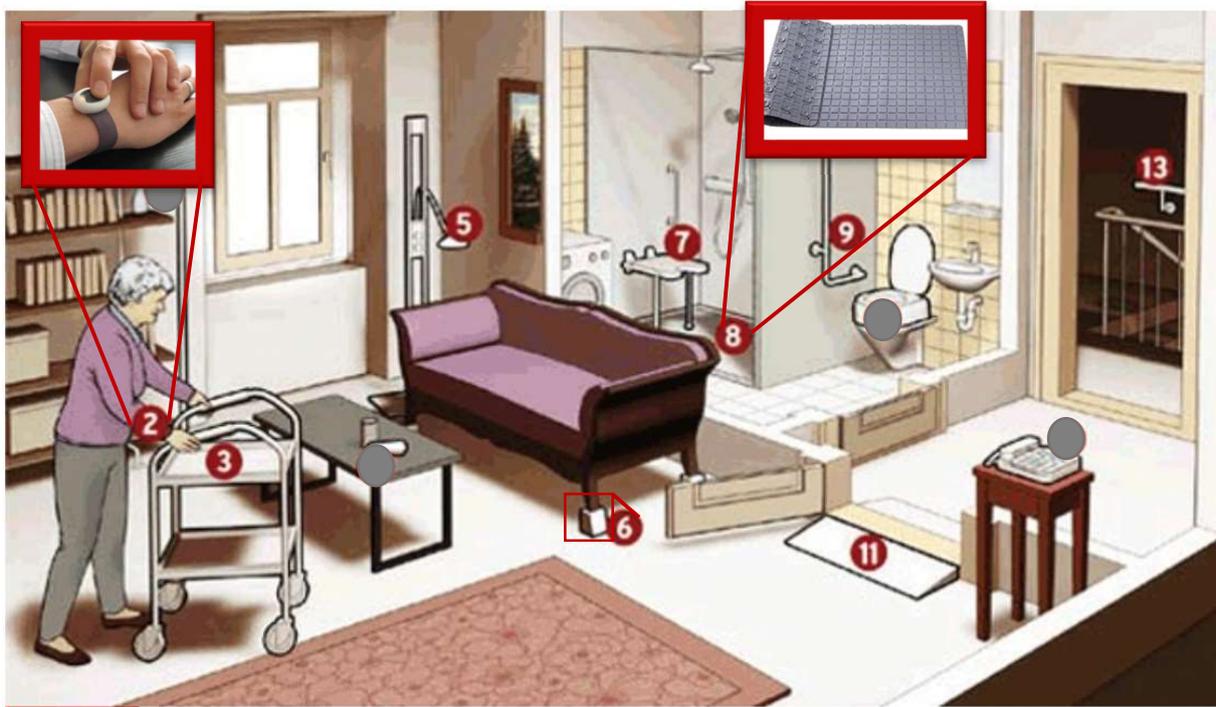


## Aufgabe 1: Erläutern Sie die Dargestellten Massnahmen zur Sturzprävention. (9P) → Je 1-2 Sätze



Musterlösung:

2. Notrufsender am Handgelenk: Wer stürzt und nicht mehr aufstehen kann, hat mit diesem Sender die Möglichkeit, Hilfe herbeizurufen.
3. Transportwagen: Mit einem Transportwagen lassen sich Bücher, -Geschirr oder die Wäsche problemlos transportieren – zugleich dient er als Stütze beim Gehen.
5. Licht: Ältere Menschen brauchen mehr Licht als jüngere. Mit einer ausreichenden Beleuchtung kann man nicht nur besser lesen, sondern fühlt sich auch sicherer in den eigenen vier Wänden.
6. Bett/Sofa: Sitz- und Liegegelegenheiten lassen sich von einem Schreiner erhöhen. So werden das Aufstehen und das -Ankleiden einfacher.
7. Eine Sitzgelegenheit in der Dusche erleichtert die persönliche Hygiene.
8. Die Rutschgefahr in Badewanne und Dusche lässt sich auf zwei Arten beseitigen: mit einer Badematte oder mit aufklebbaren Antirutschstreifen – oder mit einer -chemischen Nachbehandlung des Belags. -Letzteres ist sicherer und hygienischer.
9. Haltegriff: Ein L-förmiger Haltegriff erleichtert das Aufstehen im Badezimmer – bei Toilette und Badewanne. Er sollte von einem Fachmann befestigt werden.
11. Türschwellen/Kabel/Teppiche: Mit einem Keil kann ein Fachmann die Stolpergefahr bannen. Frei liegende Kabel sind entlang der Wand oder der Türschwelle anzubringen. Bei Teppichen sorgt eine Gleitschutzunterlage für Sicherheit.
13. Dank einem zweiten Handlauf an der Wand kann man sich an der bequemeren Seite oder beidseitig festhalten. Treppenkanten können zudem mit einer kontrastreichen Farbe gekennzeichnet werden – auch das erhöht die Trittsicherheit.

