



Standfest im Alter – Stürzen vorbeugen

Stürze stellen für den aktiven Menschen ein natürliches Lebensrisiko dar – jeder, der sich bewegt, geht dieses Risiko ein. Mit zunehmendem Alter kann ein Unfall die Betroffenen in ihrem alltäglichen Leben einschränken und die Freude an der Bewegung nehmen.



DGKS Simone Ellinger, Trainerin für Sturzprophylaxe & Beraterin für Sturzprävention & -ereignis in der Pflege

Ein Sturz muss keineswegs schwere Verletzungen zur Folge haben, um das Leben älterer Menschen zu verändern. Oft reicht ein zunächst harmlos erscheinender Schreck aus. Nicht selten wird nach einem solchen Ereignis mehr Hilfe benötigt, um die Hürden des Alltags zu bewältigen. Wenn auch keine offensichtlichen Verletzungen sichtbar sind, das Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten schwindet immer. Häufig kann sich aus einem Sturz oder „Beinahesturz“ eine Angst entwickeln, die den Menschen stark einschränkt oder sogar lähmt.

Angst kann lähmen

Oft reduzieren die Betroffenen ihre Aktivitäten und ziehen sich zurück, um jeder möglichen Gefahr „auszuweichen“. Durch Inaktivität und Trainingsmangel wird die Sturzgefahr noch weiter erhöht. Körperliches



istockphoto, vanderVelden

Training ist nachgewiesenermaßen am effektivsten, um solchen Unfällen vorzubeugen.

Die Sturzrisiken

Ein Sturz ist ein Zusammenspiel mehrerer Faktoren: In der Pflege werden so genannte Risikofaktoren in intrinsische (= innerliche) und extrinsische (= äußerliche) unterteilt. Zu den inneren Faktoren zählen alle Risiken, die den jeweiligen Pa-

tienten selbst betreffen: Erkrankungen, sein Alter, bereits erlebte Stürze etc. Äußere Risiken ergeben sich aus dem direkten räumlichen Umfeld des Einzelnen: Beleuchtung, Hindernisse, Schuhe – aber auch Hilfsmittel wie Brille, Hörapparat, Gehhilfsmittel.

Das Wissen über solche Risikofaktoren und das Erkennen derselben helfen, in der Betreuung von Menschen vorbeu-

gend tätig zu werden. Pflegende können gezielt Maßnahmen setzen, die Stürze verhindern bzw. Verletzungen minimieren. Diese betreffen den Menschen selbst, aber auch sein Umfeld, und können ebenso in einem gezielten Bewegungstraining bestehen wie im Anbringen besserer Beleuchtung im Gang.

1 x 1 der Pflege & Schulungen

Im BKH Kufstein wird der Sturzprävention große Beachtung geschenkt. Seit 2009 stehe ich meinen Kollegen, Patienten und deren Angehörigen, aber auch Interessierten im Rahmen der Veranstaltungen „Das kleine 1 x 1 der Pflege“ beratend zum Thema Sturzprävention zur Verfügung. Zu meinen Aufgaben gehören auch regelmäßige hausinterne Schulungen zum Thema „Sturzprävention in der Pflege“.

Die Prävention fängt mit dem pflegerischen Erstgespräch zwischen der Pflegeperson und dem Patienten an. Während diesem Gespräch werden sturzbeginnstigende Risikofaktoren erhoben. In weiterer Folge setzen die Pflegemitarbeiter nötige präventive Maßnahmen um – dies stets unter Berücksichtigung des allgemeinen Zustandes des Patienten, denn nicht immer ist jede Maßnah-

me umsetzbar.

Ein wichtiger Schwerpunkt in der Pflege und Betreuung der Patienten ist das Erhalten und Fördern ihrer Fähigkeiten und ihrer Aktivität.

Technische Hilfe

Im Krankenhaus bietet sich nicht nur die Möglichkeit an, „das Bett – so wie es der Patient von zu Hause kennt – an die Wand zu schieben“, sondern auch die Verwendung von Hilfsmitteln. Einer dieser kleinen Helfer ist die Sensormatte, die bei Kontakt mit dem aufstehen wollenden Patienten umgehend die Pflege per Alarm informiert. Das erleichtert die Betreuung von unruhigen, desorientierten und sturzgefährdeten Patienten.

