtsblatrubrik geben wir in Kooperation mit dem gemeinnützigen Netzwerk „Das Saarland lebt gesund!“ (DSLG) Gesundheitstipps oder Hinweise auf interessante Online-Angebote.

Gesundheitstipp: Eine Sepsis ist immer ein Notfall!

Viele kennen den Begriff „Blutvergiftung“, auch Sepsis genannt. Doch Sepsis ist keine Vergiftung im klassischen Sinne. Sie entsteht, wenn das Immunsystem eine Infektion nicht mehr eindämmen kann und Erreger in den Blutkreislauf gelangen. Die Folge ist eine überschießende Abwehrreaktion, die lebenswichtige Organe sehr schwer schädigen kann. Eine Sepsis gehört zu den schwersten verlaufenden Erkrankungen. In Deutschland gehen Expertinnen und Experten von etwa 279.000 Sepsisfällen pro Jahr aus. Sepsis ist eine der häufigsten Todesursachen in Deutschland: Doppelt so viele Menschen versterben im Krankenhaus an einer Sepsis wie an einem Schlaganfall und Herzinfarkt zusammen. Sie wird aber gleichzeitig von der Öffentlichkeit mit am wenigsten wahrgenommen. Das Tückische: Die Erkrankung wird oft zu spät festgestellt. Nicht selten wird eine beginnende Sepsis als „banale“ Infektion oder „Blutvergiftung“ abgetan. Tatsächlich handelt es sich aber um ein schweres Krankheitsbild, das als medizinischer Notfall eine umgehende und adäquate Behandlung erfordert. Die gute Nachricht: Wenn man eine Sepsis schnell erkennt und behandelt, dann gibt es gute Heilungschancen.

Eine Sepsis lässt sich nur bedingt vorbeugen. Man geht davon aus, dass bis 50 % der Fälle nicht vermeidbar sind. Das Risiko einer Sepsis lässt sich vermeiden, indem Infektionen verhindert werden. Dazu trägt ein gesunder Lebensstil bei: eine ausgewogene Ernährung, regelmäßige Bewegung, erholsamer Schlaf und Stressreduktion. Zudem ist auf eine gründliche Handhygiene und Wundversorgung zu achten. In Leitlinien wird außerdem die Umsetzung der Empfehlungen der Ständigen Impfkommission (STI-KO) empfohlen, um Infektion wie z. B. Influenza zu vermeiden.

#SaarlandErkenntSepsis

Da das Thema so wichtig und die Erkrankung vielen Menschen immer noch wenig bekannt ist, möchte das Netzwerk Patientensicherheit für das Saarland weiter aufklären. Gemeinsam mit der Ärztekammer des Saarlandes und unterstützt durch das saarländische Gesundheitsministerium startete vor wenigen Tagen die neue Kampagne #SaarlandErkenntSepsis.

Sie bietet Fortbildungen für Fachpersonal und Infoveranstaltungen für Bürgerinnen und Bürger in saarländischen Kliniken und ist angelehnt an die bundesweite Aktion #DeutschlandErkenntSepsis. Unter diesem Motto klären das deutschlandweit agierende Aktionsbündnis Patientensicherheit und seine Partner schon seit Jahren über die Erkrankung auf. Aktuelle regionale Termine sind in den nächsten Monaten auf der Website www.patientensicherheit.saarland zu finden. „In Anbetracht einer hohen Komplikations- und Sterblichkeitsrate ist jeder aufgerufen, sich mit dem Thema Sepsis zu befassen und scheinbar banale Infektionen nicht auf die leichte Schulter zu nehmen“, sagen Prof. Dr. Jörg Loth und San.-Rat Dr. Josef Mischo, die beiden Sprecher des Netzwerks Patientensicherheit.

Auf der Internetseite des Netzwerks Patientensicherheit finden Sie auch weitere Informationen zum Krankheitsbild der Sepsis. Ganz wichtig: Eine unbehandelte Sepsis führt stets zum Tod und stellt immer einen akuten Notfall dar.

