LÖSUNG · PROPHYLAXEN · 45 MINUTEN · 1. AUSBILDUNGSDRITTEL

Sturzprophylaxe: Risiko einschätzen und sicher bewegen

ENTWURF · NICHT FACHLICH GEPRÜFT

1. Sturz

Ein Ereignis, bei dem der Mensch unbeabsichtigt auf dem Boden oder einer anderen tieferen Ebene aufkommt. Ein Beinahesturz ist kein Sturz, aber ein wichtiger Hinweis auf Risikofaktoren für die Einschätzung.

2. Risikofaktoren

Person: frühere Stürze, Sehstörungen, dringender Harndrang. **Medikamente:** Schlafmittel wie Benzodiazepine, Diuretika. **Umgebung:** Teppichkanten und Kabel, schlechte Beleuchtung.

3. Einschätzung

Screening bei allen zu Beginn, bei Hinweisen vertiefte Einschätzung der einzelnen Risikofaktoren. Überprüfen bei Veränderungen (z. B. neue Medikamente), nach einem Sturz, in individuellen Abständen.

4. Richtig oder falsch?

AUSSAGE	LÖSUNG
Sturzrisikoskala	falsch: keine Skala, fachliche Einschätzung
Hüftprotektoren	falsch: schützen vor dem Bruch, nicht vor dem Sturz
Kraft und Balance	richtig
Sturz ohne Verletzung	falsch: jeder Sturz kommt ins Sturzprotokoll
Angst und Bewegungsmangel	richtig: Ziel ist sichere Bewegung

5. Maßnahmen

Zum Beispiel: Nachtlicht, Wege frei. Feste, geschlossene Schuhe mit rutschfester Sohle. Brille tragen lassen. Rollator, Klingel und Brille in Reichweite. Nachts Toilettengänge anbieten. Erst an der Bettkante sitzen, nach Schwindel fragen. Auffälligkeiten nach dem neuen Schlafmittel ärztlich weitergeben. Kraft und Balance üben. Beraten, Sturzprotokoll, neu einschätzen.

6. Bettgitter

Bettgitter sind freiheitsentziehend und keine Sturzprophylaxe: Stürze über das Gitter können schwerer sein, Unruhe und Bewegungsmangel nehmen zu. Länger dauernd oder regelmäßig nur mit Genehmigung des Betreuungsgerichts (§ 1831 Abs. 4 BGB). Vorher mildere Mittel prüfen, z. B. Niederflurbett, Sensormatte.

ONLINE: LÖSUNG · KLASSEN-QUIZ · QUELLEN

stationsfuchs.de/schule/arbeitsblaetter/sturzprophylaxe

Kostenlos und ohne Anmeldung auf stationsfuchs.de

Lernhilfe für die Ausbildung. Ersetzt keine Leitlinie, keinen Standard und keine ärztliche Anordnung.
Lizenz CC BY 4.0: frei nutzen, kopieren und bearbeiten mit Namensnennung „Stationsfuchs (Meshor GmbH), stationsfuchs.de“.