

Fachtagung Sturzprävention Mecklenburg-Vorpommern



19. Oktober 2017, Volkshochschule Schwerin



Das Netzwerk Sturzprävention M-V

offenes Kooperationsforum unter dem Dach der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung M-V e. V.

Ziel

Reduktion von Stürzen und Verringerung der gesundheitlichen Folgen für die Betroffenen und die Gesellschaft

Aufgaben

- Herstellung von Synergien
- Öffentlichkeitsarbeit auf kommunaler Ebene sowie auf Landes- und Bundesebene
- Vernetzung mit Akteuren zum Thema Sturzprävention
- Initiierung von Aktionen und Projekten



Das Netzwerk Sturzprävention M-V

- Mecklenburg-Vorpommern als "Laborfeld" zum demographischen Wandel für die gesamte Bundesrepublik
- Sturzthematik lag auf der Hand
- Initiative ging von der Landesarbeitsgemeinschaft Sport und Gesundheit M-V beim Landessportbund M-V aus
- einige Akteure sind zugleich Mitglied in der LVG M-V
- daher Ansiedlung des Netzwerkes Sturzprävention bei der LVG M-V im Jahr 2010



Arbeitsweise

- 3 - 4 Arbeitstreffen im Jahr
- jeweils bei einem Netzwerkpartner
- Einladung und Protokoll über LVG Geschäftsstelle

Arbeitsschwerpunkte

- Thema Sturzprävention in die gesundheitspolitische Diskussion einbringen
- Aktivierung der Netzwerke der Mitglieder
- Initiierung und Unterstützung von Projekten
- Einbeziehung von Experten und wissenschaftlichen Einrichtungen
- Neue Netzwerkpartner gewinnen

Darstellung der Arbeit auf der LVG-Webseite www.gesundheitsfoerderung-mv.de/arbeitsbereiche/netzwerk-sturzpraevention-mecklenburg-vorpommern



Netzwerkpartner

- AOK Nordost
- Ärztekammer Mecklenburg-Vorpommern
- Dr. Ebel Fachkliniken GmbH & Co „Moorbad“ Bad Doberan KG
- Kommunale Beratungsstelle Vorpommern-Greifswald
- Landessportbund M-V e. V.
- Landesturnverband M-V e. V.
- Rostocker Straßenbahn AG
- SMS Sattler & Mahlitz Sportgeräte GbR/ Institut für Gesundheitssport & Trainingsanalyse Greifswald

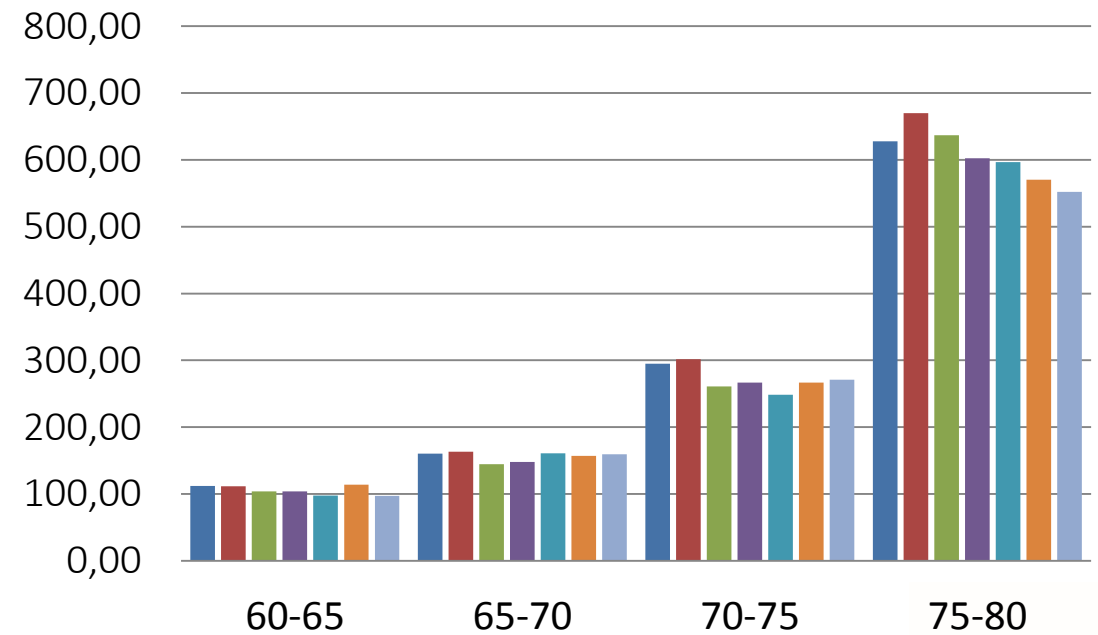


Zielsetzung

Reduktion der sturzbedingten Hüftfrakturen im Jahre 2020 um - 2 %

Stationäre Behandlungsfälle S72 Fraktur des Femurs 2005-2011 je 100.000 Einwohner