Trotz aller Bemühungen seitens der Pflege müssen die Grenzen der Sturzprävention realisiert werden, denn nicht jeder Sturz oder eine dadurch bedingte Verletzung können verhindert werden.

Es wird generell empfohlen, jeden Sturz von ärztlicher Seite abzuklären, denn ein Sturz kann ein Hinweis auf eine körperliche Erkrankung sein.

Bewegung ist die beste Prävention überhaupt. Daher mein Appell an Sie: Bitte bleiben Sie aktiv!



Dir. Dr. Wolfgang Schoner

Liebe LeserInnen, liebe PatientInnen,

Unglücksfälle können jedes Unternehmen treffen. Einen gut funktionierenden

Betrieb misst man daran, wie gut er mit solchen Problemen umgehen kann. Vor wenigen Wochen gab es in unserem Krankenhaus auf Grund von Baumaßnahmen einen Wassereintrich. Das gesamte OP-Programm musste gestoppt werden. In einer großen gemeinsamen Kraftanstrengung gelang es innerhalb kürzester Zeit, Lösungen zu finden, um zumindest einen Teil unserer OP-Säle wieder benützen zu können. Hunderte Mitarbeiter im Haus – OP-Personal, Ärzte, Techniker, Reinigungskräfte – machten für Wochen Überstunden bis tief in die Nacht, um der Lage Herr zu werden. Mittlerweile sind alle OPs wieder voll einsatzbereit. Unsere Patienten haben vom Ausfall fast nichts bemerkt – was mir jedoch bleibt, ist der Eindruck von einem tollen, engagierten Team, das zum richtigen Zeitpunkt nahezu übermenschliche Kräfte mobilisieren konnte. Dafür möchte ich im Namen der Anstaltsleitung ganz offiziell **ein großes Dankeschön** aussprechen!

Ihr Verw.-Dir. Wolfgang Schoner

BKH Kufstein übernimmt Patronanz

Unser Krankenhaus übernimmt ab sofort die Patronanz des neuen Fachschwerpunkts für Augenheilkunde des Bezirkskrankenhauses Reutte.



BM Klaus Manz, Ellmau

Das BKH Reutte hat zur ortsnahen augenchirurgischen Versorgung seiner Patientinnen und Patienten einen Fachschwerpunkt für Augenheilkunde eingerichtet. Viele notwendige Operationen können so direkt im Heimatbezirk durchgeführt werden. Anders als in Kufstein handelt es sich dabei aber im rechtlichen Sinn nicht um eine eigenständige medizinische

Abteilung. So hat das BKH Reutte beim BKH Kufstein um die Übernahme der Patronanz für diesen Fachschwerpunkt angesucht. Die Augenabteilung des BKH Kufstein genießt einen ausgezeichneten Ruf. Primar Dr. Thomas Stöckl wird in Zukunft eng mit dem Leiter der Fachabteilung in Reutte zusammenarbeiten.

Die Anstaltsleitung hat die Übernahme der Patronanz befürwortet. Es freut uns, dass von unserem ärztlichen Know-how nun auch Patienten und Patientinnen in einem anderen Bezirk profitieren können. Daher hat der Gemeindeverband in der letzten Ausschusssitzung einstimmig beschlossen, diese Patronanz zu übernehmen.

Häufige Stürze können medizinische Ursachen haben



Prim. Univ.-Doz. Dr. Klaus Berek

Ein Drittel der zu Hause lebenden Über-65-Jährigen und ca. die Hälfte jener, die in Alters- und Pflegeheimen betreut werden, stürzen zumindest einmal pro Jahr.

Ein Sturz im höheren Alter hat oft schwere Verletzungen zur Folge. Neben ganz alltäglichen Gründen für Stürze (glatte Böden, herumliegende Kabel) kommen auch medizinische Ursachen in Betracht. Dazu zählen zum Beispiel so genannte Synkopen: Das sind kurzzeitige Durchblutungsstörungen des Gehirns – im Volksmund oft auch als Kreislaufkollaps bezeichnet. Charakteristisch dafür sind vorübergehender Bewusstseinsverlust, Reaktionslosigkeit

und fehlende Kontrolle über die Muskulatur. Bei häufigen Stürzen sollte das Vorliegen einer Synkope unbedingt vom Facharzt abgeklärt werden.

