

Sturzprävention in Nordrhein

Eine Projektbefragung zeigt, dass Ärztinnen und Ärzte in der Sturzprävention betagter Menschen aktiv sind

von **Andrea Icks**

Stürze und insbesondere sturzbedingte Hüftfrakturen sind eine häufige und mit schweren Folgen verbundene Gesundheitsgefährdung im Alter. Pro Jahr ereignen sich in Deutschland mehr als 100.000 Hüftfrakturen bei über 65-Jährigen.

Sicher im Alter – effektives Modell der ÄkNo

Senioren in Alten- und Pflegeheimen tragen ein besonders hohes Risiko für Stürze und Hüftfrakturen. Aus diesem Grund startete die Ärztekammer Nordrhein im Jahr 2004 mit Förderung der Betriebskrankenkassen (BKK) ihr Projekt „Sicher im Alter“ in stationären Einrichtungen der Altenpflege (*weitere Projektinformationen siehe www.aekno.de*).

Ziele sind die Vermeidung von Stürzen und Hüftfrakturen und damit der Erhalt von Mobilität und Selbständigkeit. Projektbestandteile sind ein Kraft- und Balancetraining, das durch spezifisch fortgebildete Trainer mindestens einmal pro Woche in Gruppen für 6 bis 8 Senioren angeboten wird (Ulmer Modell), die Empfehlung von Hüftprotektoren, begleitet von einer strukturierten Schulung (Hamburger Modell) und die Schulung der Pflegefachkräfte auch zu flankierenden Maßnahmen (zum Beispiel Umgebungsanpassung).

Das Projekt basiert damit auf in Studien geprüften effektiven Bausteinen. Ein Spezifikum des Modells in Nordrhein ist die intensive Einbeziehung der die teilnehmenden Einrichtungen betreuenden Ärztinnen und Ärzte als wichtige Bezugs-

personen für Senioren, ihre Angehörigen und die Pflegekräfte. Das Anliegen ist, dass sie über die Maßnahmen informiert sind, die Pflegekräfte unterstützen sowie die Senioren und ihre Angehörigen kompetent beraten und zu den sturzpräventiven Angeboten motivieren können.

Stand des Projekts

Das Projekt ist bisher in 22 Alten- und Pflegeheimen in vier Regionen in Nordrhein implementiert (Düsseldorf, Duisburg, Mönchengladbach, Kreis Viersen). Pflegekräfte und Trainer wurden geschult. In den teilnehmenden Heimen nehmen zwischen 5 und 22 Prozent der sturzgefährdeten Bewohnerinnen und Bewohner am Kraft- und Balancetraining teil.

Die Einrichtungen haben 151 Ärztinnen und Ärzte benannt, die hauptsächlich die hausärztliche Versorgung ihrer Bewohnerinnen und Bewohner leisten. Diese wurden individuell ausführlich über das Projekt informiert. Zudem gibt es regelmäßige Fortbildungen.



Kraft- und Balancetraining fördert nachweislich Mobilität und Selbständigkeit alter Menschen.

Foto: Susanne Legien/ÄkNo

Hingewiesen wurde auch darauf, dass seit dem Jahr 2005 die Erhebung des Sturzrisikos bei Senioren im Rahmen des „hausärztlich-geriatrischen Basisassessments“ in der vertragsärztlichen Versorgung möglich ist (*Ziffer 03341*).

Ergebnisse einer Projektbefragung

Anfang des Jahres wurden die 151 Ärztinnen und Ärzte mittels schriftlichem Fragebogen gebeten, über ihre Projekterfahrungen sowie über sonstige sturzpräventive Aktivitäten zu berichten.

Die Rücklaufquote betrug 60 Prozent. 80 Prozent der Ärztinnen und Ärzte gaben an, dass ihnen das Projekt bekannt ist. Von diesen berichteten 40 Prozent, dass projektspezifische Aktivitäten in Zusammenarbeit mit den Pflegekräften stattgefunden haben. Meist handelte es sich dabei um Unterstützung bei der Einschätzung des Sturzrisikos, Beratung der Senioren zu den sturzpräventiven Maßnahmen oder um die Einschätzung der Teilnahmefähigkeit am Kraft- und Balancetraining.

Etwa die Hälfte der Ärztinnen und Ärzte führt auch außerhalb des Projekts sturzpräventive Maßnahmen durch, vor allem in der eigenen Praxis, ferner in anderen Einrichtungen der Altenpflege. Ein großer Teil der Ärzte berichtete, das Sturzrisiko ihrer älteren und hochbetagten Patienten im Rahmen des hausärztlich-geriatrischen Basisassessments zu erheben, meist in der Praxis oder auch in Heimen (jeweils zwei Drittel) sowie im Rahmen von Hausbesuchen.

Perspektive

Angesichts des auch international beobachteten überproportionalen Anstiegs von Hüftfrakturen (in Deutschland um etwa 4 Prozent pro Jahr) werden sturzpräventive Maßnahmen im Alter zunehmend diskutiert. In Baden-Württemberg, wo sturzpräventive Maßnahmen in größerem Umfang implementiert wurden, gingen die Hüftfrakturen bei Heim-Bewohnern seither deutlich zurück. Das Projekt soll nun auch in Nordrhein weiter ausgedehnt werden.