



STURZVERMEIDUNG

**Informationen
für Patientinnen
und Patienten
sowie Angehörige**

MEDICLIN 
KLINIKUM SOLTAU

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient, sehr geehrte Damen und Herren,

Menschen können in jedem Lebensalter zu Sturz kommen. Eine fremde Umgebung, schlechte Beleuchtung, mangelnde Haltemöglichkeiten, unebene Gehwege und ungünstige Wetterverhältnisse sind äußere Faktoren, die das Risiko zu stürzen erhöhen.

Aber auch eine Erkrankung oder Operation und insbesondere das Auftreten der folgenden Faktoren führen zu einer besonderen Gefährdung:

- verschiedene Erkrankungen, die mit veränderter Mobilität, Motorik und Sensibilität einhergehen,
- spezielle bewegungsbezogene Funktionseinbußen, z.B. Gleichgewichtsstörungen und Gangveränderungen,
- gefährliches oder fehlendes Schuhwerk wie z.B. Badeschuhe oder barfuß laufen,
- eingeschränkte Beweglichkeit, z.B. durch Infusionsständer, Verwendung von Rollstuhl oder Gehwagen, Urinableitungssysteme u.a.,
- Sehbeeinträchtigungen,
- Kreislaufprobleme (auch nach Gabe von z.B. Beruhigungs- und Schlafmitteln),
- Inkontinenz,
- Beeinträchtigung von Kognition und Stimmung,
- Angst vor Stürzen.



Unser Bestreben ist es, Stürze wenn möglich zu vermeiden und ggf. verursachte Sturzschädigungen zu vermindern.

Hierbei steht die Erhaltung bzw. Wiederherstellung einer größtmöglichen und sicheren Bewegungsfreiheit durch aktivierende Pflege und Therapie unserer Patient*innen an erster Stelle.

Mit dieser Informationsbroschüre zur Sturzvermeidung möchten wir Sie zu diesem Thema informieren und um Ihre Mitarbeit bitten.

**Unterstützen Sie Ihre
Therapie aktiv und
helfen Sie somit Stürze
zu vermeiden.**



Informieren Sie das Pflegepersonal bei der Aufnahme oder während des Aufenthaltes über bereits vorangegangene Stürze, Gangunsicherheiten, Schwindel oder Sturzangst.

Stellen Sie Ihr Bett zum Schlafen auf die niedrigste Stufe.

Verschaffen Sie sich mit den Füßen Bodenkontakt bevor Sie von der Bettkante oder vom Stuhl aufstehen. Nehmen Sie sich ausreichend Zeit zur Stabilisierung.

Versuchen Sie Hektik und Zeitdruck beim Aufstehen bzw. Laufen zu vermeiden und bleiben Sie vor dem Aufstehen lieber einen Moment sitzen. Gehen Sie aufgrund der ungewohnten Umgebung etwas früher zur Toilette und schalten Sie nachts vor Verlassen des Bettes immer das Licht ein.

Benutzen Sie Ihre eigenen gewohnten oder die empfohlenen Hilfsmittel nach Anweisung und stellen/legen Sie diese in erreichbarer Nähe ab (z.B. Gehhilfen, Rollstuhl, Protektoren, Brille, Hörgerät u. Ä.).

Achten Sie darauf, dass Fußstützen vor dem Aufstehen/Hinsetzen an Roll- und Toilettenstühlen hochgeklappt sind und die Feststellbremse aktiviert ist. Lassen Sie sich hierbei behilflich sein.

Tragen Sie, soweit möglich, gut anliegendes und die Ferse umschließendes Schuhwerk mit rutschfester Sohle. Können Sie keine Schuhe tragen, stellen wir Ihnen rutschsichere Einwegsocken mit Gumminoppen bzw. Patientenschuhe zur Verfügung.

Bitte halten Sie die pflegerischen und ärztlichen Anweisungen bezüglich der Medikamentenwirkung und verordneten Bettruhe ein.

Individuelle Hilfestellung

Bei besonders sturzgefährdeten Patient*innen stimmen wir gemeinsam mit den Betroffenen und ggf. mit den Angehörigen bei Aufnahme und nach einem Sturz individuelle Maßnahmen zur weiteren Sturzvermeidung ab.

Darüber hinaus erhalten Sie von uns verschiedenste Unterstützung:

- Wir machen Sie mit der neuen Umgebung vertraut, erläutern Ihnen die Funktion des Pflegebetts, der Rufanlage und weisen Sie bspw. in den Umgang mit Infusionsständern oder Kathetersystemen ein.
- Wir stellen Ihnen diverse Hilfsmittel (z.B. Gehhilfen, Rollstühle, Toilettenstühle, Urinflaschen) zur Verfügung und erklären Ihnen die Benutzung.
- Wir erfassen mögliche Sturzrisiken und ergreifen gemeinsam mit Ihnen Maßnahmen zur Sturzprophylaxe.
- Wir beraten Sie und Ihre Angehörigen individuell.
- Wir begleiten Sie auf Wunsch und bei Bedarf zu den Therapien.
- Falls Sie Hilfsmittel für den häuslichen Bereich benötigen, kommen Sie gerne auf uns zu.





Haben Sie Fragen?

Für weitere Fragen zur Sturzvermeidung steht Ihnen unser Pflegepersonal selbstverständlich gerne zur Verfügung.

Sie fühlen sich unsicher oder benötigen Unterstützung? Bitte nutzen Sie die Rufanlage in Ihrem Zimmer – unser Pflegepersonal ist Ihnen gerne behilflich.

Falls Sie während Ihres Aufenthaltes bei uns in Abwesenheit von Pflegepersonal gestürzt sind, informieren Sie bitte in jedem Fall eine*n Mitarbeiter*in hierüber, auch wenn Sie zunächst keine Beeinträchtigungen bemerken.

MEDICLIN Klinikum Soltau

Klinik für Neurologie und neurologische Frührehabilitation

Klinik für Orthopädie und Spezielle Schmerztherapie

Fachklinik für neurologische Rehabilitation

Fachklinik für orthopädische Rehabilitation

Fachklinik für Psychosomatische Medizin

Oeninger Weg 59, 29614 Soltau

REZEPTION

Telefon 0 51 91 8 00-0

Telefax 0 51 91 8 00-200

info.klinikum-soltau@mediclin.de

Zertifiziert nach

> DIN EN ISO 9001:2008

> den Richtlinien der IQMP



www.klinikum-soltau.de