

**Zeitschrift:** Physioactive  
**Herausgeber:** Physioswiss / Schweizer Physiotherapie Verband  
**Band:** 51 (2015)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Gemeinsam gegen Stürze : ein nationales Pilotprojekt = Tous unis contre les chutes : un projet pilote national  
**Autor:** Bürgi, Flavia / Biedermann, Andy  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-928997>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 22.12.2024

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

## Gemeinsam gegen Stürze: ein nationales Pilotprojekt

### Tous unis contre les chutes: un projet pilote national

FLAVIA BÜRGI, ANDY BIEDERMANN

Das Via-Pilotprojekt «Sturzprävention bei älteren Menschen» im Sarganserland verfolgt einen interdisziplinären Ansatz, der für die Schweiz neu ist. Ziel ist es, die Prozesse bei der Erkennung und Behandlung von sturzgefährdeten Personen zu optimieren.

**R**und ein Drittel der über 65-jährigen Menschen stürzt jedes Jahr. Stürze sind mit viel Leid für die Betroffenen, aber auch mit hohen Kosten im Gesundheitssystem verbunden. Personen, die ein erhöhtes Sturzrisiko aufweisen oder bereits gestürzt sind, benötigen eine gezielte und umfassende Betreuung. Hier setzt das interdisziplinäre Via-Pilotprojekt<sup>1</sup> an.

#### Breite Zusammenarbeit und partizipatives Vorgehen

In der Region Sarganserland engagiert sich eine breite Allianz für die Sturzprävention: das Ärztenetzwerk der PizolCare,

<sup>1</sup> «Via – Best Practice Gesundheitsförderung im Alter» ist ein interkantonales Projekt von Gesundheitsförderung Schweiz und zehn Schweizer Kantonen.



La phase-pilote de Via, le projet de prévention des chutes chez les personnes âgées, se déroule dans le Sarganserland. Ce projet poursuit une approche interdisciplinaire nouvelle en Suisse afin d'optimiser les processus qui permettent d'identifier et de traiter les personnes à risque.

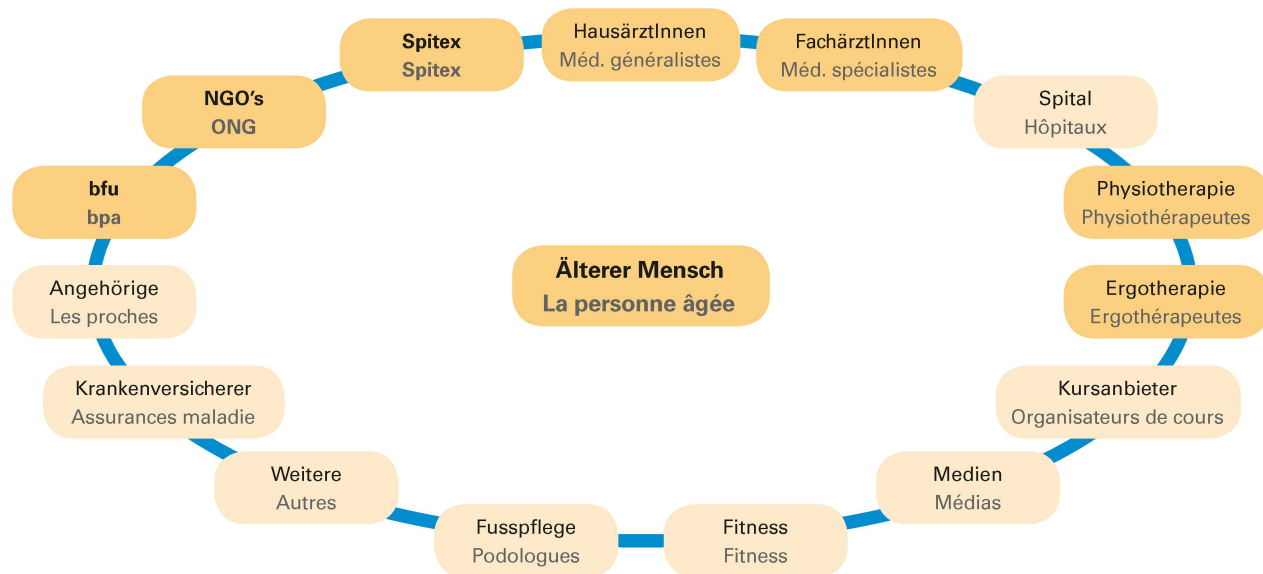
**P**rès d'un tiers des personnes de plus de 65 ans fait une chute chaque année. Ces chutes provoquent de grandes souffrances chez les personnes concernées et entraînent des frais importants pour le système de la santé. Le projet-pilote interdisciplinaire Via<sup>1</sup> s'adresse aux personnes qui sont déjà tombées, qui présentent un risque de chute important ou qui nécessitent un accompagnement ciblé et complet.

