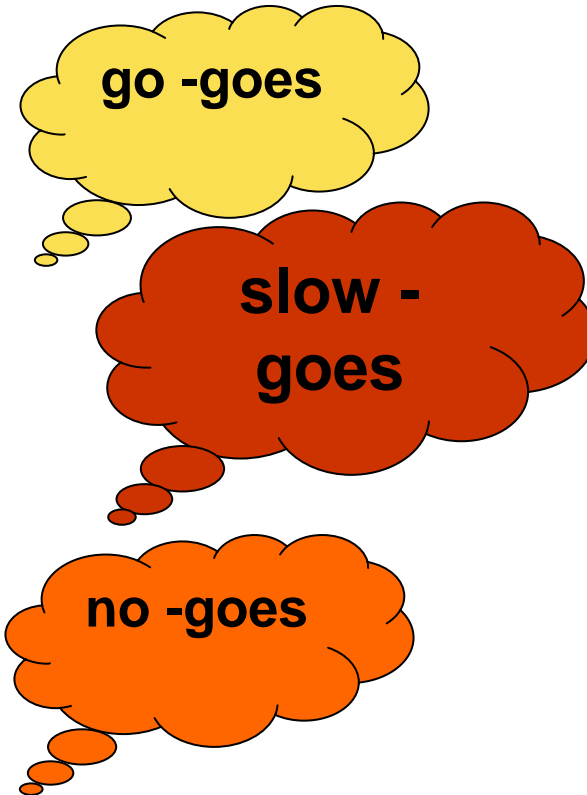


FUNKTIONELLE DEFIZITE & ERHÖHTES STURZRISIKO IM ALTER

Prim.Dr.Katharina Pils
LBI Interdisziplinäre Rehabilitation in
der Geriatrie, Wien
katharina.pils@wienkav.at

ALTER

| kalendarisch | sozial | biologisch |
|--------------|------------|---------------------------------------|
| 60 - 75 | älter | selten geriatischer Patient |
| 76 - 90 | alt | behandlungs- würdigen Diagnosen |
| 91 - 100 | hochbetagt | erhöhtes Pflegerisiko |
| 101 - ? | langlebig | ? survivor |



PFLEGE GEGELDBEZIEHER

| Stufe | 21 – 40 | 41 – 60 | 61 – 80 | > 80 |
|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|
| 1 | 3.512 | 8.401 | 32.762 | 30.311 |
| 2 | 5.401 | 12.694 | 46.290 | 60.109 |
| 3 | 3.099 | 5.950 | 20.875 | 30.900 |
| 4 | 2.274 | 4.399 | 16.977 | 30.231 |
| 5 | 1.647 | 2.618 | 8.410 | 16.467 |
| 6 | 1.503 | 1.303 | 2.600 | 4.266 |
| 7 | 784 | 856 | 1.781 | 2.802 |
| Gesamt | 18.220 | 36.221 | 129.695 | 175.086 |

EIN STURZ

- ist ein unfreiwilliger, unkoordinierter Bodenkontakt
- das Verlassen eines höheren Niveaus zu gunsten eines niedrigeren
- kann durch Fremdeinwirkung verursacht werden