Jahr	60-65	65-70	70-75	75-80	60-80
2005	118	196	258	379	951
2006	101	204	277	427	1009
2007	85	179	252	423	939
2008	82	176	273	410	941
2009	77	180	268	420	945
2010	98	158	298	423	977
2011	96	138	310	433	977
2020					1010
2030					1014



Projekte der Netzwerkpartner

„Anti-Sturz-Training“ der AOK Nordost

Besonders geschulte Pflegefachkräfte vermitteln, wie im häuslichen Umfeld Stürze vermieden werden.

- Stolperfallen und Gefahrenquellen erkennen
- Gleichgewichts- und Krafttraining

Übungseinheiten im eigenen Haushalt oder in Trainingsgruppen

In 219 Pflegedienste wurden Pflegefachkräfte speziell geschult.

Training zur Sturzvermeidung (für AOK-Versicherte kostenfrei)

Ambulante Sturzprävention „Sicher- und Aktivsein im Alter“ der AOK Nordost

Ehrenamtliche und Mitarbeiter ambulanter Senioreneinrichtungen werden als Trainingsgruppenleiter geschult und führen anschließend dauerhaft Seniorengruppen.

- Beratung zur Vermeidung von Sturzgefahren
- Balance- und Krafttraining,
- Koordinationstraining mit kognitivem Anteil
- Technik zum sicheren Aufstehen nach einem Sturz

Die Teilnahme ist für alle Senioren kostenfrei.



Projekte der Netzwerkpartner

Ärzttekammer M-V:

„Mobil bis ins hohe Alter“ - Informationsblatt zur Vorbeugung von Sturzunfällen im Alter

Zielgruppe: Ärzteschaft sowie für Patienten und Angehörige

Inhalte

- Hinweise zur Überprüfung häuslicher Gefahren und Gewohnheiten
- Erläuterung von Übungen zur Förderung der Koordination
- Ursachen des altersspezifischen Sturzrisikos
- Benennung umgebungsgebundene Faktoren

Faltblätter „Mobil bis ins hohe Alter“ kostenlos über Ärztekammer M-V



Projekte der Netzwerkpartner

Institut für Gesundheitssport & Trainingsanalyse Greifswald (IGT) und SMS Sattler & Mahlitz Sportgeräte GbR

„Organisation von wohnortnahen Sturzpräventionsangeboten“

Untersuchung zum Bewegungsverhalten älterer Menschen und von wohnortnahen Präventionsangeboten in Zusammenarbeit mit der Universitätsmedizin Greifswald – Klinik und Poliklinik für Chirurgie und Verein VITAK e.V. (2012)

- Wirksamkeit und die Akzeptanz von Bewegungsangeboten
- Organisationsform für Bewegungsangebote im Freiraum erproben
- Ableitung von Handlungsempfehlungen

Ergebnisse:

Dauerhaftes Angebot von Trainingskursen des Vereins VITAK e.V.

Zertifizierter Präventionskurs nach § 20 SGB V,

Planungshilfe für die Errichtung von Bewegungsparcours im öffentlichen Raum Zertifikat



Projekte der Netzwerkpartner

Moorbad Bad Doberan

„Sturzmanagement der Dr. Ebel-Fachklinik „Moorbad“ Bad Doberan“

- 2008 Erfassungssystem für Sturzereignisse im Rahmen des Komplikationsmanagements etabliert

- 2009 Aufbau eines Qualitätszirkels Sturzmanagement
Für alle in der Klinik gestürzten Patienten und Rehabilitanden mit Sturzereignis, das zur Einweisung führte
 - Bestimmung des Sturzrisikos mittels Checkliste
 - Sturzttest
 - dreigestuftes therapeutisches Modul etabliert

- 2015
 - Wissenschaftlichen Analyse der Sturzhäufigkeiten von 2010 bis 2014
 - entsprechende Anpassung des Sturzmanagements
 - weiterhin jährliche Analysen zum Sturzgeschehen in der Klinik

- 2017 In Vorbereitung:
 - Erweiterung des Sturzmanagements auch um Patienten ohne bisheriges Sturzereignis, die aber eine erhöhte Sturzgefahr in sich bergen
 - Modifikation des bisher genutzten Stutztests und der Risikoanalyse



Projekte der Netzwerkpartner

Landessportbund M-V e. V.

