

## Pflegeverbund

Unsere umfangreichen pflegerischen, hauswirtschaftlichen und sozialen Dienstleistungen unterstützen Sie bei Ihren alltäglichen Problemen. Wir möchten Ihnen helfen, auch bei Krankheit und Altersbeschwerden weiterhin in Ihrer vertrauten Umgebung leben zu können.

Hierzu gehört auch die Entlastung Ihrer pflegenden Angehörigen oder Freunde.

Manchmal hilft schon der Umzug in eine der über 1000 von der AWO betreuten altengerechten Wohnungen, um trotz altersbedingter Behinderungen ein angenehmes Leben zu führen.

Sollte die Hilfe durch unsere ambulanten Dienste nicht mehr ausreichen, bieten wir Ihnen einen Platz in einem unserer Pflegeheime.

## Kontakt

Arbeiterwohlfahrt  
Kreisverband Essen e.V.  
Ambulante Dienste  
August-Schmidt-Haus  
Overbergstraße 27  
45141 Essen

Tel. 0201.832010  
Fax 0201.8320117

email: [sst@awo-essen.de](mailto:sst@awo-essen.de)  
internet: [www.awo-essen.de](http://www.awo-essen.de)

Öffnungszeiten:

montags-freitags:  
8.00 Uhr – 15.30 Uhr

Information

# Sturzrisiko

[www.awo-essen.de](http://www.awo-essen.de)



**AMBULANTE  
& STATIONÄRE  
DIENSTE**

## Sturz

Die internationale Arbeitsgruppe Kellog zur Vorbeugung von Stürzen bei älteren Menschen definiert:

„Ein Sturz ist jedes Ereignis, in dessen Folge eine Person unbeabsichtigt auf dem Boden oder einer tieferen Ebene zu liegen kommt.“

Stürze stellen insbesondere für ältere und kranke Menschen ein hohes Gesundheitsrisiko dar. Sie führen nicht selten zu schwerwiegenden Einschnitten in der bisherigen Lebensführung, zu Wunden und Frakturen, Einschränkungen der Beweglichkeit und des Bewegungsradius und schließlich zu erheblichen Einschränkungen einer selbständigen Lebensführung.

Durch rechtzeitige Einschätzung der Risikofaktoren kann Stürzen entgegengewirkt werden. Dabei unterscheidet man individuelle und äußere Risiken.

## Risiken

Personenbezogene Risiken können u.a. sein:

- Sehbeeinträchtigung
- Sturzangst
- Kognitive Störung
- Funktionsstörungen
- Kontinenzprobleme
- Sensorische Störung (Balance)
- Depressionen

Medikamentenbezogene Risiken können u.a. sein:

- Benommenheit durch die Einnahme von Medikamenten

Umgebungsbezogene Risiken können u.a. sein:

- freiheitsentziehende Maßnahmen
- Gefahren in der Umgebung
- Inadäquates Schuhwerk

## Maßnahmen

Eine der wichtigsten Maßnahmen ist die sorgfältige Erhebung der individuellen und äußeren Sturzrisiken.

Dabei ist gegebenenfalls auch der Einbezug der behandelnden Ärzte sinnvoll, wenn etwa die Verordnung von Hilfsmitteln zur Sturzprophylaxe wie Protektoren, Gehhilfen, Rollatoren, Helm, Haltegriffen, Wandlaufleisten u.a. notwendig ist.

Auch in der häuslichen Umgebung können Risikofaktoren zum Teil mit geringem Aufwand beseitigt werden.

Bei der Feststellung Ihrer Sturzrisikofaktoren und der Einleitung entsprechender Maßnahmen unterstützen wir Sie gerne.

Sprechen Sie uns deshalb an!  
Wir helfen Ihnen und beraten Sie gerne.