## Aufgabe 2: Sturzrisikoassessment (7 P)

a) Füllen Sie die Lehren Felder im Schema des Sturzassessments aus (3 P)



- Da in Aufgabe b) interne und externe Faktoren bereits erwähnt wurden, gibt nur die Kombination mit minimieren (oder einer gleichwertigen Beschreibung) Punkte.

b) Nennen Sie je zwei Interne und zwei externe Faktoren des Sturzrisikos (2 P)

→ 0.5 P pro Faktor (Max. 2 Interne und zwei externe Faktoren bewerten, werden mehr Begriffe genannt, zählen die ersten zwei Nennungen)

- Ich gebe hier nur eine Auswahl von Internen und externen Faktoren, da die SuS auch Faktoren aus ihrem Berufsalltag nennen können.

Interne Faktoren	Externe Faktoren
Altersphysiologische Veränderungen: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anpassungsfähigkeit and die Lichtverhältnisse (Hell-Dunkel-Anpassung)</li> <li>- Balancefähigkeit</li> <li>- Veränderung des Gangbilds (Abnahme der Gehgeschwindigkeit, Schrittlänge und Schritthöhe)</li> </ul>	Einrichtungsgegenstände, Beschaffenheit der Fussböden, Beleuchtung der Räume
Osteoporose (Höheres Frakturrisiko)	Hilfsmittel
Risiko für eine kurzfristige Hypotonie (Schwindelgefahr)	Art und Zustand der Schuhe
	Sie lebt alleine

- c) Nennen Sie je eine Massnahme um das Risiko der genannten Faktoren zu minimieren (2 P)  
 → 0.5 P pro Massnahme (Es wird nur eine Massnahme pro in Aufgabe b) genanntem Faktor bewertet (die erste genannte Massnahme))  
 → Die Punkte werden vergeben, wenn die Massnahme geeignet ist, den betreffenden Risikofaktor zu minimieren.  
 → Dies ist nur eine Auswahl von geeigneten Massnahmen

Risikofaktor	Massnahme
Anpassungsfähigkeit and die Lichtverhältnisse (Hell-Dunkel-Anpassung)	Gute, blendfreie Beleuchtung mit einfach erreichbaren Lichtschaltern
Balancefähigkeit	Balancetraining, Tanzen, ...
Veränderung des Gangbilds (Abnahme der Gehgeschwindigkeit, Schrittlänge und Schritthöhe)	Krafttraining, Balancetraining, Tanzen, Wandern, Schwimmen, Velo fahren, Gymnastik
Osteoporose (Höheres Frakturrisiko)	Hüftprotektoren
Risiko für eine kurzfristige Hypotonie (Schwindelgefahr)	Sitzgelegenheiten beim Bett und im Bad
Einrichtungsgegenstände, Beschaffenheit der Fussböden, Beleuchtung der Räume	Entfernung von Stolperfallen (Kabel, Teppiche)
Hilfsmittel	Halter für den Gehstock
Art und Zustand der Schuhe	Geschlossene Schuhe mit niedrigem und breitem Absatz. Intakte Sohle mit gutem Profil Antirutschsocken
Sie lebt alleine	Notrufsender am Handgelenk