

Sturzprävention

Leitlinienempfehlungen für das Setting Krankenhaus

Vorarbeit: Identifizieren Sie **spezifische Risikofaktoren** für Stürze auf Ihrer Abteilung.

TIPP! Beobachten und befragen Sie PatientInnen bei der Aufnahme und in regelmäßigen Abständen über das Vorliegen von **häufigen** und **spezifischen Risikofaktoren**.

Häufige Risikofaktoren:

- Sturz im letzten halben Jahr
- Hohes Alter (> 70 Jahre)
- Bewegungseinschränkung
- Gangunsicherheit
- Schwindel
- Visuseinschränkung
- Verwirrtheit
- Schwierigkeiten beim *dual tasking*

Die Verwendung eines bestimmten Sturzrisiko-Assessmentinstruments wird **nicht** empfohlen.



Bieten Sie sturzgefährdeten Personen **multifaktorielle Maßnahmen** basierend auf den individuellen Risikofaktoren an.

Komponenten von **multifaktoriellen Maßnahmen**:

- Bewegungsübungen
- Überprüfung der Medikation
- Umgebungsanpassung
- Wissensvermittlung über Sturzrisiken & deren Vermeidung
- Angebot von Hilfsmitteln bei Bedarf



Sturzgefährdete PatientInnen, insbesondere in Rehabilitationsabteilungen, sollen **zusätzliche Bewegungseinheiten** durch die Physiotherapie erhalten.





Keine
Empfehlung



Schwache
Empfehlung



Starke
Empfehlung

SCHULUNG + BERATUNG

Sturzgefährdete PatientInnen ohne kognitive Einschränkungen sollen über **Sturzrisiken aufgeklärt** und zu sturzpräventiven Maßnahmen geschult und beraten werden.



TIPP! Machen Sie PatientInnen und auch Angehörige auf eine **erhöhte Sturzgefahr aufmerksam** und weisen Sie diese darauf hin, bei Bedarf (z. B. Mobilisation, Transfer...) **Hilfe** zu holen.

TIPP! Potentielle BenutzerInnen sollten im **richtigen Umgang** mit **Gehhilfen** geschult sein.

UMGEBUNG + SCHUHWERK

TIPP! Gestalten Sie die **pflegetherapeutische Umgebung** so, dass umgebungsbedingte Risiken für Stürze minimiert werden.

- Stellen Sie die Betthöhe nach Pflegetätigkeiten auf das niedrigste bzw. ein angemessenes Niveau
- Sorgen Sie für trockene Fußböden
- Stellen Sie bei nassen Böden Warntafeln auf
- Achten Sie darauf, dass keine Gegenstände am Boden herumliegen

TIPP! Achten Sie darauf, dass PatientInnen gut **passende Schuhe** tragen, die ausreichend Halt geben, nicht einengen, die Ferse fest umschließen und eine rutschfeste Sohle haben.

TIPP! Geben Sie sturzgefährdeten PatientInnen **Orientierung**.

- Zeigen Sie ihnen in Ruhe das Zimmer, sanitäre Anlagen sowie die gesamte Abteilung
- Weisen Sie auf potentielle Sturzrisiken hin
- Beobachten Sie sturzgefährdete PatientInnen hinsichtlich ihrer Orientierung
- Bieten Sie bei Bedarf Unterstützung an



Keine
Empfehlung



Schwache
Empfehlung



Starke
Empfehlung

HILFSMITTEL

Niederflurbetten werden in Krankenhäusern **nicht** zur Sturzprävention empfohlen.



Alarm- und Sensorsysteme können bei sturzgefährdeten PatientInnen zum Einsatz kommen.



TIPP! Bieten Sie PatientInnen, die nachts häufig aufstehen und denen das Anziehen von Schuhen Probleme bereitet, **Stoppersocken** an.

TIPP! **Gehhilfen** müssen in funktionstüchtigem Zustand gehalten und für die jeweilige Person angepasst werden.

TIPP! **Freiheitsbeschränkende Maßnahmen** zur Sturzprävention sollten nur in Einzelfällen erwogen werden.

- Müssen angeordnet, dokumentiert und regelmäßig evaluiert werden
- Entscheidung soll mit den Angehörigen kommuniziert werden
- Nur das **gelindeste Mittel** darf Anwendung finden

Bei sturzgefährdeten PatientInnen kann ein **Medikamentenreview** durchgeführt werden.



Schulungsmaßnahmen für Pflegepersonen zum Thema Sturzprävention können veranlasst werden.



TIPP! MitarbeiterInnen sollten im richtigen Umgang mit **Gehhilfen** geschult sein.

SCHULUNG
PFLEGEPERSONEN

INTERDISZIPLINÄRE
MASSNAHMEN



Keine
Empfehlung



Schwache
Empfehlung



Starke
Empfehlung

Spezifische Empfehlungen und ExpertInnentipps für bestimmte Personengruppen

PHYSISCH/PSYCHISCH
BEEINTRÄCHTIGTE PERSONEN

TIPP! Achten Sie darauf, dass PatientInnen beim Verlassen des Bettes ihre **Sehhilfen** tragen und dass diese stets in gereinigtem Zustand sind.

Sturzgefährdete PatientInnen mit **kognitiven Einschränkungen** können über Sturzrisiken aufgeklärt und zu sturzpräventiven Maßnahmen geschult und beraten werden.



TIPP! Fordern Sie PatientInnen mit bekannten plötzlichen, unvorhersehbaren Stürzen (z. B. bei **Synkopen, bestimmten neurologischen Erkrankungen**) auf, bei der Mobilisation Hilfestellung durch das Pflegepersonal in Anspruch zu nehmen. Instruieren Sie PatientInnen, sich bei **Schwindel, Schwäche** oder **Übelkeit** beim Personal zu melden.

TIPP! Erhöhen Sie bei PatientInnen mit **gehäuftem Sturzgeschehen** die Häufigkeit der Observanz. Bei erkennbaren zeitlichen Sturzmustern sollte die vermehrte Observanz in diesen Zeiträumen stattfinden.

TIPP! Wählen Sie für PatientInnen, die **gehäuft stürzen**, ein Zimmer nahe des Stützpunkts.

Vorteil:

- Erhöhung der Praktikabilität bei erhöhter Observanz
- Im Falle eines Sturzes kann rasch Hilfe geleistet werden

TIPP! **Häufige Sturzereignisse** von PatientInnen sollen im multidisziplinären Team analysiert werden, um sturzpräventive Maßnahmen gemeinsam zu planen und entsprechend zu adaptieren.

GEHÄUFTE STURZGESCHEHEN