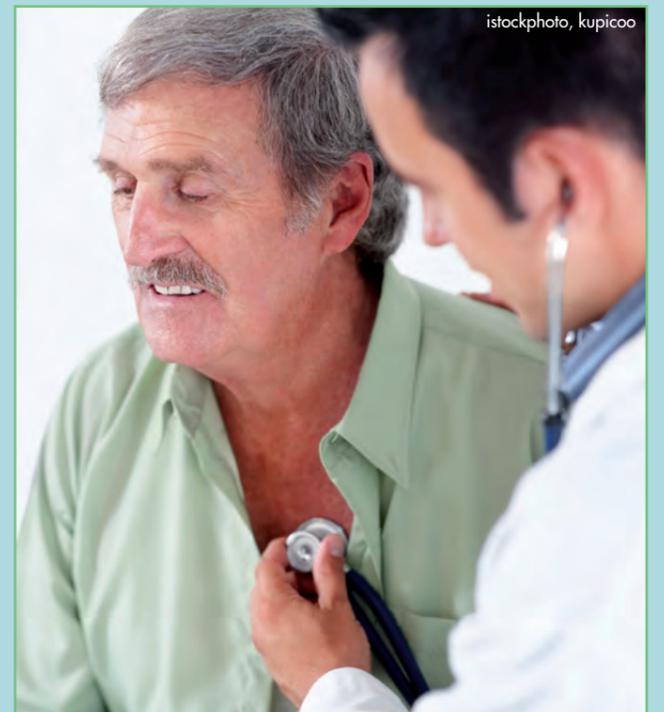
Auf Symptome achten

Die Symptome setzen langsam ein und reichen von Unwohlsein, Schwindel, Schwarz- oder Grausehen über allgemeine Muskelschwäche und kalten Schweißausbruch bis hin zur Bewusstlosigkeit. Etwa ein Drittel der Synkopen bei Patienten über 60 hängt mit dem Herz-Kreislauf zusammen. Dabei gibt es verschiedene Ursachen und Auslöser. Bei der häufigsten Synkope etwa wird die Ohnmacht durch emotionalen Stress, langes Stehen in warmen überfüllten Räumen oder Schmerz bedingt. Andere wiederum können nach starkem Hustenreiz auftreten oder durch plötzliches Aufrich-

ten aus sitzender oder liegender Position.

Der Facharzt kann die Ursache

der Beschwerden genau diagnostizieren und eine entsprechende Therapie empfehlen.



istockphoto, kupicoo

Bei häufigen Stürzen sollte das Vorliegen einer medizinisch relevanten Ursache unbedingt vom Facharzt abgeklärt werden.



Hygiene hat im Krankenhaus oberste Priorität!

Im Österreichischen Krankenanstaltengesetz ist die Hygiene gesetzlich verankert. Die darin vorgeschriebenen Maßnahmen dienen der Patientensicherheit und dem Schutz der Mitarbeiter. Um deren Einhaltung zu gewährleisten, müssen in jedem Krankenhaus Hygienebeauftragte bestimmt werden.



DGKS Angelika Embacher, Hygienefachkraft, akademisch geprüfte Pflegedienstleitung

Im Krankenanstaltengesetz ist die Krankenhaushygiene gesetzlich verankert. Im BKH Kufstein sind Frau OÄ Dr. Stefanie Lohwasser als hygienebeauftragte Ärztin und Frau DGKS Angelika Embacher, akademisch geprüft, als Hygienefachkraft für die Hygienebelange zuständig.

Wir verstehen unter Hygiene, vorbeugende Maßnahmen zu treffen, die der Gesunderhaltung



Die hygienische Händedesinfektion stellt die wichtigste, billigste und effizienteste Maßnahme dar, um Krankenhausinfektionen zu verhindern!

von Menschen (Patienten, Personal und Besuchern) dienen. Das heißt, unsere gesetzten Maßnahmen werden primär präventiv für die optimale Ver-

sorgung der uns anvertrauten Patienten eingesetzt. Die Hygiene im Gesundheitsbereich kann in sinnvoller Weise immer nur durch eine Berücksichtigung aller Gesamtaspekte durchgeführt werden. Das Hauptaugenmerk der Beteiligten hat daher der Patientensicherheit, dem Personalschutz und den Qualitätssicherungsmaßnahmen zu gelten!

sichtigung aller Gesamtaspekte durchgeführt werden. Das Hauptaugenmerk der Beteiligten hat daher der Patientensicherheit, dem Personalschutz und den Qualitätssicherungsmaßnahmen zu gelten!

