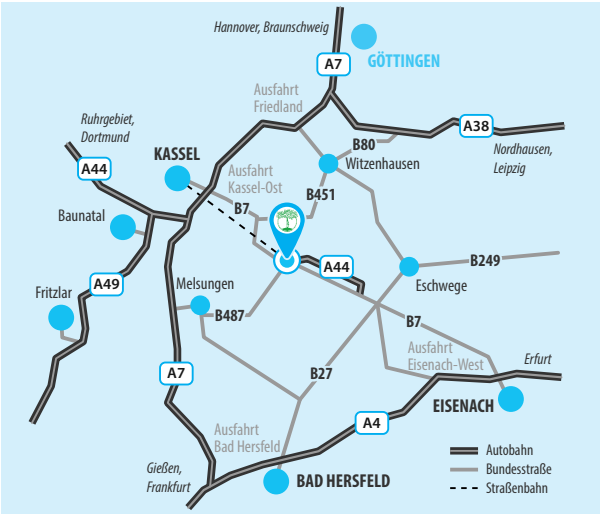
## Maßnahmen:

Maßnahmen für besonders sturzgefährdete Patienten werden gemeinsam mit den betroffenen Patienten und eventuell mit den Angehörigen besprochen.

- Wir erläutern Ihnen die Funktion des Pflegebettes, der Rufanlage und machen Sie so mit der neuen Umgebung vertraut.
- Wir erklären Ihnen den Umgang mit Infusionsständern oder Kathetersystemen.
- Wir stellen Ihnen Hilfsmittel zur Verfügung, die Sie für den Aufenthalt in der Klinik benötigen (z.B. Gehstützen, Rollstuhl, Toilettenstuhl, Rollator, Unterarmgehwagen etc.), weisen Sie entsprechend ein und führen Übungen dazu mit Ihnen durch.
- Wir erfassen das Sturzrisiko und besprechen gemeinsam die Maßnahmen zur Vorbeugung.
- Wir beraten Sie und Ihre Angehörigen.
- Wir begleiten Sie bei Bedarf auf kurzen und längeren Wegen.
- Wir unterstützen Sie bei der Anschaffung von Hilfsmitteln für die häusliche Umgebung.

## So finden Sie uns:




## Kontakt:


**Orthopädische Klinik Hessisch Lichtenau gemeinnützige GmbH**

**Nachsorgezentrum Lichtenau gemeinnützige GmbH**

Pflegedirektorin
Frau Heike Schmidt
Am Mühlenberg
37235 Hessisch Lichtenau
Telefon: 05602 83-1213
E-Mail: pdl-ok@lichtenau-ev.de

www.klinik-lichtenau.de
www.nachsorgezentrum.de


LICHTENAU: 0466 | Stand: 09/2020

*… wir bringen Sie in Bewegung*
**ORTHOPÄDISCHE KLINIK**
Stark im Verbund von LICHTENAU e.V.

*Individuell. Kompetent. Bewegung fördern.*
**NACHSORGEZENTRUM LICHTENAU**
Stark im Verbund von LICHTENAU e.V.

# Vorbeugung und Vermeidung von Stürzen

Informationen für Patienten und deren Angehörige

Im Verbund der **Diakonie**

# Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Menschen können in jedem Lebensalter zu Sturz kommen. Aufgrund Ihres Aufenthaltes in einer unbekannten Umgebung und Ihrer Erkrankung / Ihrer Operation sind Sie gefährdeter, zu stürzen.

## Risikofaktoren sind:

- Gleichgewichtsstörungen
- Gangunsicherheit
- Lähmungen aufgrund von Erkrankungen, Unfällen oder Infiltration
- eingeschränkte Beweglichkeit (durch Infusionsständer, Drainagen, Urinableitungssysteme u.a. nach Operation)
- Sehstörungen
- Kreislaufprobleme (Beruhigungs- und Schlafmittel)
- Psychische Erkrankungen
- ein verändertes Ausscheidungsverhalten
- Angst vor Stürzen erhöht die Gefahr, zu stolpern oder zu stürzen

Unser Bestreben ist es, Stürze zu vermeiden und mögliche Schädigungen durch Stürze zu vermindern. Potenzielle Gefahren und Risiken werden weitestgehend minimiert, wobei die Erhaltung bzw. Wiederherstellung einer größtmöglichen und sicheren Bewegungsfreiheit unserer Patienten an erster Stelle steht.
Mit dieser Information zur Sturzvorbeugung möchten wir Sie zu diesem Thema informieren und um Ihre Mitarbeit bitten.

## Sie können Ihre Therapie aktiv unterstützen und Stürze vermeiden helfen.

- Informieren Sie das Pflegepersonal bei bereits vorangegangenen Stürzen, Gangunsicherheiten, Schwindel oder Sturzangst.
- Bei Unsicherheit bitten Sie um Unterstützung durch die Rufanlage. Die Pflegenden sind Ihnen gern behilflich.
- Stellen Sie das Bett zum Schlafen auf die niedrigste Stufe.
- Legen Sie Ihre Hilfsmittel, die Sie benutzen, in erreichbarer Nähe ab (z.B. Gehstützen, Brille, Hörgerät).
- Benutzen Sie einen Rollstuhl oder Toilettenstuhl, achten Sie darauf, dass die Fußstützen vor dem Aufstehen/Hinsetzen hochgeklappt sind und die Feststellbremse aktiviert und fest ist. Wenn erforderlich, lassen Sie sich helfen. Auf Kippschutz achten (Stufen, Absätze).
- Richten Sie sich langsam auf, bleiben Sie einen Moment sitzen und verschaffen Sie sich mit den Füßen Bodenkontakt.
- Tragen Sie Schuhe mit rutschfester Sohle, die die Ferse fest umschließen.
- Aufgrund der ungewohnten Umgebung gehen Sie etwas früher zur Toilette und schalten Sie sich nachts vor dem Verlassen des Bettes immer das Licht an.

- Halten Sie die pflegerischen und ärztlichen Anweisungen ein (z.B. Bettruhe, Medikamentengabe).
- Stehen Sie nicht allein auf, wenn Sie das erste Mal nach der Operation das Bett verlassen wollen.
- Informieren Sie auf jeden Fall das Pflegepersonal, wenn Sie trotz aller Vorsichtsmaßnahmen gestürzt sind, auch wenn keine Verletzungen zu erkennen sind.

**Bei weiteren Fragen wenden Sie sich bitte an unser Pflegepersonal.**