



Städtisches Klinikum
Dresden

Kontakt

Städtisches Klinikum Dresden

Friedrichstraße 41

01067 Dresden

www.klinikum-dresden.de

Ansprechpartner:

Petra Vitzthum

Pflegedirektorin

Telefon: 0351 480-2000

Fax: 0351 480-2003

E-Mail: petra.vitzthum@klinikum-dresden.de



Städtisches Klinikum
Dresden



Sturzvermeidung

Patienteninformation

www.klinikum-dresden.de



Sehr geehrte Patientinnen und Patienten,

Stürze stellen vor allem für ältere und gesundheitlich eingeschränkte Menschen ein hohes Risiko dar.

Die Folgen können für die Betroffenen schwerwiegend sein. Neben den körperlichen Sturzschäden entsteht häufig ein Vertrauensverlust in die eigene Beweglichkeit. Ängste, erneut zu stürzen, können zu Unsicherheiten in der Bewegung und der Mobilität führen und somit weitere Stürze begünstigen.

Wir wollen Ihnen helfen, Stürze zu vermeiden.

Durch Ihre Mithilfe können wir das individuelle Sturzrisiko besser einschätzen und darauf reagieren.

Bitte informieren Sie uns, wenn Sie:

- in der Vergangenheit bereits gestürzt sind,
- Einschränkungen der Sehkraft, des Hörens, der Beweglichkeit oder Schwindel haben,
- Medikamente einnehmen, die Sie beeinträchtigen,
- Hilfsmittel nutzen,
- Probleme haben, sich in fremder Umgebung zurechtzufinden,
- Probleme mit der Kontinenz haben.

Wir sind für Sie und Ihre Angehörigen da und beraten Sie gern.

Tipps zur Sturzvermeidung

- Tragen Sie festes Schuhwerk.
- Trinken und essen Sie ausreichend.
- Benutzen Sie immer Ihre Hilfsmittel wie Gehstock oder Rollator, Brille, Hörgerät.
- Stehen Sie nachts nie ohne Licht auf.
- Lassen Sie sich bewusst Zeit beim Aufstehen.
- Stehen Sie nach einer Operation das erste Mal nicht alleine auf.
- Vermeiden Sie, auf feuchten Böden zu laufen.
- Lassen Sie sich die Funktion Ihres Bettes und der Rufanlage erklären.
- Sind Sie beim Gehen oder in Ihren Bewegungen unsicher, nutzen Sie bitte die Rufanlage und verlassen Sie das Bett oder den Stuhl nur mit Unterstützung des Pflegepersonals.
- Stehen Sie nach der Gabe von starken Schmerz- oder Beruhigungsmitteln bitte nicht alleine auf.
- Melden Sie uns bitte, wenn Sie gestürzt sind.

Haben Sie noch Fragen?

Wenden Sie sich mit Ihren Fragen vertrauensvoll an unser Pflegeteam, an Ärzte, Therapeuten und die Mitarbeiter des Sozialdienstes.

Wenn Sie aus dem Klinikum entlassen worden sind, stehen Ihnen Ihr Hausarzt, Sanitätshäuser und Ihre Krankenkasse bei der Sturzprophylaxe beratend zur Seite.

*Ihr Pflegeteam
des Städtischen Klinikums Dresden*