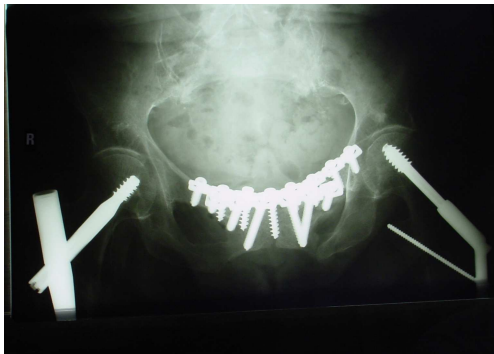
EIN STURZ

wird nicht als Sturz gewertet, wenn er im Rahmen einer Synkope erfolgt

? Adäquate Sturzursache



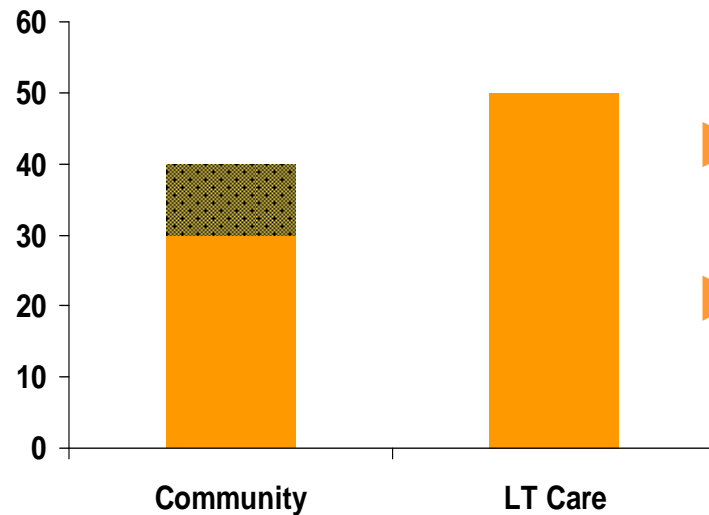
Stürze treten in jeder Lebensphase auf



IHRE BEWERTUNG ist abhängig vom

- Lebensalter
- physischer Aktivität
- Lebensstilfaktoren
- sozialer Integration
- Komorbidität / Multimorbidität

