

STURZPRÄVENTION – EINE GROSSE HERAUSFORDERUNG IN DER PFLEGE



Insgesamt passieren zwischen 1,6 und 2 Millionen Stürze in Deutschland pro Jahr. Es wird geschätzt, dass in Deutschland durch Hüftfrakturen direkte Kosten von 2,77 Milliarden Euro pro Jahr entstehen, wobei Langzeitkosten und nichtmedizinische Kosten nicht mit eingerechnet sind. Dabei sind 30 – 40 % der Stürze vermeidbar und 20 – 25 % der sturzbedingten Verletzungen könnten verhindert werden.

Da 30 – 40 % der Sturzunfälle beim Aufstehen oder Hinsetzen geschehen, sollte hier seitens der Hersteller ein besonderes Augenmerk auf Produktinnovationen gelegt werden, die dabei helfen Stürze zu verhindern. Die meisten Stürze ereignen sich im Zimmer des Bewohners. Der

Hauptanteil der Stürze geschieht dabei während der selbstständigen Bewegung der Bewohner ohne professionelle Begleitung. Dabei passieren 26 % der Stürze aus einer liegenden Position, 22 % aus einer sitzenden Position (z.B. Rollstuhl oder Sessel) und 14 % bei selbstständiger Bewegung in den Räumlichkeiten.

Das **Deutsche Netzwerk für Qualitätsentwicklung** in der **Pflege** (DNQP) sagt dazu:

„Pflegeeinrichtungen müssen durch das Vorhalten einer geeigneten personellen und materiellen Infrastruktur die Durchführung von mobilitätserhaltenden und fördernden Maßnahmen ermöglichen (...) Hierzu zählen gute Lichtverhältnisse, ...Handläufe, (...) ausreichend Sitzgelegenheiten (...) Leicht umzusetzende Maßnahmen sind beispielsweise eine individuell eingestellte Betthöhe (...).“

Ein Feature, das der Sturzprävention und Mobilisierung dient, ist die 3-Stopp-Strategie mit einer Höhenverstellbarkeit von 25/27 cm für eine sichere Schlafposition, 40/41 cm für den ergonomischen Betausstieg und 80 cm als ideale Höhe zur komfortablen und rückschonenden **Pflege**. Als besonders zeitsparend und ergonomisch erweist sich der automatische Zwischenstopp bei 42 cm, welcher der sicheren Patientenmobilisierung dient. Diese Höhe entspricht einer typischen Stuhlhöhe und erleichtert so das Aufstehen. Eher Vorsicht geboten ist bei Niedrigbetten mit einer Höhe kleiner 10 cm. Hier wird zwar die Fallhöhe reduziert, dafür können aber Stürze beim Aufstehen passieren. Darüber hinaus ist die niedrige Höhe selbst für gesunde **Menschen** ein echtes Handicap – Stichwort Freiheitsentziehende Maßnahmen.

Weitere Lösungsansätze sind geteilte Seitensicherungen, die zur Mobilisierung im richtigen Abstützwinkel (je nach Bewohnergröße) eingestellt werden können. Eine Nachtlichtfunktion ist besonders wichtig bei der nächtlichen Mobilisation zum Toilettengang. Neuester Stand der Technik sind **moderne Sensortechnologien**, die nicht nur eine Nachtlicht-Automatik beim Verlassen des Bettes aktivieren können, sondern auch eine – individuell auf die Patientenbedürfnisse getrimmte – Alarmierung auslösen können. Insbesondere bei Nacht- oder Wochenendschichten, bei denen wenig Personal vor Ort ist, können solche Systeme hilfreich sein.