#### Une collaboration d'envergure doublée d'une démarche participative

Une vaste alliance s'engage dans la région du Sarganserland pour la prévention des chutes. Elle rassemble le réseau des médecins de PizolCare, les services d'aide et de soins à domicile (Spitex), Pro Senectute, divers cabinets de physiothérapie et d'ergothérapie de la région ainsi que l'Association régionale «physio st. gallen-appenzell». Ces acteurs de la santé se réunissent trois à quatre fois par an pour la gestion d'un projet externe. Ils discutent ensemble des procédures et des outils nécessaires ainsi que des possibilités d'amélioration. Le défi majeur de cette démarche participative est de prendre les besoins et souhaits de tous les participants en considération.

<sup>1</sup> Le projet «Via – Bonnes pratiques de promotion de la santé des personnes âgées» est un projet intercantonal de Promotion Santé Suisse et de dix cantons suisses.

**Physiothérapie mit Doppelrolle: Sturzgefährdung erkennen und behandeln. I** Le double rôle de la physiothérapie consiste à identifier et à traiter le risque de chute.



**Abbildung 1: Übersicht der beteiligten Akteure in der Sturzprävention. Die Hauptakteure im Pilotprojekt Sargans sind hervorgehoben. | Illustration 1: Aperçu des acteurs impliqués dans la prévention des chutes. Les principaux acteurs du projet pilote Sargans apparaissent en foncé.**

die Spitex, die Pro Senectute, verschiedene Physio- und Ergotherapiepraxen der Region sowie der Regionalverband «physio st. gallen-appenzell». Diese Akteure treffen sich dreis- bis viermal jährlich unter der Leitung einer externen Projektleitung, um die Prozesse und Instrumente gemeinsam zu besprechen und laufend zu optimieren. Die grösste Herausforderung bei diesem partizipativen Vorgehen ist es, dass jeweils die Bedürfnisse und Wünsche aller Akteure berücksichtigt werden können.

Das Pilotprojekt wird von Gesundheitsförderung Schweiz und vom Amt für Gesundheitsvorsorge des Kantons St. Gallen getragen. Weitere Partner sind die Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu, die Schweizerische Fachgesellschaft für Geriatrie, die Ärztesgesellschaft des Kantons St. Gallen und die Vereinigung «Senioren für Senioren» (Abbildung 1: Übersicht der beteiligten Akteure).

In dieser interdisziplinären Zusammenarbeit sind einige zentrale Instrumente (Meldeblatt, Abklärungsschema für ÄrztInnen, Broschüren) entstanden, die allen Interessierten zur Verfügung stehen. Sie dienen der Grundidee, sturzgefährdete Personen zu erfassen, dann ärztlich abzuklären und die Betroffenen anschliessend zu den geeigneten Therapien oder zu weiteren Angeboten zu leiten (Abbildung 2: Ablaufschema der Sturzprävention).