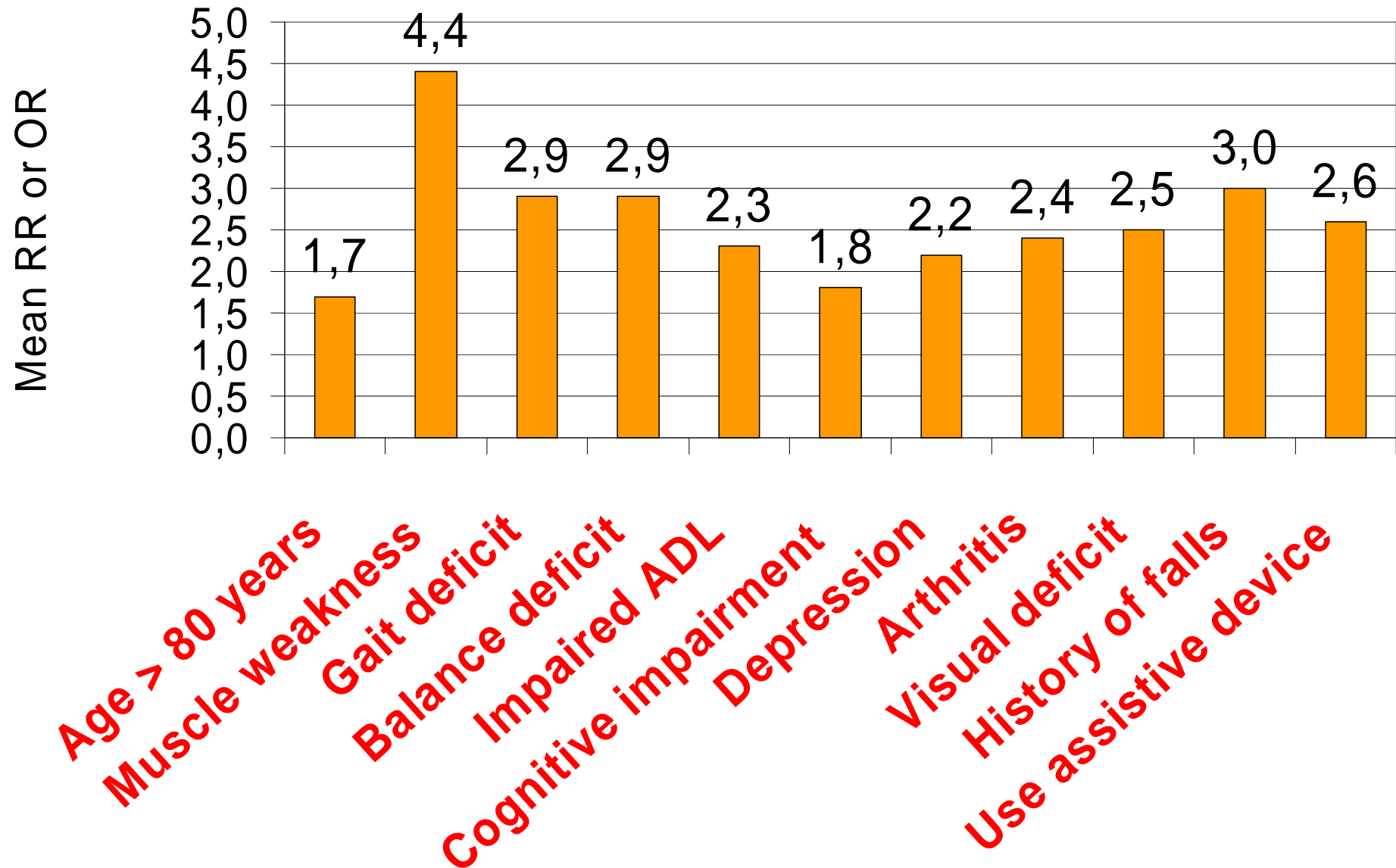
EPIDEMIOLOGIE der STÜRZE



- ▶ 30%–40% selbständig lebender Menschen ≥ 65 1x/Jahr
- ▶ 50% der HeimbewohnerInnen

Stürze und ihre Folgen sind die sechsthäufigste Todesursache älterer Menschen

RISK FACTORS of FALLS/ COMMUNITY



FOLGEN von STÜRZEN

- Die meisten Stürze führen zu **Verletzungen** oder zu **Sturzangst**
