

# FORUM

Das Kundenmagazin der Stieglmeyer-Gruppe



## Stürze – zeitgemäße Lösungen für ein wachsendes Problem

30. April 2024 // Reportagen & Berichte

Wie können moderne Pflegebetten, Nachttische und Möbel dabei helfen, Stürze zu vermeiden und die Menschen besser vor Sturzverletzungen zu schützen?

### Mehr Schutz und Selbstständigkeit mit Betten und Möbeln von Stieglmeyer

Stürze und ihre Folgen werden in den alternden Gesellschaften weltweit zu einer immer größeren Herausforderung – gesundheitlich, sozial und finanziell. Aktuelle Statistiken unterstreichen das Ausmaß des Problems. So stürzen laut Zahlen der Weltgesundheitsorganisation WHO ein Drittel der Menschen über 65 Jahren und die Hälfte der über 75-Jährigen einmal im Jahr. Die Folgen sind oft gravierend. Eine Studie mit Datensätzen aus Baden-Württemberg zählte jährlich 75 sturzbedingte Frakturen pro 1.000 Pflegeheimbewohnern<sup>1</sup>. Allein Hüftfrakturen verursachten bereits in den 2010er-Jahren jährlich direkte Kosten von 2,77 Mrd. Euro<sup>2</sup>. Wie können moderne Pflegebetten, Nachttische und Möbel dabei helfen, Stürze zu vermeiden und die Menschen besser vor Sturzverletzungen zu schützen?

Stieglmeyer arbeitet eng mit professionellen Pflegekräften zusammen, um Problemfelder zu identifizieren und maß- geschneiderte Lösungen anzubieten. Ein Beispiel ist die [Kombination aus unserem neuen Ultra-Niedrigbett Tereno und der innovativen Nachttisch-Serie Aparto](#). Erfahren Sie, wie wir Sie bei vielen alltäglichen Herausforderungen unterstützen können.

### Visuelle Wahrnehmung stärken

Mit dem Alter lassen die Beweglichkeit der Augen und die Sehkraft nach<sup>3</sup>. Farben erscheinen blasser und gelbstichig, die Wahrnehmung von Kontrasten nimmt ab. Gegen die daraus resultierende Unsicherheit lässt sich einiges unternehmen. Für ein größeres Sichtfeld und eine bessere Orientierung sollten die Positionierungsmöglichkeiten des Bettes genutzt werden. Befindet sich der Bewohner außerhalb von Schlaf- und Ruhephasen im Bett, bietet sich die komfortable Sitzposition an. Der [Nachttisch Aparto](#) ermöglicht zudem mit seinem höhenverstellbaren, leicht heranziehbaren Bettisch, dass persönliche Dinge immer sichtbar und griffbereit sind, ohne dass sich der Bewohner aus dem Bett lehnen muss.

Stärkere Farbkontraste an Nachttischen und Möbeln können der nachlassenden Sehkraft entgegenwirken. Schwarze Griffe und Bedienelemente auf hellem Holzdekor sind leichter zu erkennen. Die große [Stieglmeyer-Auswahl an Dekoren und Polsterstoffen](#) unterstützt viele individuelle Farbkonzepte.

## Muskelschwäche entgegenwirken

Der Abbau von Muskelmasse (Sarkopenie) ist ein normaler Teil des Alterungsprozesses. Zwischen dem 40. und dem 80. Lebensjahr verlieren Menschen bis zu 33 % ihrer Muskelmasse<sup>4</sup>. Dies kann besonders beim Aufstehen aus dem Pflegebett für Unsicherheit sorgen und das Sturzrisiko erhöhen. Eine Aufstehhilfe am Bett gibt dem Bewohner ein großes Stück Sicherheit zurück, ebenso wie eine kurze, kopfseitig angestellte Seitensicherung zum Aufstützen.

