



Die wichtigsten Fragen

Kann man den Patienten nicht einfach fixieren „festmachen“, etwa im Rollstuhl und dadurch einen Sturz vermeiden? Nein, denn wenn ein Patient fixiert wird, der ansonsten noch aufstehen und gehen könnte, handelt es sich um eine freiheitsentziehende Maßnahme. Diese Maßnahmen dürfen in Deutschland nur durchgeführt werden, wenn dafür ein richterlicher Beschluss vorliegt. Angehörige dürfen keine Fixierung genehmigen, dieses auch dann nicht, wenn sie als Betreuer eingesetzt sind.

Ich höre häufig von einem „Expertenstandard“. Was ist das? Der „Expertenstandard zur Sturzprophylaxe in der Pflege“ gibt vor, wie ein Sturz vermieden werden kann. Er fasst den aktuellen Stand der Forschung zusammen und bewertet z.B. die Wirksamkeit von Maßnahmen zur Sturzvermeidung. Diese Vorgaben sind für alle Pflegeheime und Pflegedienste in Deutschland verbindlich.

Wer bezahlt die Hüftprotektoren? Solange die Protektoren nicht im Hilfsmittelverzeichnis der Pflegeversicherung eingetragen sind, sind die Krankenkassen nicht dazu verpflichtet, die Kosten dafür zu übernehmen. Einige Krankenkassen lassen aber mit sich verhandeln. Deshalb ist es sinnvoll, dort einfach einmal nachzufragen.

Welche Schuhe eignen sich am besten, um Stürze zu vermeiden? Am besten eignen sich feste Schuhe mit guter Passform, etwa gute Turnschuhe. Welche Sohle am besten gewählt werden sollte, hängt von der Beschaffenheit des Fußbodens ab, auf dem sich der Patient am meisten bewegt. Die Schuhe sollten keine hohen Absätze haben, sondern breite und niedrige. Diese Absätze vergrößern die Standfläche und geben besseren Halt beim Gehen.



Wir sind für Sie da:

HKP Bonn Häuslicher Krankenpflagedienst

Siegburger Str. 145
53229 Bonn

Tel: 0228/28628598
Fax: 0228/286285989

Hr. Ettalee Jaouad Pflegedienstleitung
Handy: 01579/2302210

Internet: www.hkpbonn.de

▶ STURZPROPHYLAXE



Pflege ist Vertrauenssache



Stürze

Wer ist besonders sturzgefährdet?

Häufig sind es Menschen mit folgenden Erkrankungen:

- Inkontinenz, insbesondere die Dranginkontinenz
- Multiple Sklerose
- Parkinsonsche Erkrankung
- Demenz (erhöhter Bewegungsdrang)
- Apoplexie / apoplektischer Insult (Schlaganfall)
- Polyneuropathie
- Osteoporose
- Osteoarthritis
- Krebserkrankungen
- Epilepsie
- niedriger Blutdruck
- Herzrhythmusstörungen
- Diabetes mellitus / Entgleisungen des BZ-Wertes / Polyneuropathie (etwa Sensibilitätsstörungen in den Füßen)
- schlechter Allgemeinzustand

Viele Medikamente haben Nebenwirkungen, die Stürze verursachen können. Sie können etwa Gangunsicherheiten oder etwa Schwindel hervorrufen. Dazu zählen:

- Psychopharmaka, insbesondere Antidepressiva, Neuroleptika
- Beruhigungs- und Schlafmittel (Benzodiazepine)
- ggf. Blutdrucksenker (Diuretika)
- Antiarrhythmika zur Behandlung von Herzrhythmusstörungen
- Hinzu kommt, dass alte Menschen oftmals viele verschiedene Medikamente durch verschiedene Ärzte verordnet bekommen. Dabei kann es auch ungünstigerweise zu unerwünschten Wechselwirkungen kommen. Nicht zu vergessen sind dann noch die nicht verschreibungspflichtigen Medikamente, die ohne Wissen des Arztes eingenommen werden.

Auch eine beeinträchtigte Beweglichkeit führt häufig zu Stürzen, wie etwa:

- humpeln / hinken
 - Kontrakturen
 - Balancestörungen
 - sichtbare Gangveränderungen
 - versteifte Gelenke
- Kraftlosigkeit in den Beinen

Ein beeinträchtigtes Sehvermögen ist ein Risiko:

- Der Patient möchte keine Brille tragen.
- Er trägt die Brille nicht immer.
- Die Brille ist häufig zu schmutzig.
- Die Brille sitzt nicht oder nur schlecht.
- Die Brille wird häufig verlegt.
- Die Glasstärken sind nicht mehr angemessen.
- Der Patient ist erblindet.
- Der Patient kann nicht räumlich sehen.
- Der Patient leidet unter einer erhöhten Blendungsempfindlichkeit. Das Sehen bei Dämmerung ist schlecht. Er hat ein vermindertes Gesichtsfeld.

psychologische Faktoren:

- Die Einschränkungen werden vergessen, verdrängt oder verleugnet.
- Depressionen übertriebene Angst vor Stürzen



Wie kann ein Sturz vermieden werden?

Folgende Maßnahmen sollen bei mir umgesetzt werden:

- Kraft- und Balancetraining
- Tragen von Hüftprotektoren
- die Inkontinenzversorgung verändern
- in der Nacht Stoppersocken tragen
- Anschaffung von Hilfsmitteln, wie etwa Rollator, Gehstock, Rollstuhl
- Umgestaltung des Zimmers/ Möblierung
- Beleuchtung verändern
- zusätzliche Anbringung von Haltegriffen im Badezimmer
- Anbringung einer Toilettensitzerhöhung
- Teppichgitter unterlegen
- Teppich entfernen
- Medikamentenverordnung mit dem Arzt überdenken und besprechen
- Anschaffung geeigneter Kleidung und geeigneter Schuhe
- Anforderung Rezept Krankengymnastik
- Anschaffung eines Alarmgerätes mit Fußbodensensor