- 10%–15% der Stürze führen zu **Frakturen** oder **schwerwiegenden Verletzungen**
- Die **Inzidenz** von sturzbedingten Verletzungen und/oder Tod **nimmt mit dem Alter zu.**

PREVENTING FRACTURES IN ELDERLY PEOPLE

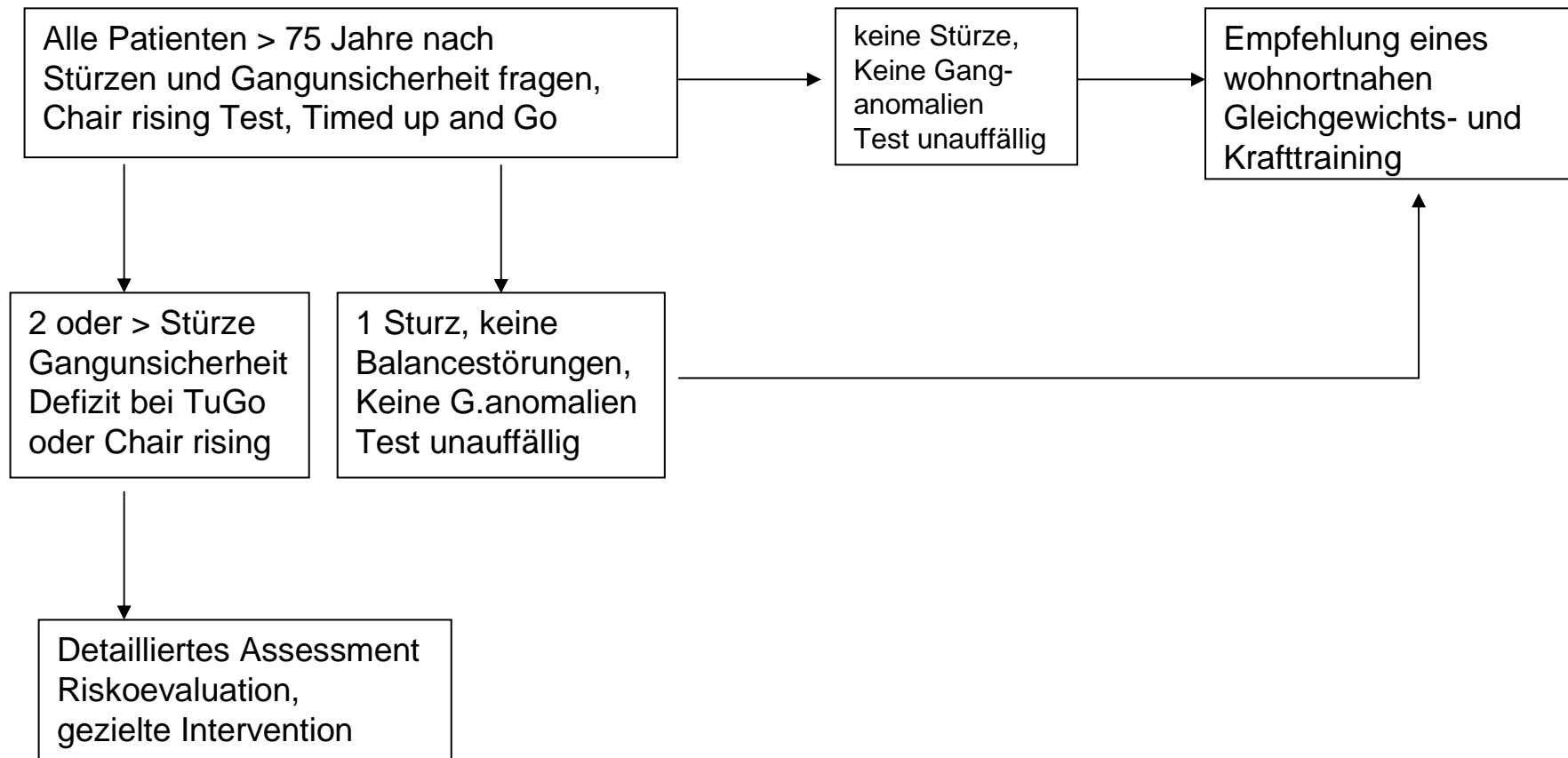
Zumindest 1x pro Jahr nach Stürzen fragen