### Ein Meldeblatt für alle, die mit älteren Menschen im Kontakt sind

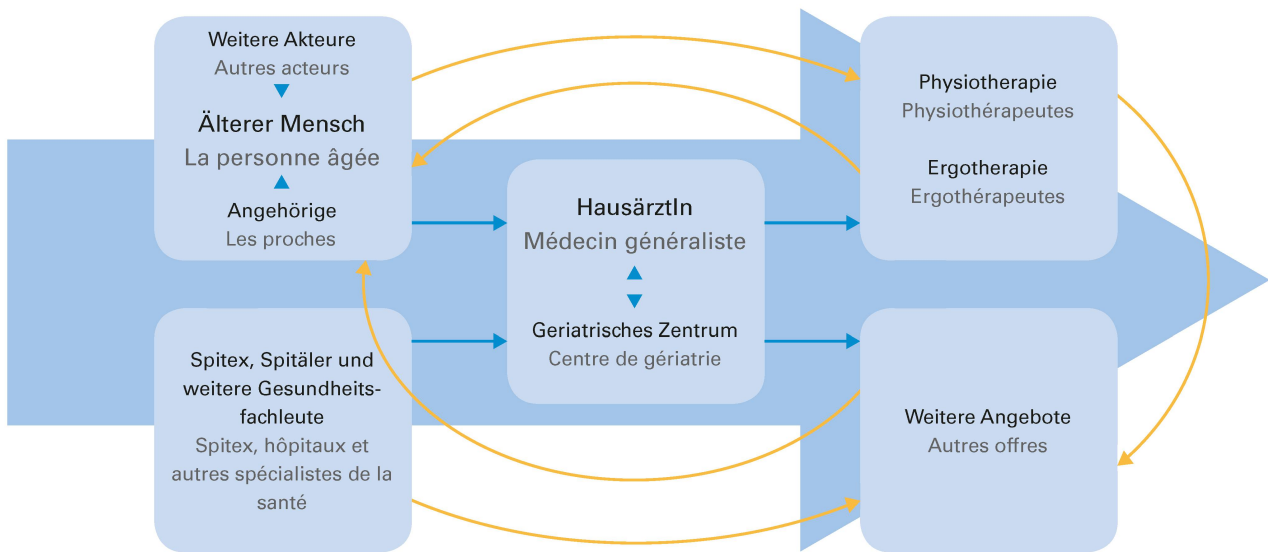
Vertreter der Spitex, Physio- und Ergotherapie wie auch der Ärzteschaft haben ein Meldeblatt erarbeitet. Es dient allen

Le projet-pilote est soutenu par Promotion Santé Suisse et par le Service de promotion de la santé du canton de Saint-Gall. Les autres partenaires sont le Bureau suisse de prévention des accidents (bpa), la Société professionnelle suisse de gériatrie, la Fédération des médecins du canton de Saint-Gall et l'Association «des seniors pour les seniors» (figure 1: Aperçu des acteurs impliqués).

Cette collaboration interdisciplinaire a permis la réalisation de plusieurs outils de base (une fiche de signalement, un schéma de consultation à l'intention des médecins, diverses brochures). Ceux-ci peuvent être consultés par toute personne intéressée. Ils permettent de repérer les personnes à risque de chute, ce qui constitue l'objectif initial du projet, de les recevoir en consultation et enfin de les orienter vers les traitements adéquats ou vers d'autres offres (figure 2: Schéma du processus de prévention des chutes).

### Une fiche de signalement pour le personnel médical en contact avec les personnes âgées

Des représentants de Spitex, de la physiothérapie et de l'ergothérapie ainsi que du corps médical ont réalisé une fiche de signalement. Celle-ci est utile à tous les acteurs de la santé en contact direct avec des personnes âgées et qui peuvent donc repérer celles qui sont à risque (par ex. Spitex, les physiothérapeutes, les ergothérapeutes, Pro Senectute). Cette fiche permet de signaler une personne à risque directement à un médecin généraliste qui pourra faire un examen approfondi lors de la prochaine consultation.