Hygienegruppe und -team

Organisatorisch führen wir in unserem Haus eine Hygienegruppe, welche aus qualifizierten Pflegepersonen, einem Physiotherapeuten und einer Radiologietechnikassistentin besteht, sowie ein interdisziplinäres Hygieneteam, welches aus Pflegepersonen und Ärzten zusammengesetzt ist. Wir treffen uns regelmäßig zu Arbeitssitzungen, in denen diverse Neuerungen und Problemstellungen erörtert und diskutiert werden

– z. B. zuletzt gerade die aktuelle EHEC-Ausbruchssituation in Norddeutschland und deren mögliche Folgen, Einflussfaktoren und Gefahrenpotenziale, welche sich unter Umständen für unsere Institution ergeben könnten.

Händehygiene immer aktuell

Immer aktuell ist die Thematik Händehygiene, welche 2011 auch zum Schwerpunktthema in unserem Krankenhaus ernannt wurde. Um dieses wichtige Thema entsprechend breit zu kommunizieren, werden Fortbildungen für alle MitarbeiterInnen unseres Hauses angeboten – denn die hygienische Händedesinfektion stellt die wichtigste, billigste und effizienteste Maßnahme dar, um

Krankenhausinfektionen zu verhindern!

In Zeiten zunehmenden Kostendruckes im Gesundheitswesen, der auch vor Hygienemaßnahmen im Krankenhaus nicht Halt macht, ist es verführerisch, präventive Maßnahmen auf ihre Effektivität und im Besonderen auf ihre Kosten-Nutzen-Effizienz zu hinterfragen. Sinnvoll eingesetzte und durch internationale Studien belegte Hygienemaßnahmen helfen, Infektionen zu verhindern, Leben zu retten und Folgekosten zu verringern. Daher bedenken wir immer:

Hygiene liegt in unseren Händen und ist ein Zeichen des Respekts vor dem anderen, und Hygiene sollte für alle etwas Selbstverständliches sein!

Wundambulanz im A. ö. Bezirkskrankenhaus Kufstein: Hilfe bei schlecht heilenden Wunden

Bereits seit zwei Jahren ist an der Abteilung für Innere Medizin eine Wundambulanz eingerichtet.

Die Wundambulanz der Abteilung für Innere Medizin steht unter der Leitung von Dr. Elisabeth Fuchs-Dessl (Fachärztin für Dermatologie und Venerologie) und DGKP Hermann Schlögl (zertifizierter Wundmanager).

Sie sind Ansprechpartner für niedergelassene Ärzte und Pflegeheime und deren Patienten bzw. Klienten mit schlecht heilenden Wunden wie Beingschwüren, Druckgeschwüren, Wunden bei Diabetikern oder bei Hauttumoren.

Nach einer ausführlichen Anamnese und Abklärung der Ursache

wird eine Erstversorgung vorgenommen. Anschließend erstellen die Experten ein Konzept für die weitere Behandlung. Für die Weiterbetreuung durch den niedergelassenen Arzt (meist Hausarzt), die Pflegeheime oder den Sozialsprengel wird ein ausführlicher Bericht mit Diagnose, Wundbeschreibung und Therapievorschlag verfasst und dem Patienten mitgegeben.

Durch regelmäßige Kontrollen in der Wundambulanz können bei Verzögerung des Heilungsfortschrittes wichtige Zusatzuntersuchungen eingeleitet und begleitende Behandlungsvorschläge gemacht werden – bis die Wunde abgeheilt ist.



Das Team der Wundambulanz: Dermatologin Dr. Elisabeth Fuchs-Dessl und DGKP Hermann Schlögl,ertif. Wundmanager und Stationsleiter Interne Station 1.

Enge Zusammenarbeit

Die enge Zusammenarbeit mit anderen Fachabteilungen im Hause (Chirurgie, Radiologie, Neurologie) gewährleistet eine umfassende Diagnostik. Die praxisorientierte, kompetente Betreuung führt zu hoher Patientenzufriedenheit und ein modernes Wundmanagement trägt zur raschen Genesung bei.

Für junge Ärzte in Ausbildung zum praktischen Arzt bietet die Wundambulanz eine praxisnahe Ausbildungsstätte. Dieses Wissen hilft den künftigen Hausärzten bei der Betreuung ihrer Patienten. Außerdem können Pflegekräfte aus dem gehobenen Dienst der Gesundheits- und Krankenpflege hier

– unter Anleitung von Experten – Erfahrungen für ihre Weiterbildung zum Wundmanager sammeln.