einfaches Screening nach einem Sturz ohne Folgen

- nach Sturzangst fragen
- chair rising test
- timed up and go test

wenn problemlos keine weitere Diagnostik

STURZALGORHYTMUS



STURZFAKTOREN nach Runge

Mary Tinetti

intrinsische Faktoren

Alterungsprozess
relevante Folgen nach Krankheiten / Traumen
Folgen des Lebensstils

extrinsische Faktoren, das Umfeld

Medikamente, Alkohol
Bodenbeschaffenheit, rutschende Unterlage, Kanten,
Beleuchtung, Hindernisse,.....

aktuelle Tätigkeit

Veränderung der posturalen Stabilisation
z.B.:Heben, auf Gegenstände klettern, über Kopf arbeiten,...

STOP WALKING WHILE TALKING

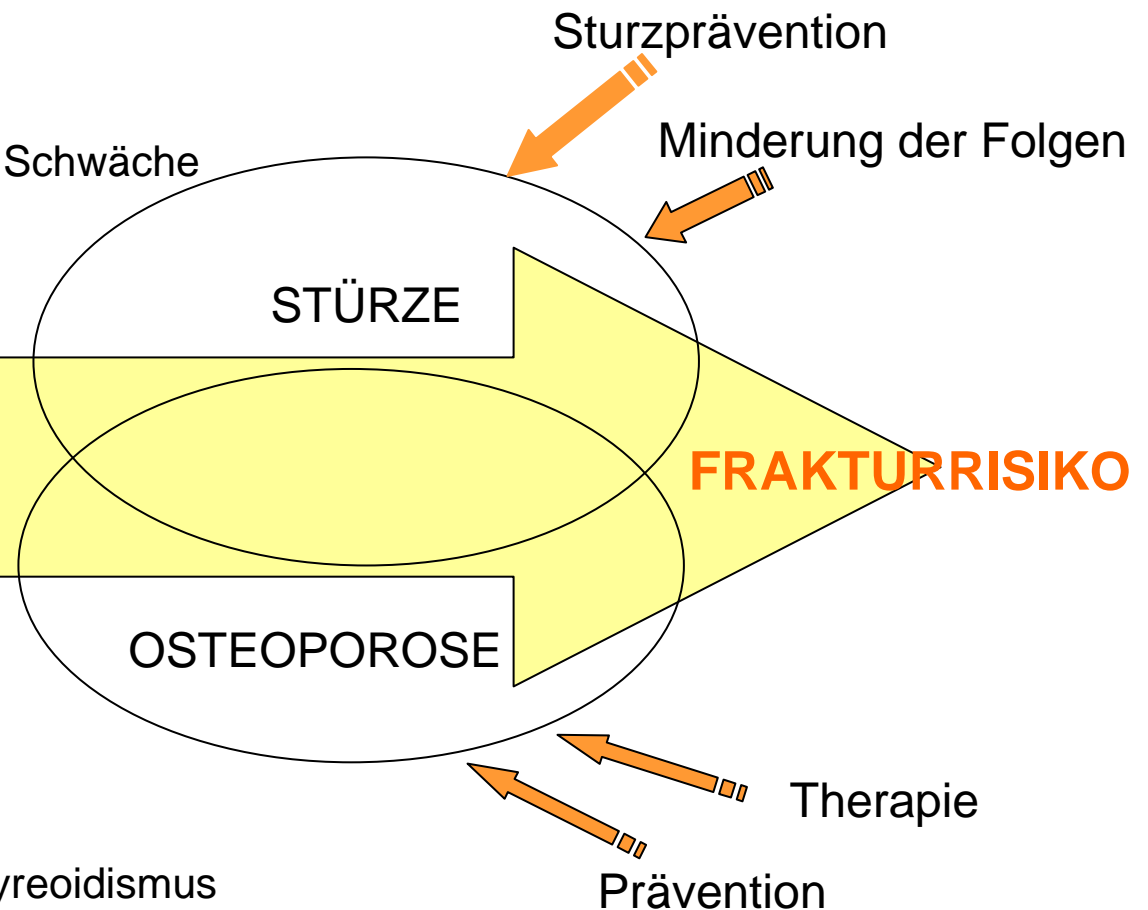
Lundin Olsen et al, Lancet 1997

INTEGRIERTE PRÄVENTION VON FRAKTUREN

- Stürze in der Anamnese
- Soziale Isolation
- Hindernisse in der Umgebung
- Gleichgewichtsstörungen und Schwäche
- Demenz
- Visuseinschränkungen
- Multimedikation, Neuroleptika

Alter und Geschlecht
Fraktur in der Anamnese
Körperliche Aktivität
BMI

- Geringe Calciumaufnahme
- Alkohol, Nikotin
- Geringe Sonnenexposition
- Niedriger Östrogenspiegel
- Diabetes, Anämie
- Kortisontherapie, Hyperparathyreoidismus



ICD



Ätiologie

Pathogenese

ICF

Gesundheitsstörung als
Symptomenkomplex



Schädigung

Fähigkeitsstörung

Beeinträchtigung

ICD - ICF

Manifestation
Folgerscheinungen
d. Gesundheitsstörung

Schädigung
Disease

Fähigkeitsstörung
Disability

Beeinträchtigung
Handycap



FUNKTIONELLE DEFIZITE

Einschränkung der ADL's

Beurteilung mittels Barthel - Index und FIM

Einschränkung der IADL's

Instrumentalisierte Aktivitäten des täglichen Lebens

Lawton & Brody

COMP, AMPS

INTERVENTIONS FOR THE PREVENTION OF FALLS IN OLDER ADULTS: SYSTEMATIC REVIEW AND META-ANALYSIS OF RANDOMISED CLINICAL TRIALS



Design:
systematic review and meta analyses

Datenquelle:
Medline, Health Star, Embase,
Cochrane Library,.....

Daten Beurteilung - Faktoren der Sturz Interventionen:
multifaktorielles Sturzassessment
Übungsprogramme
Veränderungen des Umfeldes
Schulung und Aufklärung

TECHNOLOGIEENTWICKLUNG

- Awareness
 - Safe bed, safe seat
 - Bewegungssensoren
- Sturzprävention durch Verbesserung des Umfeldes
- Protektion
 - Hüftprotektoren