**Abbildung 2: Akteure, die im direkten Kontakt mit älteren Menschen sind, sollen sturzgefährdete Personen dem Hausarzt mit einem Meldeblatt melden. Der Hausarzt klärt den Patienten medizinisch ab (Abklärungsschema) und leitet falls nötig die Betroffenen den Therapien oder weiteren Angeboten zu. | Illustration 2: Les acteurs de la santé qui sont directement en contact avec les personnes âgées ont la responsabilité de signaler les personnes qui présentent un risque de chutes à leur médecin généraliste. Ils disposent d'une fiche de signalement à cet effet. Le médecin généraliste effectue ensuite un examen médical (schéma de consultation) et, si nécessaire, oriente ces personnes vers les traitements ou vers d'autres prestations.**

Akteuren, die im direkten Kontakt mit älteren Menschen sind (z. B. Spitex, Physiotherapie, Ergotherapie, Pro Senectute) und die eine Sturzgefährdung feststellen können. Mit dem Meldeblatt kann eine Gefährdung direkt dem Hausarzt mitgeteilt werden – und der Hausarzt kann dann bei der nächsten Konsultation genauer abklären.

#### Un schéma de consultation à l'intention des médecins

Un schéma de consultation a été réalisé en collaboration avec la Société professionnelle suisse de gériatrie (SPSG) sur la base des directives internationales. Il permet de guider les médecins lors de l'examen nécessaire à un diagnostic complet du risque de chute.

#### Physionetz Sarganserland-Werdenberg: «Die PhysiotherapeutInnen sind auf die Kooperation der Teamplayer angewiesen».

Das Physionetz Sarganserland-Werdenberg ist seit mehreren Jahren eng mit dem Ärztenetzwerk der PizolCare AG verbunden. In der Vergangenheit wurden bereits mehrere Projekte gemeinsam durchgeführt.

Für das nationale Pilotprojekt «Sturzprävention» haben sich fünf PhysiotherapeutInnen und eine Ergotherapeutin aus dem Bezirk Sarganserland gemeldet, die einen Tag lang eine spezifische Weiterbildung besucht haben und seit März ein gezieltes Trainingsprogramm für sturzgefährdete Personen in der Praxis oder auch Kurse wie Tai-Chi, Balance- oder Gangsicherheitstrainings anbieten.

Da es wichtig ist, die Personen möglichst schon vor dem ersten Sturz zu erfassen, sind die PhysiotherapeutInnen auf die Kooperation der Teamplayer des Projektes angewiesen. Die Grundversorger des Ärztenetzwerkes spielen dabei eine Schlüsselrolle, da sie die Verordnung für das Trainingsprogramm «Sturzprävention» ausstellen müssen.

Ulrike Grob, Jörg Oswald,  
Mitglieder des Physionetzes Sarganserland

#### Le réseau de physiothérapie Sarganserland-Werdenberg: «Les physiothérapeutes dépendent de la coopération entre les participants.»

Le réseau de physiothérapie de Sarganserland-Werdenberg travaille en étroite collaboration avec le réseau de médecins PizolCare AG depuis plusieurs années. Par le passé, cette collaboration a déjà permis de mener à bien plusieurs projets. Cinq physiothérapeutes et une ergothérapeute du district de Sargans ont participé à une journée de formation spécifique pour le projet-pilote national de prévention des chutes. Dans ce cadre, ils proposent depuis le mois de mars un programme d'entraînement ciblé en cabinet destiné aux personnes qui présentent des risques de chute ainsi que des cours comme le tai-chi ou des entraînements pour améliorer son équilibre ou la sécurité de sa marche.

Il est crucial de repérer autant que possible les personnes à risque avant leur première chute. Les physiothérapeutes sont ainsi tributaires de la coopération entre les participants de ce projet. À cet égard, les médecins généralistes du réseau ont également un rôle décisif puisque c'est à eux que revient la tâche de prescrire le programme d'entraînement de prévention des chutes.

Ulrike Grob, Jörg Oswald,  
membres du réseau de physiothérapeutes du Sarganserland



### Ein Abklärungsschema für ÄrztInnen

Das Abklärungsschema ist zusammen mit der Schweizerischen Fachgesellschaft für Geriatrie SFGG entwickelt worden und stützt sich auf internationale Guidelines. Das Schema soll den ÄrztInnen als Leitfaden dienen, welche Abklärungen bei einem umfassenden Sturzassessment gemacht werden sollten.

In der Sturzprävention haben die HausärztInnen eine Art Drehscheibenfunktion: Sie machen die medizinischen Abklärungen, stellen die Diagnosen und verordnen die Therapien.

