

Was tun wir?

Unsere Maßnahmen für die Sicherheit von besonders sturzgefährdeten Personen werden gemeinsam mit Ihnen als Bewohner und ggf. mit Ihren Angehörigen abgestimmt.

- ✓ Wir erfassen mögliche Sturzrisiken und entwickeln gemeinsam mit Ihnen einen Maßnahmenplan zur Sturzvorbeugung.
- ✓ Wir beraten Sie und Ihre Angehörigen.
- ✓ Wir stellen Gehhilfen und Toilettenstühle zur Verfügung.
- ✓ Wir zeigen Ihnen, wie Hilfsmittel benutzt werden.
- ✓ Wir helfen Ihnen bei der Beschaffung von Hilfsmitteln.
- ✓ Wir beraten mit Ihnen, wie Sie Ihre Wege möglichst sicher bewältigen können.
- ✓ Jedwede Form der Fixierung wird vermieden. Hier stehen uns andere Hilfsmittel zur Verfügung und wir orientieren uns am Werdenfelser Weg (s. auch Link).

Links im Internet zum Thema Sturz

www.standfestimalter.de
www.richtigfit-ab50.de
www.aktivinjedemalter.de
www.fitinjedemalter.de
www.werdenfelser-weg-original.de



Titel: © Clemens Schießler - Fotolia

Information Sturzprophylaxe

Vermeidung von Stürzen



Sehr geehrte Damen und Herren,

jeder Mensch hat ein Risiko zu stürzen, dies gilt insbesondere für ältere Menschen oder Menschen im reduzierten Allgemeinzustand.

Die Qualitätsentwicklung in der Pflege beschäftigt sich seit einigen Jahren intensiv mit der Sturzproblematik. Es liegen fundierte Aussagen zu deren Ursachen und Risiken sowie zu Auswirkungen und Interventionen vor.

.....
Unser Ziel ist es, Stürze und Sturzfolgen zu vermeiden, indem ursächliche Risiken und Gefahren erkannt und nach Möglichkeit minimiert werden. Gleichzeitig möchten wir eine größtmögliche, sichere Bewegungsfreiheit unserer Bewohner erhalten bzw. wiederherstellen.
.....

Lesen Sie sich bitte unsere Information zur Sturzprophylaxe durch, denn gemeinsam können wir Ihr Sturzrisiko mindern.

Haben Sie noch Fragen? Wir beraten Sie gerne zu Ihrer individuellen Situation.

Ihr Pflegepersonal

Was können Sie tun, um Stürze zu vermeiden?

- ✓ Gehen Sie bitte nicht auf Socken oder barfuss. Tragen Sie festes Schuhwerk, damit Sie stets ausreichenden Halt haben.
- ✓ In Situationen, in denen Sie keine Schuhe tragen können, empfehlen wir das Tragen von Stoppersocken (Socken mit Gummipoppen an den Sohlen).
- ✓ Stehen Sie langsam auf und verweilen Sie eine kurze Zeit in sitzender Position. Geben Sie Ihrem Körper Zeit sich an die neue Lage zu gewöhnen.
- ✓ Benutzen Sie die empfohlenen, bereitgestellten Hilfsmittel stets nach Anweisung und Anleitung. Stellen Sie Ihre Hilfsmittel in erreichbarer Nähe ab.
- ✓ Verschaffen Sie sich vor dem Aufstehen von der Bettkante oder vom Stuhl mit den Füßen Bodenkontakt.
- ✓ Trinken Sie ausreichend. Zu wenig Flüssigkeit kann Schwindel erzeugen. Beachten Sie jedoch die ggf. vom Arzt verordnete Trinkmenge.
- ✓ Machen Sie bitte immer Licht an, wenn Sie nachts aufstehen.
- ✓ Benutzen Sie stets Ihre Sehhilfe, wenn Sie eine benötigen.
- ✓ Räumen Sie Stolperfallen wie Koffer, Taschen, Schuhe usw. aus dem Weg (Wir helfen gerne dabei).
- ✓ Klingeln Sie bitte und lassen Sie sich begleiten, wenn Sie unsicher sind oder Ihnen schwindelig ist.
- ✓ Klappen Sie bitte vor dem Aufstehen immer die Fußstützen an Roll- und Toilettenstühlen weg, damit Sie nicht mit dem Stuhl vorne überfallen.
- ✓ Befolgen Sie bitte die ärztlichen und pflegerischen Ratschläge bezüglich möglicher Medikamentenwirkung (speziell bei Schmerz- und Schlafmedikamenten).
- ✓ Sprechen Sie uns bei Gangunsicherheiten und Schwindel bitte sofort an.
- ✓ Informieren Sie bitte die Pflegekräfte über vorangegangene Sturzereignisse / Beinahestürze oder Situationen, in denen sie sich unsicher fühlten.