

WAZ- Telefonsprechstunde: Stürze im Alter vermeiden

Am Mittwoch, 27. Oktober, beantworten Experten der Geriatrischen Klinik der Augusta-Krankenanstalt in Linden, Leser-Fragen

Senioren über 65 Jahren sind besonders gefährdet: Mit zunehmendem Alter steigt das Sturz-Risiko - mit oft schlimmen Folgen. Wie man sich schützen kann, erläutern Experten bei der WAZ-Telefonsprechstunde am kommenden Mittwoch, 27. Oktober.

Zwar ziehen sich nur etwa zehn Prozent der Gestürzten eine größere Verletzung zu. Aber: „Ein Prozent dieser Menschen erleidet einen Oberschenkelhalsbruch mit



Beantwortet die Leserfragen: Dr. med. Olaf Hagen. Foto: Archiv

all seinen langwierigen Konsequenzen und der Gefahr der Pflegebedürftigkeit“, weiß Dr.

Olaf Hagen, Chefarzt der Geriatrischen Klinik der Augusta-Krankenanstalt in Linden.

Die Stürze ereignen sich meist bei normalen körperlichen Verrichtungen im Haushalt oder auf der Straße. Bei älteren Menschen ist zunehmend die Balance gestört. Das liegt, so Dr. Hagen, an der Beeinträchtigung der Sinneswahrnehmung über Augen, Gleichgewichtsorgan oder über die Veränderung des Körperschwerpunktes etwa beim

„Witwenbuckel“ (Osteoporose). Hinzu kommen u.a. die abnehmende Muskelkraft, eingeschränkte Beweglichkeit und verminderte Reaktion im Alter.

„Wir können all das testen“, so der Augusta-Chefarzt, „und damit eine Sturzgefährdung voraussagen.“ Seit Jahren bietet die Geriatrische Klinik in Kooperation mit der Augusta-Akademie Kurse an, in denen Physiotherapeuten daran arbeiten, die individuelle

Sturzgefährdung zu verringern. Balance, Reaktion und Mobilität werden dabei spielerisch verbessert.

Leser-Fragen zu Risiken und Folgen eines Sturzes beantworten Dr. Hagen und die Leitende Physiotherapeutin Petra Huintjes am 27. Oktober von 14 bis 15 Uhr bei der WAZ-Sprechstunde. Dr. Hagen ist unter der Rufnummer 0234 517 41 00, Petra Huintjes unter 0234 517 42 60 zu erreichen.