

Sturzgefahr mindern: Experten am WAZ-Telefon

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 morgigen 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 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 im Haushalt oder auf der Straße. Bei älteren Menschen ist zunehmend die Balance gestört. Das liegt an der Beeinträchtigung der Sinneswahrnehmung über Augen, Gleichgewichtsorgan oder über die Veränderung des Körperschwerpunktes. Hinzu kommen 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 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 Mittwoch von 14 bis 15 Uhr bei der WAZ-Sprechstunde.

Dr. Olaf Hagen ist unter der Rufnummer **0234/517 41 00**, Petra Huintjes unter **0234/517 42 60** zu erreichen.



Dr. Olaf Hagen beantwortet Ihre Fragen unter ☎ **0234/517 41 00**.