Zertifizierte Gesundheitssportangebote zur Sturzprävention

www.gesundheitssport-mv.de

Gesundheitssport

Mecklenburg-Vorpommern

- [Startseite](#)
- [Angebotssuche](#)
- [Rezept für Bewegung](#)
- [Präventionssport](#)
- [Rehabilitationssport](#)

Gesundheitssportangebote der Sportvereine in M-V



Bitte in die Karte klicken



Partner				
				
Landsturnverband M-V	Leichtathletikverband M-V	Schwimmverband M-V	Tischtennisverband M-V	Verband für Behinderten- und Rehasport



Projekte der Netzwerkpartner

Landesturnverband MV

Partner im Netzwerk Sturzprävention

- Gesundheitssportangebote mit dem Fokus „Sturzprävention“ in den Turn- und Sportvereinen M-V's
- Organisation von Fachtagungen- und Kongressen im Land M-V
- Fachlicher Austausch zu Fragen der Sturzprävention in Gremien auf Bundesebene
- Vereinsberatung in Hinsicht einer zielgruppenspezifischen Angebotsentwicklung
- Qualifizierung von TrainerInnen, ÜbungsleiterInnen, Fachpersonal im Pflege- und Altenpflegebereich
- Mitwirkung in kommunalen Netzwerken mit den Schwerpunkten Demografie und Gesundheitsförderung

Programme mit Qualitätssiegel „Pluspunkt Gesundheit.DTB“

- „Standfest und stabil“
- „Fit bis ins hohe Alter“



Projekte der Netzwerkpartner

Kommunale Beratungsstelle Greifswald

„Besser Leben und Wohnen im Alter durch Technik“

Musterwohnung und mobile Ausstellung unter dem Motto“ Informieren-Beraten-Erfahren-Erleben“

- ganzheitliche sowie hersteller- und anbieterunabhängig Information über moderne technische Assistenten
- moderne Technik zum anfassen und ausprobieren
- innovativen Hilfsmittel bekannt machen

weitere Informationsangebote

- Fachtage und Anforderungsworkshops für und mit unterschiedlichen mit Dienstleistern
- Weiterbildungsangebote z. B. „Bewegt durch den Alltag – Fit für die Pflege“
- Techniktrainings mit Hausmeistern



Projekte der Netzwerkpartner

„Rollatortraining“ der Rostocker Straßenbahn AG

- Abholung der Teilnehmer, von der wohnortnahen Haltestelle durch einen (Extra-) Bus.
- Prüfung Funktionstüchtigkeit sowie korrekte Einstellung des Rollators
- Dauer: ca. 2,5h incl. Beförderung

Stationsbetrieb: Station 1: Parcours mit Rollator

- Richtungswechsel, Bewältigen von Hindernissen
- sicheres Aufstehen
- ggf. Übungen für die Balance

Station 2: Teilnahme im Straßenverkehr

- Hinweise zu auffallende Bekleidung in der Dunkelheit
- Verhalten auf Gehwegen

Station 3: Übungen am und im Fahrzeug (z. B. sicheres Ein- und Aussteigen)



Projekte der Netzwerkpartner

Abgeschlossene Projekte

Sturzmodul im Projekt „Arzt-entlastende, Gemeinde- nahe, E - Health-gestützte, Systemische Intervention (AGnES)“

Institut für Community Medicine der
Universität Greifswald (2010-2012)

*ARGuS-Sturzprogramm auf Basis der Arbeiten von Freiburger und
Schöne in 6 Modulen*

ARGUS e.V. Schwerin (2010-2012)

*Sturzinterventionsprogramm im Rahmen des Aktionsprogramms
"Modellvorhaben der Raumordnung" (MORO) des Bundesminis-
teriums für Umwelt, Naturschutz, Bau und Reaktorsicherheit
(BMUB).*

Institut für Präventionsmedizin der
Universität Rostock (2012 bis 2017)

www.gesundheitsfoerderung-mv.de

