

Konzept Sturzprophylaxe im Rahmen des KAP

Das will das Projekt «Sturz»

Die Ausgangslage. Gemäss der Beratungsstelle für Unfallverhütung (bfu) stürzen in der Schweiz jährlich rund 280'000 Personen. Die Stiftung für Patientensicherheit sagt dazu: «In der Schweiz stürzen etwa ein Drittel der 65-jährigen und älteren Menschen mindestens einmal im Jahr. 1'000 Personen davon sterben an den Folgen dieses Sturzes. Stürze kommen nicht nur häufig vor, sondern haben oft auch schwere Verletzungen zur Folge».

Sturz – ein Thema im Kanton Schwyz. Das Thema «Sturz» findet sich im Ziel Nr. 6 des kantonalen Aktionsplan KAP : «Im Kanton Schwyz wird die Sturzprävention sowohl durch Leitende von Bewegungskursen als auch durch Gesundheitsfachpersonen bei den älteren Menschen thematisiert und die Vermeidung von, oder der Umgang mit Stürzen wird mit geeigneten Massnahmen gefördert.» Zusätzlich zu diesem Ziel hat das Amt für Gesundheit 2012 im Gesamtkonzept für Gesundheitsförderung unter «Ziele mit erwägenswerten Massnahmen» (Strategie 4) «Präventive Hausbesuche durch die Spitex mit Fokus auf Sturzprävention und Ernährung» vorgeschlagen. Grund genug, sich auch aus Sicht der Spitex mit dem Thema zu befassen.

Prävention. Bekannt und im Bewusstsein der Bevölkerung sind im Zusammenhang mit Sturz einerseits die «Verhältnisprävention» (Entfernen von Stolperfallen, Bodenbelag, Schuhe, Beleuchtung usw.). Andererseits wird auf die Verhaltensprävention gesetzt (Kraft und Gehtraining). Für beide Präventionsarten nutzen die verschiedenen medizinischen Berufe Instrumente zur Risikoerkennung und Risikobeurteilung.

Kompetenzorientierte Prävention. Das Projekt «Sturz» des Spitex Kantonalverbandes Schwyz erweitert die beiden oben genannten Präventionsarten um die kompetenzorientierte Prävention. Dabei geht es darum, die Bewegungskompetenz der sturzgefährdeten Menschen im Alltag zu erweitern. Im Hintergrund dieses Ansatzes steht die Tatsache, dass Menschen, die sich selbst vom Boden ins Stehen und umgekehrt bewegen können, a) weniger stürzen und b) dadurch lernen zu fallen anstatt zu stürzen.

Ziele. Die Pflegenden der ambulanten Pflege und die Spitex Basisorganisationen

- verfügen über vertieftes Fachwissen der Sturzprophylaxe bei KlientInnen, wenden Assessments an, initiieren geeignete Ziele und wenden Massnahmen der Verhältnisprävention und der Verhaltensprävention an.
- kennen den Zusammenhang zwischen Bewegungskompetenz und Sturzgefahr und sind in der Lage, zusammen mit den KlientInnen und deren Familien eine individuelle Unterstützung zur Erweiterung der Bewegungskompetenz in den Alltag zu integrieren.
- bieten der Bevölkerung aufsuchende Beratung zur Sturzprophylaxe an.
- Zusätzlich wird die Sturzprävention der Spitex wird mit den übrigen Angeboten im Kanton Schwyz koordiniert, sodass Synergien entstehen können.

Konkrete Umsetzung

Aufbauend auf der in der Grundausbildung der FAGE und der Ausbildung zur Pflegenden HF, in welche ein Kinaesthetics-Grundkurs integriert ist, werden analoge und digitale Schulungsmodulare sowie fachliche Unterlagen entwickelt, welche den Spitex Basisorganisationen und ihrem Personal ermöglicht, die drei oben beschriebenen Präventionsebenen in den Spitex Alltag zu integrieren. Das Projekt läuft in vier Phasen ab:

Phase 1: Konzeptionsphase. In dieser Phase wird die curriculare Vorbereitungsarbeit geleistet: Analoge und digitale Lerngefässe werden geschaffen. Diese Phase ist Mitte 2022 abgeschlossen.

Phase 2: Pilotphase. In der Pilotphase werden zusammen mit einer Spitex Basisorganisation die Schulungsmodulare getestet und in Form von Fokuslernprojekten erste Praxiserfahrungen gesammelt.

Phase 3: Umsetzungsphase. Diese Phase dauert von 2023 - 2025. Im Rahmen des Projektes «Spitex SZ, Wege in die Zukunft» (WiZ) wird in Zusammenarbeit mit den Spitex Basisorganisationen die Umsetzung des Sturz-Präventionskonzeptes konkretisiert und in den Spitex Alltag integriert. Die Wirkungen werden evaluiert.

Phase 4: Übergang in den Regelbetrieb. Der SKSZ definiert zusammen mit den Spitex Basisorganisationen die Minimalstandards der Sturzprävention der Spitex im Kanton Schwyz.

Aktueller Stand des Projekts

Verzögerung durch Corona. Das Projekt ist aufgrund der Covidsituation verzögert. Die Spitex Muotathal hat im Herbst 2021 als Team eine Kinaesthetics Grundkurs Schulung begonnen und wird das Thema Sturz als Umsetzungsthema in den Spitex Alltag integrieren.

Kooperation. Das Projekt wird in Kooperation mit Kinaesthetics Schweiz, dem Berufsverband der Kinaesthetics-TrainerInnen der Schweiz und der *stiftung lebensqualität* in Siebnen realisiert. Die kompetenzorientierte Sturzprävention ist ein inhaltlicher Teil der Lernwerkstatt für Pflegende Angehörige.

Finanzierung. Zusätzlich zu den CHF 35'000 durch KAP konnten bisher CHF 20'000 durch Fundraising aufgebracht werden.