Die Wundambulanz der Abteilung für Innere Medizin ist Mittwoch von 8.00-10.00 Uhr geöffnet. Telefonische Terminvereinbarungen können unter 05372/6966-3065 erfolgen.

Die Wundambulanz am BKH Kufstein wurde auf Initiative von DGKP Hermann Schlögl gemeinsam von der Pflegedirektion (Pflegedirektor Dipl. Pflegewirt (FH), Dipl. Ges. Ök. (BI) Andreas Girndt) und der ärztlichen Direktion (ärztlicher Direktor Prim. Univ.-Prof. Dr. Klaus Gattringer) ins Leben gerufen.

„Zeit für sterbende Menschen“



Sabine Zangerl, Tiroler Hospiz-Gemeinschaft

Informationsveranstaltungen in den Bezirken Kufstein und Kitzbühel vom 8. bis 25. 10. 2011.

Ehrenamtliche HospizbegleiterInnen haben Zeit für sterbende Menschen, hören ihnen zu und entlasten Angehörige. Sie begleiten zu Hause, im Heim oder auch im Krankenhaus. Sie helfen dort, wo gerade Hilfe gebraucht wird. Der Bedarf an ehrenamtlichen HospizbegleiterInnen ist groß, darauf möchte die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft im Rah-

men der Aktionswochen in den Bezirken Kufstein und Kitzbühel aufmerksam machen.

Regionalbüro in Kufstein

Als neue Anlaufstelle für alle Fragen zu den Themen Hospiz und ehrenamtliche Hospizbegleitung hat die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft ein Regionalbüro im Bezirkskrankenhaus Kufstein eingerichtet. Die Regionalbeauftragte DGKS Sabine Zangerl koordiniert die beiden ehrenamtlichen Hospizgruppen in der Region und ist eine kompetente Ansprechpartnerin für Betroffene und Angehörige: Tel. 0676/88 188 90, E-Mail: sabine.zangerl@hospiz-tirol.at.

Auftakt im Rahmen des Welt-hospiztages:

Samstag, 8. 10. 2011, 20:00 Uhr, Musikschule Kufstein, Krankenhausgasse 16:

• Konzert „Die Herren Wunderlich“

Veranstaltungen und Informationen im Bezirk:

Di, 11. 10. 2011, 19:30 Uhr, Mehrzwecksaal des BKH Kufstein:

• Vortrag mit Dr. Christoph Gabl und DGKS Gabi Hauser zum Thema „Künstliche Ernährung bei schwerkranken Menschen“

Do, 13. 10. 2011, 19:30 Uhr, Seniorenheim Wörgl, Fritz-Atzl-Straße 10:

• Vortrag mit Mag. Werner Mühlböck zum Thema „In Würde bis zuletzt“ – die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft und ihre Grundprinzipien

Di, 18. 10. 2011, 19:30 Uhr, Pfarrsaal Söll:

• „Leben, Sterben, Abschiednehmen – die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft stellt sich vor“ mit Mag. Maria Strel-Wolf

Mo, 24. 10. 2011, 19:30 Uhr, Pfarrsaal Kirchbichl, Pfarrg. 3:

• „Leben, Sterben, Abschiednehmen – die Tiroler Hospiz-Gemeinschaft stellt sich vor“ mit Mag. Birgit Both

Gesund in Kufstein

2. Kufsteiner Gesundheitstage

19. & 20. Oktober 2011, 9.00-17.00 Uhr im Inntalcenter Kufstein

Diagnosestraße – Fachberatung – Kinderprogramm

Am Mittwoch, den 19. Oktober findet um 19.00 Uhr ein Vortrag von Prim. Univ.-Doz. Dr. Klaus Berek zum Thema „Schlaganfall – ein Notfall“ statt.



Impressum

Informationsblatt des Allgemein öffentlichen Bezirkskrankenhauses Kufstein, Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: BKH Kufstein, Verwaltungsdirektion, Verlagspostamt 6330 Kufstein; Druck: Druckerei Aschenbrenner, Kufstein; Kontakt: BKH Kufstein, Verwaltungsdirektion, Redaktion „Gesund in Kufstein“, 6330 Kufstein, Endach 27, E-Mail: redaktion@bkh-kufstein.at, Internet: www.bkh-kufstein.at