



"Sturz ade!" – Ein interprofessionelles Sturzpräventionsprogramm

Fachvortrag Gerontologie.ch
26. November 2024
Lea Klöti, Julia Ludwig
Gesundheitszentrum für das Alter Bombach

Leben im Zentrum.

"Die Themen waren vielfältig und lehrreich."

"Die Gruppenatmosphäre und das Miteinander waren sehr angenehm."

"Die Erklärungen zu Übungen und Sturzquellen waren sehr hilfreich."

Übersicht

- Über uns
- GFA Bombach
- Wieso ein Sturzpräventionsprogramm?
- Daten und Fakten
- Überblick "Sturz ade!"
- Fazit



Julia Ludwig, Ergotherapeutin
Stv. Leitung Medizinische Therapien

Lea Klöti, Ergotherapeutin
Berufsbildnerin Ergotherapie



GFA Bombach

- 150 Bewohner*innen
- Spezialisierte Betreuung und Pflege mit dem Schwerpunkt Demenz
- Medizinische Therapien = vier Physiotherapeutinnen + drei Ergotherapeutinnen sowie ein Vorpraktikant
- keine ambulanten Therapien



Wieso ein Sturzpräventionsprogramm?

- Häufigste Unfallursache
- Rund 288'000 verletzte Personen pro Jahr (bfu, 2023)
- Ältere Menschen sind besonders gefährdet für Komplikationen



Verletzte und Getötete in Haus und Freizeit, nach Unfallhergang, 2020

Unfallhergang	Verletzte ¹			Getötete	Letalität	Verletzte pro 100 000 Einwohner/-Innen
	Leichtverletzte	Mittelschwerverletzte	Schwerverletzte, Invalide			
Sturz						
Sturz auf gleicher Ebene	146 590	19 330	7 590	2 016
Sturz aus der Höhe	42 790	9 140	2 440	632
Sturz auf Treppe, Stufe	42 260	4 790	3 250	584
Anderer Sturz	5 870	0	0	68
Total Sturz	237 510	33 260	13 280	1 680	59	3 301

Quelle: bfu, Statistik der Nichtberufsunfälle und des Sicherheitsniveaus in der Schweiz, 2023

Folgen von Stürzen auf volkswirtschaftlicher Ebene

Kosten von Sturzunfällen, nach Verletzungsschwere und Alter, Ø 2016–2020

Alter	Verletzte ¹				Getötete	Total
	Leichtverletzte	Mittelschwerverletzte	Schwerverletzte	Invalide		
Materielle Kosten (in Mio. CHF)						
0–16	85	49	26	14	7	181
17–64	213	280	555	256	149	1 454
65+	136	250	465	136	678	1 665
Total	434	579	1 046	407	834	3 300

Quelle: bfu, Statistik der Nichtberufsunfälle und des Sicherheitsniveaus in der Schweiz, 2023

Überblick zu "Sturz adé"

– Zielgruppe

– Inhalte

- Sturzkreislauf
- Heimprogramm
- Hilfsmittel
- Bodentraining
- Ernährung im Alter
- Sicher unterwegs im ÖV



Unser Fazit

- Verbesserungen beim SPPB und FES-I
- Positive Rückmeldungen
- Highlights
- Herausforderungen



Quellenangaben

- Bfu, Statistik der Nichtberufsunfälle und des Sicherheitsniveaus in der Schweiz, 2023, abgerufen am 07.11.2024, [Stürze verhindern – Stürze können jeden treffen | BFU](#)