

Maßnahmen die während des Klinikaufenthalts Stürze zu vermeiden helfen:

- Erkennen und Entfernen Sie Hindernisse frühzeitig oder melden Sie diese dem Pflegepersonal. (Telefonschnur o. ä.)
- Sie erkennen Risikofaktoren? Machen Sie uns darauf aufmerksam!
- Tragen Sie auch für kleine Strecken stets festes Schuhwerk
- Sollten Sie sich unsicher sein, dann nutzen Sie den Schwesternruf.
- Greifen Sie auf Ihre vom Pflegepersonal bereitgestellten Hilfsmittel zurück (z. B. Trippelgang im Rollstuhl, oder Gehvariationen am Rollator)
- Im Falle eines akuten Schwindelanfalls verlassen Sie das Bett nur mit Hilfe einer Pflegeperson.
- Tragen Sie stets Ihre Brille.
- Sie haben Protektoren? Tragen Sie diese!
- Sie sind gestürzt? Melden Sie das Ereignis unbedingt einer Pflegeperson oder Ihrem Stationsarzt! Zusammen mit Ihnen wird der Sturz protokolliert und analysiert, um ähnliche Situationen für Sie künftig sicher zu machen.



Sturzprophylaxe

„Ein Sturz ist ein Ereignis, bei dem der Betroffene unbeabsichtigt auf dem Boden oder auf einer anderen tieferen Ebene aufkommt.“

(World Health Organisation 2007)

Risikofaktoren

Medikamente

- Nehmen Sie zum Beispiel Blutdrucksenker oder Medikamente die auf Ihre Psyche wirken.
- Mehrfachmedikation und Wechselwirkungen
- Verlängerte Wirkdauer durch veränderte Passagezeiten bei Magen-Darm-Erkrankungen
- etc.

Umgebungsbezogene Risikofaktoren

- Neue Umgebung
- Glatte Böden
- Strom- und Telefonkabel
- Fehlende Haltemöglichkeiten
- Geringe Beleuchtung und schwache Kontraste
- Das Wetter
- Unpassendes Schuhwerk
- etc.

Persönliche Risikofaktoren

- Kraft- und Balanceprobleme (z. B. Schwindel, Lähmungen oder Probleme beim hinsetzen oder Aufstehen, z. B. bei Parkinson, MS oder nach Schlaganfällen oder Störungen des Gleichgewichtssinns)
- Unsicheres Gehen /Das Gehen erfordert mehr Aufmerksamkeit (Probleme die Richtung zu Halten oder im Gangbild, Gesichtsfeldveränderungen)
- Schmerzen beim Gehen (z. B. periphere Neuropathie, nach TEP)
- Veränderung des Gesundheitszustands
- Verlangsamte Denkprozesse (Demenz)
- Unpassende Brille, nachlassende Sehfähigkeit
- Angst durch Stürze in der Vergangenheit
- etc.

