



KRANKENHAUS GMBH

LANDKREIS WEILHEIM-SCHONGAU



Sturzprophylaxe

Informationen für Patienten und Angehörige



Sehr geehrte/r Patient/in, liebe Angehörigen

das Pflorgeteam der Klinik Schongau begrüßt Sie recht herzlich in unserer Einrichtung.

Ihr Aufenthalt bei uns soll für Sie so angenehm wie möglich sein. Um Ihnen dies zu gewährleisten, möchten wir Sie auf einige Dinge hinweisen.

Vor allem für ältere Menschen ist eine Veränderung ihres gewohnten Umfeldes immer eine besondere Belastung. Es dauert oft zwei bis drei Tage, bis sie sich in ihrer neuen Umgebung zurechtfinden. In dieser Zeit ist die Gefahr eines vermeidbaren Sturzes besonders hoch. Unser Ziel ist es, unsere Patienten in ihrer Selbständigkeit zu fördern und diese zu erhalten. Die Wahrscheinlichkeit von Stürzen zu verringern und Folgen eines unvorhergesehenen Sturzes zu minimieren. Mithilfe der 10 Tipps bei der Sturzvermeidung können Sie uns hierbei unterstützen.

Wenn Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich bitte an Ihre betreuende Pflegekraft.

Das Pflorgeteam der Klinik Schongau

Lolita Höinig

Sandra Buchner

10 Tipps zur Sturzvermeidung

1. Zu Beginn Ihres Aufenthaltes wird Ihnen die Klingelanlage erklärt. Bitte achten auch Sie darauf, dass sich diese immer in greifbarer Nähe befindet. Fühlen Sie sich vor allem nachts beim aufstehen und gehen unsicher, besonders nach Einnahme von Schlafmedikamenten, rufen Sie bitte die Pflegekraft. Sie ist gerne bereit Sie zu unterstützen.
2. Im Bad stehen Ihnen Haltegriffe für die Toilette und zum Duschen zur Verfügung, die Sie nutzen können. Bitte beachten Sie: Auf dem Weg zum Bad befindet sich eine kleine Schwelle. Brauchen Sie eine Sitzerrhöhung auf der Toilette, fragen Sie bitte beim Pflegepersonal nach. Um in die Duschwanne zu gelangen, müssen Sie über einen Absatz steigen. Bitte lassen Sie sich helfen, wenn Sie sich nicht sicher fühlen.
3. Bitte tragen Sie ggf. immer Ihre Brille, wie auch Ihr Hörgerät, damit wir sicherstellen können, dass Sie Ihr Umfeld gut erkennen und verstehen können.
4. Tragen Sie festes Schuhwerk, auch nachts wenn Sie nur kurz auf die Toilette gehen müssen. Dies können Turnschuhe, Schuhe mit Fersenriemen und Klettverschlüssen sein.
5. Stellen Sie Ihre Gehhilfen immer in erreichbare Nähe. Bitten Sie das Pflegepersonal, Sie dahingehend zu unterstützen.
6. Wenn Sie aus dem Rollstuhl aufstehen, denken Sie daran, die Bremsen fest zu stellen.
7. Sollten Sie nachts aufstehen müssen, machen Sie sich bitte Licht, damit Sie den Raum gut einsehen können. Brauchen Sie eine zusätzliche Beleuchtung, wird Ihnen diese vom Pflegepersonal zur Verfügung gestellt.
8. Wenn Sie aus dem Bett aufstehen, achten Sie bitte auf die Höhe des Bettes. Die Füße müssen immer Kontakt zum Boden haben.
9. Wollen Sie auf die Terasse in der Geriatrischen Rehabilitation gehen, denken Sie an die Stufen. Achten Sie darauf, dass der Patientengarten eine kleine Steigung hat.
10. Vermeiden Sie frisch geputzte Böden. Es besteht Rutschgefahr.



Lolita Höinig
Leitung Station 4



Sandra Buchner
stellv. Pflegedienstleitung
Leitung Station 11