

Süderl

Die Angst vorm Fallen

Großes Interesse am Vortrag von Geriater Dr. Guido Orth im Krankenhaus

VON HARTMUT DAMSCHEN

Plettenberg – Als Kind war ein Sturz kein Problem. Schürfwunden, blaue Flecken und wenn es ganz arg kam, brach auch schon einmal ein Knochen. Das bedeutete einen Gipsverband, eine Zeit lang schulfrei, keine Hausaufgaben oder eine Klassenarbeit sowie ein besonderes Ansehen bei den Schulkameraden mit vielen Autogrammen auf dem Gips. Eigentlich also eine Superzeit.

Doch was bedeutet es im Alter zu stürzen? Dr. Guido Orth, seit ein paar Monaten Chefarzt für Geriatrie am Plettenberger radprax-Krankenhaus, definierte „im Alter“ ab einer Lebenszeit von 65 bis 70 Jahren. Der jeweilige Gesundheitszustand des Betroffenen, spielt natürlich eine große Rolle: „Stürze brechen nicht nur die Knochen, sie brechen auch die Moral und das Selbstvertrauen.“

Vor einem Sturz im Alter haben laut Statistik 50 Prozent aller über 70-jährigen Angst. Im Bekanntenkreis hat man immer genügend warnende Beispiele: „Nee, wenn man da mal ans Liegen kommt...“ und „Haste schon gehört, der hat sich den Oberschenkelhals gebrochen und ist erst nach drei Tagen gefunden worden!“ Und: Wer einmal gefallen ist, so Dr. Orth, kann leicht in einen Teufelskreis der Angst vor weiteren Stürzen geraten. Er wird inaktiv, somit noch unbeweglicher und kann dadurch noch schneller fallen.

Eine lange Liste an Risikofaktoren außer dem Alter ist sturzgefährdend: Beispielsweise Seh- und auch Hörstörungen, wenn man weiblichen Geschlechts ist (Frauen fallen laut Statistik häufiger als Männer), Teppichkanten, schwere Allgemeinerkrankungen, mehr als vier Medikamente pro Tag, Demenz, Schlaganfall, Depression und/oder eine schwere Allgemeinerkrankung. Die Liste ist noch lange nicht am Ende.

Die Angst, nach einem Sturz wieder zu fallen, ist nicht ganz unbegründet, wie der Chefarzt erklärte: In 60 bis 70 Prozent gibt es innerhalb eines Jahres erneute Stürze. 10 bis 20 Prozent aller Stürze führen zu Verletzungen, 3 bis 5 Prozent führen zu Frakturen und nur 1 Prozent zu den von den Patienten so sehr gefürchteten hüftgelenknahen Frakturen. Osteoporose begünstigt einen solchen Bruch.

Den Gang zum Arzt nach einem Sturz sollte bei



Der Geriater am Plettenberger Krankenhaus Dr. Guido Orth referierte zum Thema Sturz.

FOTO: DAMSCHEN



„ Stürze brechen nicht nur die Knochen, sie brechen auch die Moral und das Selbstvertrauen.“

Dr. Guido Orth, Chefarzt für Geriatrie in Plettenberg

Schmerzen und Wunden, Übelkeit, Luftnot, Bewusstseinsstörungen, Schwindel, Häufung von Sturzereignissen und jedem nicht erklärten Sturz angetreten werden. Sturzangst ist ein eigenständiger Faktor.

Verletzt sich ein älterer Patient bei einem Sturz, sollte die 112 angerufen werden. In der Krankenhausambulanz erfolgt die interdisziplinäre Erstversorgung.

Integrative Geriatrie

Die weiteren Maßnahmen wie stationäre Aufnahme und/oder eine erforderliche Operation können sich anschließen.

„Das Plettenberger Krankenhaus bietet den Vorteil der integrativen Geriatrie“, erklärte Dr. Orth. Das heißt, dass der Patient, gleich auf



Die Cafeteria platze aus allen Nähten – viele Interessierte waren gekommen.



Justyna Barhankzi beim Test mit Dr. Orth.

Fritz Boy als Einläder des Fördervereins freute sich, den engagierten Internisten mit der Zusatzqualifikation des Geriaters vorstellen zu können. Die Geschäftsführerin des Krankenhauses, Barbara Teichmann, setzte noch einer drauf: „...und er will auch bleiben“, was die vielen Gäste in der überfüllten Cafeteria mit großem Applaus be-

dachten. Im Anschluss nutzten noch viele Besucher die Gelegenheit, das fachliche Gespräch mit Dr. Orth zu suchen, was die Wichtigkeit des Themas unterstrich.

Zur sinnvollen Ergänzung hatte Renate Hermes von der Selbsthilfegruppe Osteoporose einer Info-Station aufgebaut.