



## STURZGEFAHR

Maßnahmen  
zur Vermeidung  
von Stürzen

**MEDICLIN**   
**ALBERT SCHWEITZER KLINIK**  
**BAAR KLINIK**

# Willkommen im starken Verbund der MEDICLIN

einem Anbieter von integrierten  
Gesundheitsdienstleistungen in  
Deutschland.

Die Gefahr zu stürzen steigt ab dem 60. Lebensjahr an. Sich nach einem Sturz nicht wieder alleine aufrichten zu können, ist für die Betroffenen eine unangenehme Situation. Das Resultat sind oft Ängste und Schmerzen. Ein Sturz kann Auswirkungen auf die Lebensführung und das Selbstwertgefühl der Betroffenen haben.

Um das Risiko von Stürzen zu minimieren, sind wir sowohl auf Ihre als auch auf die Mithilfe und Unterstützung Ihrer Angehörigen angewiesen. Bitte lesen Sie deshalb die folgenden Empfehlungen sorgfältig durch und versuchen Sie, diese im Alltag umzusetzen.



**Bei Aufnahme in unsere Reha-Klinik ist es wichtig, dass Sie sich möglichst schnell in der neuen Umgebung zurechtfinden.**

**DIE NACHFOLGENDEN PUNKTE  
SOLLTEN SIE DABEI BERÜCKSICHTIGEN:**

- Bitte machen Sie sich mit der Einrichtung in Ihrem Zimmer vertraut. Lassen Sie sich die Funktionsweise Ihres Bettes sowie der Klingel vom Pflegepersonal wiederholt erklären, wenn Sie diese nicht verstanden haben.
- Merken Sie sich gut, wo sich der Lichtschalter befindet. Schalten Sie die Beleuchtung frühzeitig ein.
- Legen Sie alltägliche Gebrauchsgegenstände wie Ihre Hausschuhe, Brille immer am selben Platz ab. Besonders wichtig ist, dass Sie die Klingel immer in Reichweite haben.
- Vermeiden Sie das Laufen auf feuchten Fußböden.
- Achten Sie auf rutschfestes, geschlossenes Schuhwerk.
- Wenn Sie im Bett gerne Socken tragen, sollten Sie sogenannte Stoppersocken wählen. Diese haben eine rutschhemmende Sohle. Sie erhalten diese in Textilfachgeschäften.
- Wenn Ihnen das Bett sehr schmal erscheint und Sie Angst haben hinauszufallen, fragen Sie bitte bei uns nach.

*Wir helfen Ihnen gerne dabei.*



## **BITTEN SIE JEDERZEIT UM BEGLEITUNG UND UNTERSTÜTZUNG, WENN**

- Sie häufig stürzen oder beim Gehen unsicher sind.
- Sie bei der Handhabung von Gehhilfen, Rollatoren usw. unsicher sind.
- Sie nach der Einnahme von Medikamenten z.B. unter Unwohlsein, Schwäche oder Gleichgewichtsstörungen leiden.

## **Des Weiteren ist uns wichtig, dass Sie unser Pflegepersonal informieren, falls**

- Sie vor Ihrem Aufenthalt bereits gestürzt sind.
- Ihre Beweglichkeit oder Wahrnehmungsfähigkeit eingeschränkt sind.
- Sie schlecht sehen.
- Sie unter Gleichgewichtsstörungen oder Schwindelanfällen leiden.
- bei Ihnen Konzentrations- und/oder Gedächtnisschwächen auftreten.
- Sie Arzneimittel einnehmen, auch wenn diese nicht verschreibungspflichtig sind.



**Trotz aller Vorsichtsmaßnahmen  
kann es immer wieder zu Stürzen  
kommen. Unser Pflegepersonal  
berät Sie gerne individuell über  
die konkreten Möglichkeiten,  
einem Sturz vorzubeugen.**

**MEDICLIN Albert Schweitzer Klinik**

**MEDICLIN Baar Klinik**

Herz-, Kreislauf- und Gefäßerkrankungen

Atemwegserkrankungen, Allergien und Schlafmedizin

Parkstr. 10

78126 Königsfeld

Telefon 0 77 25 96-0

Telefax 0 77 25 96-21 74 oder 0 77 25 96-22 97

info.albert-schweitzer@mediclin.de

info.baar-klinik@mediclin.de

## Anfahrtsbeschreibung