Sicheres Aufstehen und ein müheloser Transfer aus dem Bett werden zudem durch eine ergonomisch optimale Aufstehhöhe unterstützt. Diese lässt sich bei [unseren Pflegebetten](#) mit dem Handschalter individuell einstellen und speichern.



Stark sturzgefährdete Bewohner erleben im Alltag viele Einschränkungen. Mit dem Ultra-Niedrigbett Tereno und dem passenden niedrigen Nachttisch Aparto brevo gewinnen sie ein Stück Lebensqualität zurück.

## Gleichgewichtsstörungen abmildern

Die nachlassende Kraft unterschiedlicher Körperfunktionen schwächt im Alter den Gleichgewichtssinn. Das Gleichgewichtszentrum im Gehirn und Innenohr, die sensorischen Nerven, die Augen und die Muskeln arbeiten nicht mehr so gut zusammen wie früher. Bewegen sich die Bewohner in ihren Zimmern, können ihnen Möglichkeiten zum Festhalten am Pflegebett mehr Sicherheit geben. Daher bietet Stieglmeyer eine [große Auswahl wohnlicher Kopf- und Fußteile](#) mit Grifflisten an. Auch die ergonomisch geformten Holme der Seitensicherungen eignen sich gut zum Festhalten.

## Lebensqualität bei Demenz

Auch demenzielle Erkrankungen können die Sturzgefahr älterer Menschen erhöhen. Laut einer Prognose der OECD wird die Häufigkeit von Demenzfällen in den kommenden Jahren in vielen europäischen Ländern um 30 bis 50 % ansteigen. Kamen etwa in Deutschland im Jahr 2021 auf 1.000 Einwohner 22 Betroffene, könnten es im Jahr 2050 bereits 36 sein<sup>5</sup>.

Fixierungen sind in dieser Situation in der Regel keine Lösung. Studien zeigen, dass sie die Anzahl der Stürze nicht reduzieren, im Gegenteil: Die Anwendung einer Hüftfixierung kann das Risiko für Frakturen sogar erhöhen<sup>6</sup>. Zusätzlich schmälern Fixierungen die Lebensqualität von Menschen mit Demenz, die entgegen vieler Vorurteile ansonsten nicht automatisch sinkt.

Ziel einer modernen Pflege sollte es vielmehr sein, die Betroffenen mithilfe einer passenden Gestaltung der Räume zu unterstützen und ihr Wohlbefinden zu erhalten. Unruhige Muster, geringer Kontrast zwischen Boden und Wänden und spiegelnde Flächen verunsichern die Bewohner und sollten vermieden werden. Betten und Möbel von Stieglmeyer mit ruhigen Dekor- oder Stofffarben passen hingegen hervorragend in ein maßgeschneidertes Konzept für mehr Lebensqualität.

## Bodennahe Pflege würdevoll gestalten

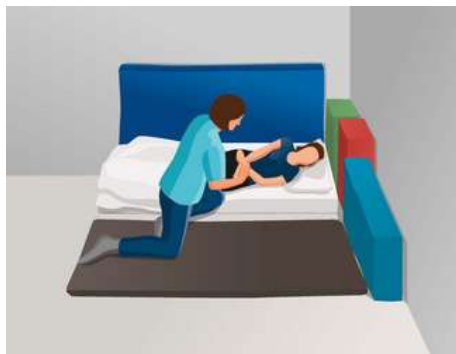


Das Tereno überzeugt durch die einzigartige Kombination von Niedrigstposition und funktionaler, wohnlicher Ausstattung. Es unterstützt bei Erhaltung und Förderung der sicheren Mobilität.

Welche Lösungen gibt es, wenn sich bei einem Bewohner ein hohes Sturzrisiko mit einem ausgeprägten Bewegungsdrang verbindet? Im deutschsprachigen Raum wird seit einiger Zeit das Konzept der „Bodennahen Pflege“ diskutiert, das den Bewohner in einem Phasenmodell zurück zu mehr Sicherheit und Selbstständigkeit führen soll<sup>7</sup>. Ausgangspunkt ist dabei ein Matratzenlager auf dem Fußboden, in dem sich der Bewohner zu Beginn des Prozesses gefahrlos bewegen und ausruhen kann<sup>8</sup>.

