

Liegt eines der folgenden Anzeichen vor, ist eine Sepsis hochwahrscheinlich.

Alarmieren Sie den **Notruf 112** und sagen Sie:

**„Es könnte eine Sepsis sein!“**

- Akute Verwirrtheit, Apathie, Wesensveränderung
- Kurzatmigkeit bzw. Atemnot:  
> 20 Atemzüge pro Minute
- Erniedrigter Blutdruck:  
oberer Blutdruckwert kleiner 100



## Weitere Informationen

Bei medizinischen Fragen rund um die Sepsis bietet die Sepsis-Stiftung die Möglichkeit für eine telefonische Beratung.

**Telefon:** 0800 737 7479

**Internet:** <https://sepsis-stiftung.de/fuer-betroffene>

oder scannen Sie  
einfach diesen QR-Code



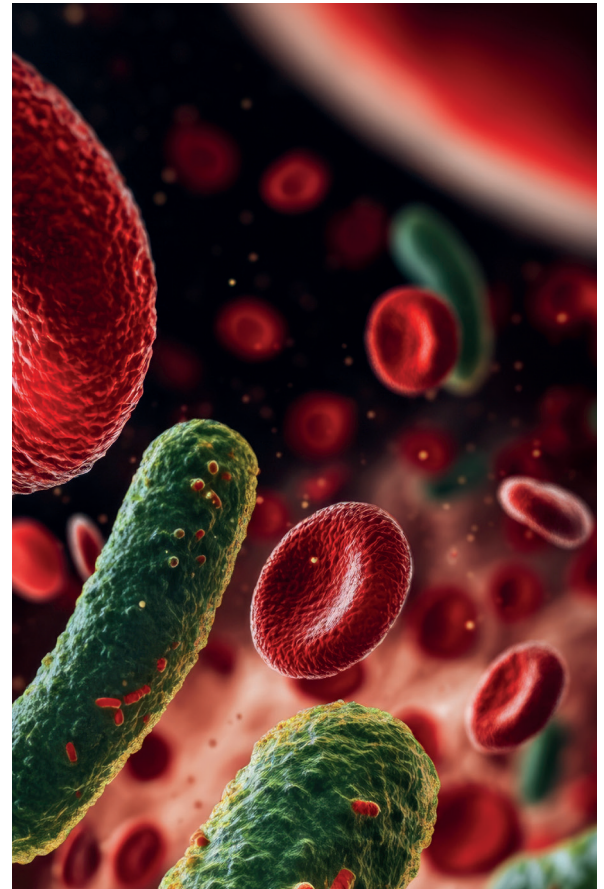
Weitere Informationen zur Sepsis und zu den verwendeten Quellen sowie das Impressum finden Sie auf den Seiten der Sepsis Stiftung.

Bildquelle: Adobe Stock

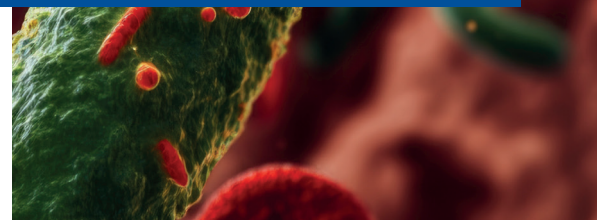


BG Klinikum Unfallkrankenhaus Berlin gGmbH  
Warener Straße 7, 12683 Berlin  
Telefon: +49 (0)30 5681 0  
Fax: +49 (0)30 5681 1475  
E-Mail: [info@ukb.de](mailto:info@ukb.de)  
Internet: [www.ukb.de](http://www.ukb.de)

2026\_12



## Patienteninformation Sepsis





## Liebe Patientin, lieber Patient,

nach einer überstandenen Sepsis werden Sie nun aus dem Krankenhaus entlassen.

Das ist eine gute Nachricht, denn Sepsis ist eine lebensbedrohliche Erkrankung, an der viele Menschen weltweit und auch in Deutschland versterben.

Viele Menschen erleben aber auch nach Ende der akuten Sepsis körperliche, psychische oder geistige Beeinträchtigungen und sind besonders gefährdet, wieder eine Sepsis zu erleiden.

Mit diesen Informationen möchten wir Sie dabei unterstützen, sich nach Ihrer Erkrankung bestmöglich zu erholen, mit eventuellen Folgeschäden zu leben und zukünftigen Erkrankungen vorzubeugen.

## Für Sie sind jetzt drei Schritte wichtig:

### 1 Sepsis-Folgen erkennen und behandeln

Am besten sprechen Sie ihren Hausarzt bzw. Hausärztin gleich beim ersten Arztbesuch auf die Nachsorge der überstandenen Sepsis an.

Nicht selten treten direkt nach einer Sepsis oder auch noch später Beeinträchtigungen auf. Sie selbst können zu einer frühzeitigen Erkennung und Behandlung beitragen, wenn Sie auf folgende Anzeichen achten:

- Gedächtnis- oder Konzentrationsstörungen, chronische Müdigkeit
- Muskelschwäche, Gehstörungen, chronische Schmerzen
- Psychische Erkrankungen, z.B. Angst, Depressionen, Schlafstörungen

- Herz-Kreislauf-Störungen, Atemstörungen, Beeinträchtigung der Nieren- oder Leberfunktion, Stoffwechselstörungen, Blutarmut
- Schluckstörungen, Ernährungsprobleme, Hautgeschwüre

Bitte scheuen Sie sich nicht, mit diesen Problemen in ärztliche Behandlung zu gehen!

**i** Unser Tipp: Weisen Sie darauf hin, dass es sich um Folgen Ihrer Sepsis-Erkrankung handeln kann, damit Ihre Beschwerden gezielt behandelt werden. Hilfe zur Selbsthilfe bekommen Sie auch bei der Sepsis-Hilfe, einer Gruppe von Betroffenen und Angehörigen.

### 2 Sepsis vorbeugen

Eine Sepsis ist die schwerste Verlaufsform einer Infektion. Sie kann von ganz unterschiedlichen Bakterien, Viren oder auch Pilzen ausgelöst werden, weshalb eine überstandene Sepsis nicht vor zukünftigen Erkrankungen schützt. Der beste Schutz vor Sepsis ist die Vorbeugung von Infektionen:

- Lassen Sie Ihren Impfstatus regelmäßig überprüfen und empfohlene Impfungen nachholen.
- Sorgen Sie für gute Desinfektion, Pflege und Beobachtung aller offenen Wunden.
- Waschen Sie regelmäßig Ihre Hände und beachten Sie allgemeine Hygieneregeln.
- Nehmen Sie Infektionen ernst und lassen Sie diese konsequent behandeln.
- Wenn Sie chronische Grunderkrankungen haben, achten Sie darauf, dass diese fortlaufend gut behandelt werden.

### 3 Sepsis frühzeitig erkennen

Eine Sepsis kann jeden Menschen treffen. Bestimmte Gruppen sind aber besonders gefährdet, z.B. Personen mit schwachem Immunsystem oder ohne Milz, und eben auch Menschen nach einer überstandenen Sepsis.

Machen Sie auch Ihre Mitmenschen auf die Bedeutung des frühen Erkennens und Handelns aufmerksam, denn wie gesagt, kann eine Sepsis jeden unverhofft treffen.

Liegt eines der folgenden Anzeichen vor, ist eine sofortige ärztliche Abklärung nötig:

- Nie gekanntes Krankheitsgefühl, extreme Schmerzen
- Feuchtkalte, marmorierte Haut und Schüttelfrost
- Puls unter 50 oder über 120 pro Minute in Ruhe