

Rehaklinik Tschugg AG

rehaklinik
TSCHUGG

Sturzprophylaxe im häuslichen Umfeld: ergotherapeutische Massnahmen



Helbling Cristina
Ergotherapeutin BSc
Rehaklinik Tschugg AG

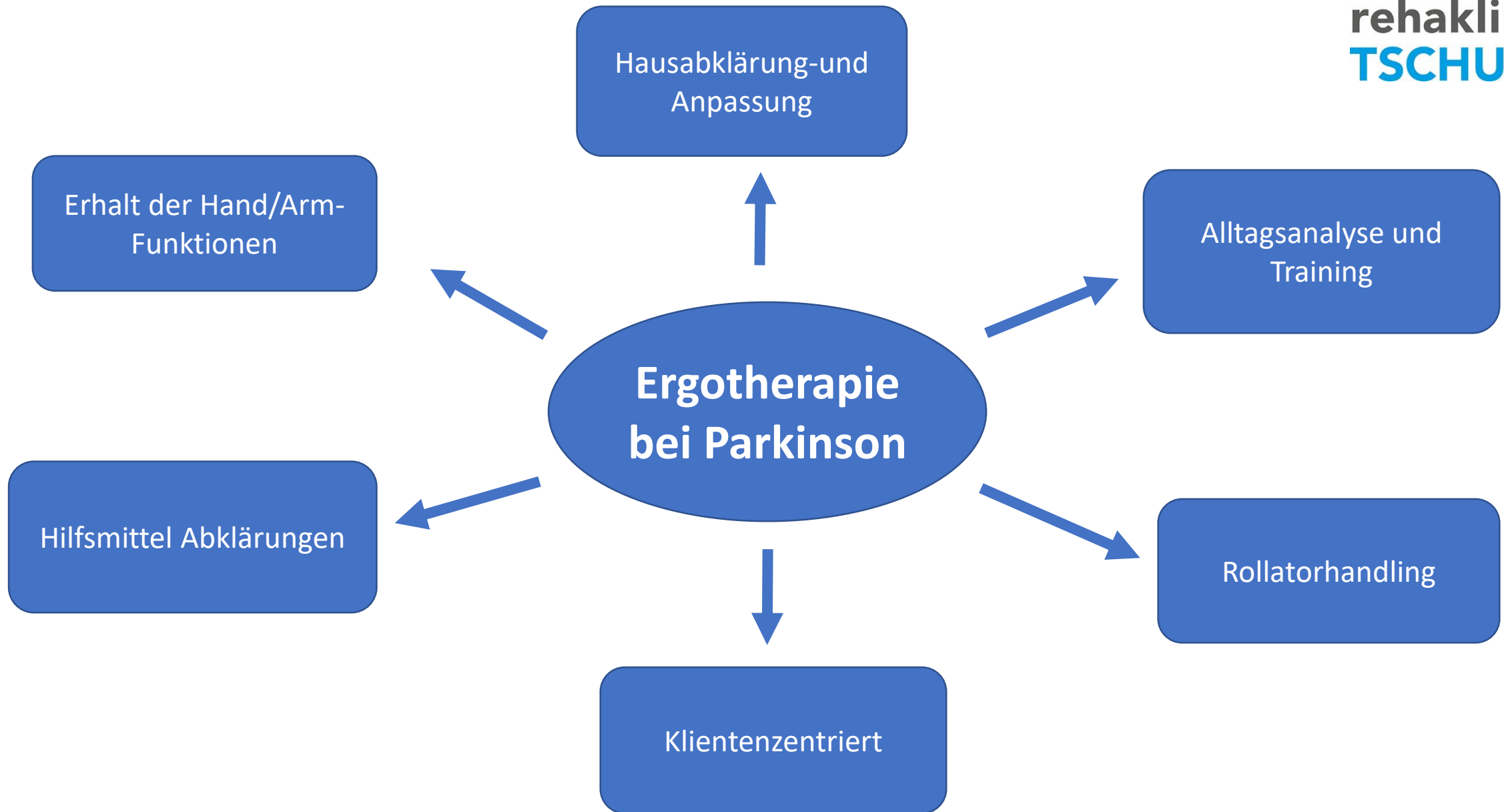


Eine Gesundheitseinrichtung der **VAMED**

Ablauf

- Ergotherapie bei Parkinson
- Mehr Sicherheit zu Hause
- Hausabklärung wie gehen wir vor
- Gefahren und Anpassungen
- Finanzierung
- Patienten- und Angehörigen Schulung
- Take Home Message
- Fragen





Mehr Sicherheit zu Hause

Wer ist schon
gestürzt?

Was bedeutet zu Hause
sein?

Wie/Wo ist das
geschehen?

Wer hatte schon eine
Behandlung für
Sturzprävention?

Warum stürzen
Personen?



