

## Wir beraten und unterstützen Sie gerne

Die für Sie zuständigen Pflegefachkräfte und Ärzte schätzen gemeinsam die Sturzgefahr ein. Falls es für Sie ausführbar ist, ist es sinnvoll, krankengymnastische Übungen zur Kräftigung des Bewegungsapparates durchzuführen.

Wenn benötigt, helfen Ihnen die Physiotherapeuten bei der Auswahl von Hilfsmitteln und zeigen Ihnen wie Sie die Hilfsmittel korrekt anwenden.

Um die Gefahr eines Oberschenkelhalsbruchs durch einen Sturz zu verringern, ist in einigen Fällen das Tragen eines Hüftschutzes angebracht. Die Pflegefachkräfte und Ärzte werden konkrete Vorbeugungs- und Behandlungsmöglichkeiten mit Ihnen besprechen.

Teilen Sie uns bitte mit, wenn Sie Fragen bzgl. der Kranken- und Pflegeversicherungsleistungen zur Wohnraumanpassung in der häuslichen Umgebung haben.

Unsere Mitarbeiterinnen des Sozialdienstes können Sie kompetent beraten. Den Kontakt stellen wir gerne für Sie her.

Wir wünschen Ihnen einen angenehmen Aufenthalt in unserem Hause und baldige Genesung.

**Herz-Jesu-Krankenhaus Fulda gGmbH**

Buttlarstraße 74 · 36039 Fulda

Telefon: 06 61/15-0 · Telefax: 06 61/15-53 83

E-Mail: [info@herz-jesu-krankenhaus.de](mailto:info@herz-jesu-krankenhaus.de)



### Herz-Jesu-Krankenhaus

Sprechstundenzentrum

Notaufnahme

### Zentrum Vital

3. OG Geriatrische Tagesklinik

2. OG Verwaltung



Qualitätsmanagement  
pCC-zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2008  
und proCum Cert  
Zertifikat-Registrier-Nr.: 001950 ISO/pCC

Stand 09/2015

[www.herz-jesu-krankenhaus.de](http://www.herz-jesu-krankenhaus.de)

## Vermeidung von Sturzunfällen im Krankenhaus

## Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient

ab dem 65. Lebensjahr steigt bei einem Drittel der Senioren die Sturzhäufigkeit auf einen Sturz pro Jahr. Gründe hierfür sind meist Grunderkrankungen oder eingeschränkte Mobilität z. B. nach operativen Eingriffen.

Ein Sturz kann zu gesundheitlichen Folgen, aber auch zu einem vorsichtigen, bewegungsarmen Verhalten führen, welches in der Regel weitere Stürze nach sich zieht. Daher möchten Ihnen die Pflegefachkräfte, Ärzte und Physiotherapeuten des Herz-Jesu-Krankenhauses helfen, die Sturzgefahr – und die damit verbundenen Folgen – im stationären und häuslichen Umfeld zu verringern.

Die dafür wichtigsten vorbeugenden Maßnahmen finden Sie in dieser Informationsbroschüre. Beachten Sie unsere Empfehlungen, damit wir gemeinsam das Risiko eines Sturzes während Ihres Krankenhausaufenthaltes minimieren können. Da Sie sich in einer ungewohnten Lebenssituation befinden, ist es wichtig, dass Sie sich so schnell wie möglich mit Ihrer neuen Umgebung vertraut machen.

## Berücksichtigen Sie bitte folgende Empfehlungen

- Lassen Sie sich die Funktion Ihres Bettes und der dazugehörigen Klingel vom Pflegepersonal erklären.
- Achten Sie darauf, Ihre Klingel immer in Reichweite aufzubewahren.
- Prägen Sie sich ein, wo sich der Lichtschalter befindet und verlassen Sie Ihr Bett nie im Dunkeln oder ohne Ihre Sehhilfe, falls diese benötigt wird.
- Stellen Sie die Hausschuhe an einen festen Platz und achten Sie auf rutschfestes, geschlossenes Schuhwerk.
- Falls benötigt, verlassen Sie Ihr Bett nicht ohne geeignete Hilfsmittel zur Mobilität.
- Vermeiden Sie das Laufen auf feuchten Fußböden.
- Wenn Ihnen das Bett sehr schmal erscheint und Sie Angst haben, hinauszufallen, können Bettseiten angebracht werden. Zudem besteht die Möglichkeit der Nutzung eines „Niedrigbettes“. Bitte sprechen Sie Ihre zuständige Pflegefachkraft an.
- Wenn Sie im Bett gerne Socken tragen, sollten Sie sog. Stoppersocken wählen. Diese können Sie von den Pflegefachkräften erhalten

## Bitte Sie auf jeden Fall um Unterstützung, wenn Sie ...

- dazu neigen, häufig zu stürzen,
- beim Gehen unsicher sind,
- sich im Umgang mit erforderlichen Gehhilfen noch nicht sicher fühlen,
- nach Untersuchungen oder der Einnahme von Medikamenten unter Unwohlsein, Schwäche oder Gleichgewichtsstörungen leiden.

## Informieren Sie die für Sie zuständige Pflegefachkraft und den Stationsarzt über ...

- Stürze, die sich vor Ihrem Krankenhausaufenthalt zugetragen haben,
- Einschränkungen Ihrer Sehkraft,
- Einschränkungen Ihrer Beweglichkeit,
- Einschränkungen Ihrer Wahrnehmungsfähigkeit,
- Gleichgewichtsstörungen,
- Konzentrations- und Merkschwächen.
- Arzneimittel, die Sie einnehmen (auch nicht verschreibungspflichtige Medikamente),
- Probleme, sich in der Umgebung zurechtzufinden.