Altersmythos CCXII : zukünftige Stürze bei sturzgefährdeten Betagten können durch multidimensionale geriatrische Interventionen (Abklärung und Behandlung) verhindert werden

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Intercura : eine Publikation des Geriatrischen Dienstes, des Stadtärztlichen Dienstes und der Psychiatrisch-Psychologischen Poliklinik der Stadt Zürich**

Band (Jahr): **- (2005-2006)**

Heft 91

PDF erstellt am: **25.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

ALTERSMYTHOS CCXII

Zukünftige Stürze bei sturzgefährdeten Betagten können durch multidimensionale geriatrische Interventionen (Abklärung und Behandlung) verhindert werden.

Wirklichkeit

Die Sturzhäufigkeit sturzgefährdeter Betagter kann auch ohne ärztliche Abklärung und Intervention mit Empowerment durch ein 15-stündiges Gruppenschulungsprogramm, geleitet von einer erfahrenen Ergotherapeutin, um einen Drittel vermindert werden.

Begründung

Durch Medien und soziale Organisationen wurden 732 Betagte nach Sturz oder mit Sturzangst in Sydney, Australien rekrutiert. 157 wurden durch Los dem Schulungsprogramm zugewiesen, wovon 90% an mindestens 5 der 7 Schulungseinheiten teilnahmen, 153 der Kontrollgruppe. Beide wurden 14 Monate nachkontrolliert.

- In den 7 Schulungsmodulen wurden in Gruppen Sturzrisiken und deren Vermeidung, Medikamentenmanagement und ein Übungsprogramm zur Stärkung der Kraft der Beine und zur Gleichgewichtsverbesserung instruiert und intensiv Erfahrungen über die subjektiven Erlebnisse ausgetauscht mit dem Ziel Empowerment zur Sturzvermeidung.
- In beiden Gruppen war das Durchschnittsalter 78 Jahre, wurden durchschnittlich 4,3 Medikamente pro Tag eingenommen, waren durchschnittlich 1,6 Hospitalisationen und 2,5 Stürze in den vergangenen 12 Monaten vorgekommen (aber 35% waren nie gestürzt).
- Ab dem 4. Monat nach der Rekrutierung war das Sturzrisiko signifikant erniedrigt, um total 31% in der Schulungsgruppe (P=0,025). Das Sturzrisiko in der geschulten Gruppe reduzierte sich auf 0,69 (95% CI 0,5–0,96) der Kontrollgruppe.
- Ausserdem hatte das Schulungsprogramm eine signifikante Verbesserung der subjektiven Sicherheit mit der Mobilität und ein häufigeres Vermeiden von sturzgefährlichen Situationen zur Folge.

Clemson L. et al: The effectivness of a community-based program for reducing the incidence of falls in the elderly: A randomized trial. JAGS 52: 1'487–1'494, 2004.