### Broschüren für Betroffene und Fachpersonen

Die bfu hat in Zusammenarbeit mit den Fachpersonen mehrere Broschüren erstellt: Für Betroffene mit Übungen für zuhause, einem kurzen Fragebogen und einer einfachen Checkliste zum Sturzrisiko. Für Fachpersonen sind Fachbroschüren zum gezielten Sturzpräventionstraining<sup>2</sup> oder zur Wohnraumabklärung erhältlich.

### Doppelrolle der Physiotherapie

Die Physiotherapie nimmt im ganzen Prozess eine Doppelrolle ein: Einerseits führt sie die ärztlich verordneten *Sturztrainings* durch, die grundsätzlich übers KVG abgerechnet werden können. Sie bietet zudem längerfristige Kurs- oder Trainingsangebote für ältere Menschen an. Die weiterführenden Angebote müssen in der Regel von den Teilnehmenden selber getragen werden.

Andererseits spielen PhysiotherapeutInnen auch eine wichtige Rolle bei der *Erkennung* von sturzgefährdeten Personen, da sie oft ältere Personen behandeln (aufgrund anderer Beschwerden). Sie können die Betroffenen aufklären und sie dazu animieren, die Sturzgefährdung mit dem Arzt oder der Ärztin zu besprechen, oder sie machen mit dem Meldeblatt direkt eine Meldung an den zuständigen Hausarzt.

Die Pilotphase im Sarganserland dauert bis Ende 2016. Anschliessend sollen die gewonnenen Erkenntnisse gesamtschweizerisch verbreitet werden. |

*Meldeblatt und Abklärungsschema können per Mail bestellt werden: [buergi@public-health-services.ch](mailto:buergi@public-health-services.ch)*

<sup>2</sup> Siehe Beilage zu dieser Ausgabe.

Les médecins généralistes occupent en effet une place centrale dans la prévention des chutes. Ce sont eux qui font les examens médicaux, posent les diagnostics et prescrivent les traitements.

### Des brochures pour les personnes concernées et pour les spécialistes

Le bpa a réalisé un certain nombre de brochures en collaboration avec plusieurs spécialistes. L'une d'entre elles est destinée aux personnes à risque de chute. Elle présente des exercices à faire à domicile, un bref questionnaire et une liste de points à vérifier en lien avec les risques de chutes. Pour les spécialistes, il existe diverses brochures spécialisées concernant l'entraînement ciblé sur la prévention des chutes<sup>2</sup> ou l'examen du logement du patient.

### Le double rôle de la physiothérapie

Le rôle de la physiothérapie est double dans ce processus. Elle permet aux patients d'effectuer les *entraînements pour prévenir les chutes* qui sont prescrits par les médecins, des séances qui s'inscrivent dans les prestations de la LAMal. La physiothérapie propose aussi des cours et des entraînements sur une plus grande durée aux personnes âgées. Ces offres complémentaires sont en revanche généralement à la charge des participants.

Comme ils traitent fréquemment des personnes âgées venues consulter pour d'autres symptômes, les physiothérapeutes ont également un rôle important pour le *repérage* des personnes qui présentent des risques de chute. Ils ont la possibilité d'informer les personnes concernées et de les amener à discuter de leur risque de chute avec leur médecin. Ils peuvent aussi directement signaler une personne à son médecin généraliste au moyen de la fiche de signalement.

La phase-pilote durera jusqu'à fin 2016 dans la région de Sarganserland. Le projet sera ensuite étendu à la Suisse entière. |

*La fiche de signalement et le schéma de consultation peuvent être commandés par e-mail à [buergi@public-health-services.ch](mailto:buergi@public-health-services.ch).*

<sup>2</sup> Voir l'annexe de la présente édition.

**Flavia Bürgi** ist Projektleiterin bei Public Health Services, Koordinationsstelle des Projekts Via.

**Andy Biedermann** ist Gründer und Co-Inhaber von Public Health Services, der Koordinationsstelle des Projekts Via.

**Flavia Bürgi** est responsable du projet auprès de Public Health Services, le centre de coordination du projet Via.

**Andy Biedermann** est fondateur et copropriétaire de Public Health Services, le centre de coordination du projet Via.