So positiv dieser Ansatz pflegerisch zu bewerten ist, so viele Zweifel gibt es an der Umsetzung. Ein Matratzenlager belastet die Pflegekräfte, die ebenfalls auf dem Boden arbeiten müssen, es hinterlässt bei allen Beteiligten einen würdelosen Eindruck, es benötigt sehr viel Platz und lässt sich nur mit großem Aufwand reinigen.

Unser Alternativvorschlag ist ein [Ultra-Niedrigbett wie das Tereno](#) mit seinem Höhenverstellbereich von nur 15 bis zu 80 cm. Das Bett bietet der Pflegekraft alle Möglichkeiten für ein rückschonendes Arbeiten. Zugleich dient es dem Bewohner auch als normales Pflegebett, wenn er in der Anpassungs- und Rückführungsphase wieder mehr Kontrolle und Sicherheit erlangt. Mit [passendem Zubehör](#) wie Fallschuttmatten und weichen Schutzpolstern sowie dem niedrigen, flexiblen Nachttisch Aparto brevo liefert Stieglmeyer weitere optimale Bausteine, um das Zimmer in einen wohnlichen, würdevollen Rückzugs- und Ruheort mit optimalen Bedingungen für die pflegerische Versorgung zu verwandeln.



Bodennahe Pflege ist ein vielversprechendes Konzept, doch ein Matratzenlager auf dem Fußboden erschwert die Arbeit der Pflegekraft. Starke Vorteile bietet stattdessen ein Ultra-Niedrigbett wie unser Tereno.



Das Ultra-Niedrigbett Tereno ist ein wohnlicher, würdevoller Rückzugsort für alle Phasen der Bodennahen Pflege.



Zusätzlichen Schutz vor Sturzverletzungen bieten Fallschuttmatten vor dem Bett.

## Quellen

- <sup>1</sup> K. Balzer, M. Bremer, S. Schramm, D. Lühmann, H. Raspe (2012): Sturzprophylaxe bei älteren Menschen in ihrer persönlichen Wohnumgebung. Deutsches Institut für Medizinische Dokumentation und Information (DIMDI), HTA-Bericht 116.
- <sup>2</sup> E.-J. Weyler, A. Garndjour (2007): Sozioökonomische Bedeutung von Hüftfrakturen in Deutschland. Gesundheitswesen, 69. Jg., S. 601-606.
- <sup>3</sup> Evidenzbasiertes Planungshandbuch Alter + Demenz (eph-demenz.de).
- <sup>4</sup> How to prevent age-related muscle loss? ([www.medimagic.com/blog/age-related-muscle-loss](http://www.medimagic.com/blog/age-related-muscle-loss))
- <sup>5</sup> Europe is facing a dementia problem ([www.statista.com/chart/28310/rates-of-dementia-by-2050-in-european-countries](http://www.statista.com/chart/28310/rates-of-dementia-by-2050-in-european-countries))
- <sup>6</sup> H. Luo, M. Lin, N. Castle (2011): Physical restraint use and falls in nursing homes: a comparison between residents with and without dementia. American Journal of Alzheimer's disease and other dementias. 26. Jg., S. 44-50.
- <sup>7</sup> B. Schmidt-Maciejewski (2023): Bodennahe Pflege. Grundlagen, praktische Umsetzung, Fallbeispiele. Verlag Kohlhammer.
- <sup>8</sup> B. Schuhmacher, C. Becker, P. Koczy, M. Viol, T. Klie (2017): Beispiele für eine gute Praxis bei der Vermeidung von körpernahen Fixierungen in Einrichtungen der stationären Altenpflege. AGP Institut für angewandte Sozialforschung an der Evangelischen Hochschule, Freiburg.