Mehr Sicherheit zu Hause

Zu Hause = Privatsphäre, Erinnerungen, Emotionen

Stürze Weltweit jährlich:

- 28-35% der über 65-jährigen Personen
- 32-42% über 70-Jährigen

(WHO, 2007 und Kaeser, 2014)

Konsequenzen der Stürze verringern die Selbstständigkeit (Marottoli, Berkmann und Cooney, 1992)

- Schamgefühl
- vorausschauend denken und Hilfe annehmen

Ziel der Ergotherapie: Sicherheit im Eigenheim garantieren, dabei die betroffene Person und ihre Privatsphäre respektieren

Uns ist wichtig, was Ihnen in Ihrem Alltag wichtig ist!



Hausabklärungen- wie gehen wir vor

Kontaktaufnahme

- Betroffene Person
- Ggf. Angehörige

Digitale Abklärung mit Fotos und Anpassungen/Hilfsmittel empfehlen

Patient:innen- und Angehörigenschulung

Hausabklärung vor Ort durch ambulante Ergotherapeut:in organisieren

Zusammenarbeit mit externen Firmen (z.B. Sodimed, SAHB)



Gefahren und Anpassungen

Wohnzimmer

- Teppiche «befestigen»
- Sitzerhöhung anpassen
- Kabel fixieren
- Türschwellen anpassen



Stolpergefahr: Eselsöhren in Teppichen sind ganz schön lästig. #0



Schlafzimmer

- Bett erhöhen
- Nachttischlampe
- Markierungen am Boden

Gefahren und Anpassungen

Badezimmer

- Markierungen am Boden
- WC-Sitzerhöhung
- Haltegriff
- Antirutschstreifen
- Badewannenbrett/ Duschstuhl

Küche

- Markierungen am Boden
- Schränke ggf neu einräumen
- Stehstuhl

Aussenbereich, Treppen, usw.



Finanzierung

- Ergotherapie wird von der Krankenkasse bezahlt (Verordnung über Hausarzt)
- MiGel Liste von Krankenkasse
- Ggf Zusatzversicherung (ärztliche Verordnung)
- IV
- Vieles kann im Handel erworbt werden



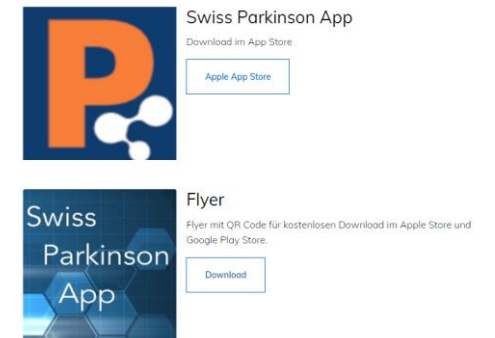
Patienten- und Angehörigen Schulung **rehaklinik TSCHUGG**

- Cues nachhaltig erlernen im bekannten Umfeld
- Alltagstipps zur Sturzprophylaxe
- Dual-Task
- Anpassung der Alltagsstruktur der On/Off Phasen

- Tipps für Angehörigen (sie sind keine Co-Therapeut:innen!)

- Swiss Parkinson App (Sturzprotokoll, Informationen über Krankheit etc)

Aragon, A. & Kings, J.; 2015, Occupational Therapy for people with Parkinson's; best practice guidelines



Quelle:
<https://www.parkinson.ch/selbsthilfe/parkinson-app>



Take Home Message

- Es ist wichtig über die Stürze zu sprechen
- Hausabklärung und Anpassungen mit Respekt der Privatsphäre
- Sturzgefahren erkennen und anpassen
- Integration der Angehörigen



Fragen ?

*„Es ist besser, zehn bedeutungslose Fragen hundertmal zu beantworten,
als eine einzige wichtige nicht gestellt zu bekommen.“*

– Ralf Isau, deutscher Philosoph



Quellen

Aragon, A. & Kings, J.; 2015, Occupational Therapy for people with Parkinson's; best practice guidelines

Leitlinie für Diagnostik und Therapie in der Neurologie; Idiopathisches Parkinson-Syndrom; Aktualisierung 2016

Snijders, A., van de Warrenburg, B., Giladi, N., Bloem, B. (2007). Neurological gait disorders in elderly people: clinical approach and classification. *Lancet Neurol*, 2007, 6, 63-74.

Marottoli, R., Berkman, L., Cooney, L. (1992). Decline in physical function following hip fracture. *Journal of the American Geriatrics Society*, 1992. 40, 861-866.

Allemann, N., Lehmann, L. (2016). *Die Auswirkungen von verschiedenen Dual-Task Trainingsformen auf Gang-parameter bei Senioren*
Ein systematischer Review

World Health Organization. (2007). WHO global report on fall prevention in older age.

Kaesler, M. (2014). Bundesamt für Statistik BFS. Die funktionale Gesundheit von älteren Menschen in Privathaushalten. *BFS Aktuell*, 451-1200-05, 3.