Mögliche Symptome einer Sepsis können sein: eine Infektion mit oder ohne Fieber, mit

- starken Schmerzen, ein nie gekanntes Krankheitsgefühl
- Verwirrtheit, Wesensveränderung
- Atemnot, Kurzatmigkeit

- Herzrasen
- niedriger Blutdruck
- kalte, feuchte, fleckige Haut

Der DSLG-Gesundheitstipp ist ein Gastbeitrag vom **Netzwerk Patientensicherheit für das Saarland – gemeinsam für mehr Sicherheit**. Dieses ist als Arbeitskreis der Gesundheitsregion Saar e.V. organisiert. PuGiS e. V. ist in diesem Jahr als 22. Mitglied dem Netzwerk beigetreten. Das Netzwerk hat das Ziel, Fehler in der Patientenversorgung zu minimieren bzw. zu verhindern und das Gesundheitswissen der Bürgerinnen und Bürger zu fördern:

NETZWERK PATIENTENSICHERHEIT FÜR DAS SAARLAND

Ziele:

- Kennenqualifizieren
- Gesundheitswissen fördern
- Gesundheitsbewusstsein schaffen
- Prävention von Zwischenfällen (z. B. Arztfehler, Dosisfehler Typ 2, Blutdruck)
- Versorgungsqualität verbessern

Zielgruppe:

- Bürgerinnen und Bürger
- Behandelnde und Praktikerrunde

Maßnahmen:

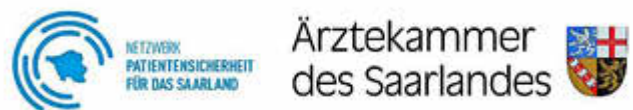
- Online-Portal mit Infos und Tipps
- Interdisziplinäre Zusammenarbeit
- Schulungen
- Aufklärung

Mitglieder:

22 Verbände und Organisationen des saarländischen Gesundheitswesens

- Bildungseinrichtungen
- Medizinischer Dienst
- Krankenkassen
- Ärztekammer des Saarlandes
- Kassenzahnärztliche und Kassenzahnärztliche Vereinigung
- I.V.M.

#SaarlandErkenntSepsis ist eine Initiative des Netzwerks Patientensicherheit für das Saarland und der Ärztekammer des Saarlandes.



Weiterführende Literatur

Aktionsbündnis Patientensicherheit e. V., Deutschland Erkennt Sepsis. Zugriff am 09.09.2025 unter Link: <https://www.deutschland-erkennt-sepsis.de/>
 Deutsche Sepsis-Hilfe e. V., Diagnose – Wie erkennt man eine Sepsis? Zugriff am 09.09.2025 unter <https://sepsis-hilfe.org/de/sepsis/diagnose>
 DSG (Deutsche Sepsis-Gesellschaft), DGAI (Deutsche Gesellschaft für Anästhesiologie und Intensivmedizin), DIVI (Deutsche Interdisziplinäre Vereinigung für Intensiv- und Notfallmedizin et al. (2025): [AWMF-Register-Nr.: 079-001] S3-Leitlinie: Sepsis – Prävention, Diagnose, Therapie und Nachsorge – Update 2025. Langfassung. Version: 4.0, Stand: 30.04.2025. Zugriff am 10.09.2025 unter: <https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/079-001>



Weitere Informationen zum saarlandweiten Netzwerk „Das Saarland lebt gesund!“ (DSLG) unter www.pugis.de oder www.das-saarland-lebt-gesund.de.

„Losheim lebt gesund!“ ist ein Projekt der Gemeinde Losheim am See in Zusammenarbeit mit DSLG und der IKK Südwest.

Ansprechpartnerin für Fragen rund um das Thema „Prävention und Gesundheit“ im Bürgerdienstleistungszentrum: Frau Christine Kuhn (Fachkraft für Kommunales Gesundheitsmanagement) unter Tel. 06872 609-101