

Poster für die Schulungen in Pflegeeinrichtungen



Dr. Constanze Schäfer MHA
Apothekerkammer Nordrhein
40213 Düsseldorf
c.schaefer@aknr.de

Sturzprävention

Symptome:
unsicherer Gang, Sturzangst, Schwindel, Müdigkeit

Umwelt?

- Teppich, Licht, etc.
- Kleidung, Brille

Gebrechlichkeit?

- „Traningszustand“
- Ernährungszustand

Allgemeiner Zustand?

- Ernährungszustand
- Exsikkose

Risikofaktoren

Erkrankungen?

- Osteoporose
- neurologische Erkrankungen, z.B. diabetische Neuropathie
- Herz-Kreislauferkrankungen
- etc.

Arzneimittel?

- Anzahl > 4
- Wirkstoffe, mit erhöhtem Sturzrisiko als UAW:
 - Benzodiazepine
 - Neuroleptika
 - Antidepressiva
 - Antihypertensiva

Unerlässliche Maßnahmen

- Erfassen von Sturzrisikopatienten (z. B. Timed-up-and-go-Test)
- Sturzprotokolle
- körperliche Aktivität fördern -> Balance und Muskelaufbau
- Stolperfallen abbauen
- blendfreie Beleuchtung
- Unterstützung beim Aufstehen
- Augenarzt



Arzneimittelmaßnahmen

- kritischer Umgang mit Bedarfsmedikation und Schlafmitteln (Neuroleptika, Benzodiazepine)
- Beobachtung der Bewohner bei Medikamenten-Neueinstellung und nach Akuterkrankung/langer Liegedauer