Zeitschrift: Physioactive
Herausgeber: Physioswiss / Schweizer Physiotherapie Verband
Band: 55 (2019)
Heft: 4

Artikel: Sturzprävention weltweit = La prévention des chutes dans le monde
Autor: Oberson, Alexa
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-928935

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Rebecca Craik.

nimal detectable change). Anhand dieser Angaben kann der Kliniker oder die Klinikerin entscheiden, ob der gefundene Unterschied auch klinisch relevant ist. Ist nur der p-Wert publiziert, kann mit dem Konfidenzintervallrechner von PEDro das Vertrauensintervall einfach berechnet werden (https://www.pedro.org.au/german/downloads/confidence-interval-calculator).

Sallie Lamb (Universität Oxford) referierte über die Herausforderung, Forschungsresultate in die klinische Praxis zu transferieren. Ein zentraler Punkt dabei ist, dass die Intervention detailliert beschrieben wird. Die Lesenden sollten erfahren, wer was warum wann wo und wie gemacht hat. Dafür sollten die StudienautorInnen die TIDieR-Checkliste (Template for Interventions Description and Replication) berücksichtigen.

Alle ReferentInnen waren sich einig, dass klinisch tätige PhysiotherapeutInnen in der Lage sein sollten, Forschungsresultate kritisch zu hinterfragen.

Pierrette Baschung,
Fachverantwortliche Physiotherapie Ergotherapie
und wissenschaftliche Mitarbeiterin
am Universitätsspital Zürich.

ment minimal détectable *(minimal detectable change)* sont plus importants que la valeur p. Sur la base de ces informations, les clinicien·ne·s peuvent décider si la différence constatée est pertinente sur le plan clinique. Si seule la valeur p est publiée, l'intervalle de confiance peut facilement être calculé au moyen de la calculatrice d'intervalle de confiance de PEDro (https://www.pedro.org.au/french/downloads/confidence-interval-calculator).

Sallie Lamb de l'Université d'Oxford (GBR) a évoqué le défi que représente le transfert des résultats de la recherche à la pratique clinique. Une description détaillée de l'intervention est un élément crucial. Les lecteur·trice·s doivent savoir qui a fait quoi, pourquoi, quand, où et comment. À cet effet, les auteur·e·s de l'étude doivent tenir compte de la *checklist* TIDieR *(Template for Interventions Description and Replication)*.

Sallie Lamb.

L'ensemble des intervenant·e·s convenait que les physiothérapeutes actif·ve·s sur le plan clinique doivent être en mesure de remettre en question de façon critique les résultats de la recherche.

Pierrette Baschung,
responsable de la physiothérapie et ergothérapie
et collaboratrice scientifique
à l'Hôpital universitaire de Zurich.

Sturzprävention weltweit

La prévention des chutes dans le monde

Rund um den Globus war die Sturzprävention in den letzten Jahren ein grosses Thema. Überall nimmt die Zahl der älteren Menschen, proportional auf die gesamte Bevölkerung gesehen, zu. Die Menschen leben länger und bewegen sich weniger. Beide Faktoren begünstigen die Sturzgefahr. Alle ReferentInnen waren sich einig, dass Bewegung der Schlüssel zur Sturzprävention ist.

Ein ähnliches Programm wie die Schweizer Kampagne «sicher gehen, sicher stehen» gibt es auch in den Niederlanden. Ellen Smulders von der Radboud University berichtete über das Präventionsprogramm, das aus vier Teilen besteht: Tai Chi, Kraftaufbau und Gleichgewichtstraining sowie sichere Falltechniken üben und damit die Angst vor den Stürzen reduzieren. Smulders wies zudem darauf hin, dass Medikamente oder ein Vitamin-D-Mangel einen hohen Einfluss auf Stürze haben können. Ein multidisziplinärer Ansatz sei daher unumgänglich.

La prévention des chutes a été un thème majeur de ces dernières années partout dans le monde. Le nombre de personnes âgées augmente dans chaque pays par rapport à l'ensemble de la population. Les gens vivent plus longtemps et bougent moins. Ces deux facteurs favorisent le risque de chute. Les intervenant·e·s ont chacun·e convenu que l'exercice physique est la clé de la prévention des chutes.

Ellen Smulders de la Radboud University a présenté un programme néerlandais de prévention des chutes qui est similaire à la campagne suisse «L'équilibre en marche». Il se compose de quatre parties: de taï chi, de renforcement musculaire, d'un travail sur l'équilibre ainsi que d'un apprentissage de techniques de chute sécuritaires de manière à réduire la peur de chuter. Smulders a également souligné que les médicaments ou les carences en vitamine D peuvent avoir un impact majeur sur les chutes. Une approche multidisciplinaire est donc essentielle.

