



## Notizen

## So kommen Sie zu uns

### Mit dem Auto über die A14.

Aus Richtung Magdeburg: Abfahrt Bernburg und B71 Richtung Halle. Aus Richtung Halle: Abfahrt Könnern und B71 Richtung Magdeburg. In Bernburg folgen Sie den Wegweisern zum Klinikum.

### Mit der Bahn.

Vom Bahnhof aus mit dem Taxi oder zu Fuß in ca. 25 Minuten.

### AMEOS Klinikum Bernburg

Akademisches Lehrkrankenhaus  
der Martin-Luther-Universität  
Halle-Wittenberg  
Kustrener Str. 98  
06406 Bernburg  
Tel. +49 (0)3471 34-0  
Fax +49 (0)3471 34-1003  
info@bernburg.ameos.de

Stand 03/18

www.ameos.eu

→ Wie vermeide ich einen Sturz  
im Krankenhaus?



## Ein Sturz ist für jeden Menschen ein Problem

Bei älteren Menschen steigt die Gefahr zu stürzen.

Was ist, wenn man nach einem Sturz hilflos am Boden liegt? Außer Schmerzen bleibt natürlich auch die Angst vor einem neuen Sturz.

Wie kann die Sturzgefahr verringert werden? Mit den hier genannten Maßnahmen möchten Ihnen die Mitarbeiter des Klinikums wertvolle Hilfe geben, um das Risiko eines Sturzes gerade während Ihres Krankenhausaufenthaltes so gering wie möglich zu halten.

Bitte lesen Sie sich die einzelnen Punkte gut durch oder besprechen Sie diese mit Ihren Angehörigen.



**Sie befinden sich jetzt in einem Krankenhaus. Dies ist für Sie eine ungewohnte Umgebung. Wie Sie mit der neuen Situation vertraut werden, zeigen unsere Empfehlungen für Sie.**

- Wie Sie mit dem Krankenbett und der Klingel umgehen, zeigt Ihnen gern das Pflegepersonal. Wichtig ist, dass die Klingel in Ihrer Reichweite liegt.
- Merken Sie sich bitte den Ort, wo sich der Lichtschalter befindet, damit Sie auch bei Bedarf in der Nacht das Licht einschalten können.
- Sie sollten auch Ihre Hausschuhe immer an den gleichen Platz stellen und sich diesen merken.
- Laufen auf feuchten Fußböden stellt immer ein erhöhtes Risiko dar. Aus diesem Grund sollten Sie bis er abgetrocknet ist im Bett bleiben.
- Haben Sie Angst, aus dem Bett zu fallen, sprechen Sie mit dem Pflegepersonal. Mit dem Anbringen von Bettseiten kann Ihnen geholfen werden.
- Laufen Sie gern in Socken, sollten Sie sich von Ihren Verwandten „Stoppersocken“ mitbringen lassen. Mit der rutschhemmenden Sohle wird das Risiko eines Sturzes minimiert.



- Fühlen Sie sich beim Gehen unsicher oder neigen Sie dazu, häufig zu stürzen, bitten Sie das Pflegepersonal um Hilfe. Das trifft besonders für den Gang zur Toilette zu.
- Wurden Ihnen Gehhilfen verordnet, Sie sind aber mit dem Umgang noch nicht so sicher, bitten Sie ebenfalls um Hilfe.
- Bitten Sie auf jeden Fall um Begleitung/Unterstützung, wenn Sie unter Unwohlsein, Schwäche oder Gleichgewichtsstörungen leiden.

**Worüber Sie unbedingt den Stationsarzt und das Pflegepersonal informieren sollten!**

- Sie sind vor Ihrem Krankenhausaufenthalt schon gestürzt.
- Sie haben Einschränkungen in Ihrer Sehkraft, Wahrnehmung und Beweglichkeit.
- Sie nehmen Arzneimittel ein (Bitte alle angeben, auch die nicht verschreibungspflichtigen).
- Sie haben Gleichgewichtsstörungen, Konzentrations- und Merkschwächen und haben Probleme, sich in der Umgebung zurechtzufinden.