



Der Sturz als Epidemie

*Albert Wettstein, PD Dr. med., Chefarzt Stadtärztlicher Dienst Zürich
wettstein.albert@pzz.stzh.ch*

*bfu-Fachtagung 2007:
Der Einsatz des Hüftprotektors in Heimen und Spitälern*

8. Mai 2007 Winterthur

Der Sturz als Epidemie

30 bis 60 % aller Senioren stürzen jährlich 1-mal, in Pflegeheimen sogar durchschnittlich 1,7-mal pro Jahr, wobei die Sturzhäufigkeit exponentiell mit dem Alter zunimmt. Stürze verursachen 83 % aller Unfälle. Stürze, die in ärztliche Behandlung kommen, führen bei ¼ aller Patienten zu bleibenden Schädigungen, bei 7,5 % zu funktionellen Einschränkungen der oberen Extremitäten, bei 6,4 % der unteren Extremitäten, bei 0,7 % zu Bettlägerigkeit und bei 1,8 % zum Tod. Ca. 10 % aller ärztlich behandelten Stürze Betagter führen zu Schenkelhalsfrakturen, ca. 6 % der Schenkelhalsfrakturen führen zum Tod.

Nur etwa 1/3 der Stürze ist durch Umweltfaktoren bedingt, etwa 1/3 durch spezifische Erkrankungen, 1/8 durch Gangunsicherheit und 1/8 durch Medikamente.

Im Heim sind die wichtigsten Risikofaktoren für Stürze

- Status nach Sturz (OR 3,3)
- Wandern bei Demenz (OR 1,9),
- hohe Sturzhäufigkeit im betreffenden Heim (OR 1,6)
- Selbständigkeit beim Aufstehen (OR 1,5)
- Benützung einer Gehhilfe (OR 1,4).

Das Sturzrisiko ist besonders hoch bei mittlerem Pflegebedarf und bei Verschlechterung der Selbständigkeit.

Die Zugabe von Vitamin D reduziert das Sturzrisiko, besonders bei wenig aktiven Frauen.

PD Dr. med. Albert Wettstein, Chefarzt Stadtärztlicher Dienst Zürich