Multidisziplinäre Ansätze in Australien und Kanada

Multidisziplinäre Ansätze werden in Australien schon lange berücksichtigt, verschiedene davon präsentierte Keith Hill von der Curtin University. So untersuchte etwa A. L. Baker (2016) in seiner Studie vor allem die Patientenedukation und die Instruktion von Spitalmitarbeitenden. Diese Interventionen verringerten die Sturzrate im Spital. Eine Studie über Fussmuskelübungen (Spink 2011) konnte eine Reduktion von 36 Prozent weniger Stürzen nachweisen.

Auch in Kanada wurde schon viel zu Sturzprävention geforscht. Shanti Johnson, Professorin an der Universität in Alberta, sprach über ihre Studie zu «homecare» (2018). Dabei untersuchten sie und ihr Team den Effekt eines einfachen Übungsprogrammes, das PhysiotherapeutInnen älteren Menschen zuhause instruierten. Der Outcome: Die Mobilität verbesserte und Schmerzen reduzierten sich, damit sank auch das Sturzrisiko.

Die Situation in Schwellenländern

Shanti Johnson ist zudem in Indien tätig, wo die Datenlage zur Sturzprävention noch sehr dürftig ist. Sie strich heraus, dass «high income countries» in der Präventionsarbeit schon sehr weit seien, sich jedoch noch verbessern könnten. In Ländern mit niedrigem Einkommen hingegen stecke vieles noch in den Kinderschuhen.

Von verschiedenen Projekten und Studien zur Sturzprävention in Thailand berichtete Plaiwan Suttanon von der Thammasat University in Pathumthani. Eine Herausforderung in Thailand seien die Holzhäuser in den abgelegenen Dörfern mit Treppen und Schwellen, sie bergen viele schlecht veränderbare Sturzquellen.

Über alles gesehen haben viele Länder ähnliche Kampagnen. Und überall ist es wichtig abzuklären, was die Klientin oder der Klient wirklich braucht. Dabei sind die Wohnumgebung und die körperliche Verfassung einzubeziehen.

Alexa Oberson, Physiotherapeutin aus Sursee

Approches multidisciplinaires en Australie et au Canada

En Australie, des approches multidisciplinaires existent depuis longtemps, dont plusieurs ont été présentées par Keith Hill de la Curtin University. Dans son étude, A. L. Baker (2016), par exemple, a surtout examiné l'éducation des patient·e·s et la formation du personnel hospitalier. Ces interventions ont réduit le taux de chute à l'hôpital. Une étude sur les exercices de tonification musculaire du pied (Spink 2011) a entraîné une réduction des chutes à hauteur de 36 %.

Le Canada a également effectué beaucoup de recherche sur la prévention des chutes. Shanti Johnson, professeure à l'Université de l'Alberta, a présenté son étude *«homecare»* (2018). Elle et son équipe ont étudié l'effet d'un programme d'exercices simples que les physiothérapeutes ont enseigné aux personnes âgées vivant à domicile. Les résultats ont démontré une amélioration de la mobilité et une diminution des douleurs, ce qui a conduit à une réduction du risque de chute.

La situation dans les pays émergents

Shanti Johnson est également active en Inde où les données disponibles sur la prévention des chutes sont encore très limitées. Elle a souligné que les pays à haut revenu étaient très avancés dans le travail de prévention mais qu'ils pouvaient encore s'améliorer. En revanche, dans les pays à faible revenu, la prévention des chutes n'en est qu'à ses débuts.

Plaiwan Suttanon, de la Thammasat University à Pathumthani (THA), a présenté divers projets et études portant sur la prévention des chutes en Thaïlande. Dans ce pays, les maisons en bois dans les villages reculés sont équipées d'escaliers et de seuils qui représentent de nombreuses causes de chutes difficiles à supprimer, ce qui constitue un véritable défi à relever.

En conclusion, de nombreux pays mènent des campagnes similaires. Et partout, il est important de clarifier ce dont les client·e·s ont vraiment besoin. Il importe à cet égard que le cadre de vie et la condition physique des personnes soient pris en compte.

Alexa Oberson, physiothérapeute à Sursee

Referate oder Kongress verpasst?
Vous avez manqué une présentation ou le congrès?

Livestreams

www.wcpt.org/wcpt2019/programme/livestream

- Falls around the world
- Cardiorespiratory: technology revolution
- Strengthening rehabilitation leadership
- Leadership
- Application of evidence
- Stroke: neuromodulation and virtual reality
- Modern technology in rehabilitation
- Mobility of hospitalised patients
- Education research
- Mental health
- Physical therapy in knee-hip osteoarthritis