
***Lebenswelt Pflegeeinrichtung* als optimales Setting
zur Umsetzung sturzpräventiver Maßnahmen
am Beispiel der AOK Rheinland/Hamburg**

Silva Bieling

Referentin

Geschäftsbereich Prävention/Gesundheitssicherung

Die AOK Rheinland/Hamburg – Die Gesundheitskasse

2,89 Mill. Versicherte

14 starke Regionaldirektionen mit

110 Geschäftsstellen vor Ort für die Kunden



Prävention bei der AOK Rheinland/Hamburg

Das Engagement im Bereich der Prävention basiert auf:

- der gesetzlichen Grundlage des § 20 SGB V
- gemeinsame und einheitliche Handlungsfelder und Kriterien des GKV-Spitzenverbandes (Leitfaden Prävention)
- ab 01.01.2016 auf § 20 SGB V (PrävG – Neu)

Prävention bei der AOK Rheinland/Hamburg

Prioritäre Zielgruppen

- Kinder, Jugendliche und ihre Eltern
 - Berufstätige
 - Frauen
 - Alte Menschen
-
- Diese Zielgruppen erreichen wir über den **Setting-Ansatz = Prävention in Lebenswelten** z. B. Kindergärten, Schulen, Stadtteile, Betriebe, Pflegeeinrichtungen

Denn Präventionsmaßnahmen sind am effektivsten, wenn sie dort ansetzen, wo Menschen einen Großteil ihres Alltags verbringen.

Prävention in allen Lebenswelten- unser Anspruch und Selbstverständnis

- Bedarfsorientierte Angebote
- Prävention mit Menschen und nicht für Menschen:
- Fokussierung auf die Gesundheit aller Akteure in den Lebenswelten (Eltern, Erzieher, Lehrkräfte, Angehöriger und des Pflegepersonals)

Prävention in allen Lebenswelten- unser Anspruch und Selbstverständnis

Folgende Angebote erhalten die Einrichtungen in den Lebenswelten:

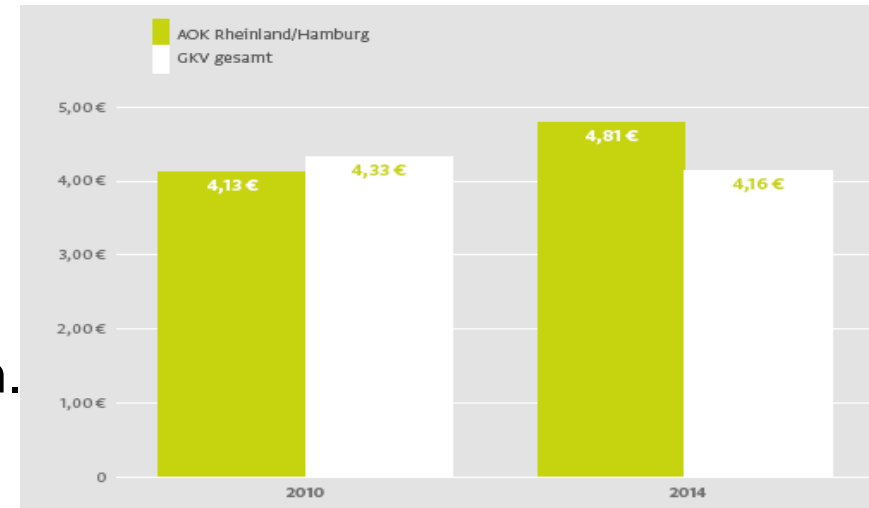
- Umfangreiche, bedarfsgerechte Materialien
- Multiplikatorenschulungen
- Strukturierter Erfahrungsaustausch zwischen Umsetzern
- Unterstützung und Begleitung durch regionale Einbindung der AOK
- Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern, Vernetzung zwischen Institutionen

Denn: Qualität und Nachhaltigkeit sind uns wichtig!

Prävention in Zahlen

Die AOK Rheinland/Hamburg hat im Jahr 2014 rund **14 Millionen Euro** für Prävention ausgegeben.

Das entspricht **4,81 €** je Versicherten.



Gesamtausgaben für Primärprävention je Versicherten

Erreicht wurden

- in nichtbetrieblichen Settings ca. **4.000 Einrichtungen** mit rund **800.000 Menschen**, davon rund **500.000 Kinder und Jugendliche**
- in der Betrieblichen Gesundheitsförderung über **750 Unternehmen** mit rund **300.000 Beschäftigten**

Gründe für das Engagement im Bereich der Sturzprävention

- Die Prävention von Stürzen leistet einen Beitrag zur Erhöhung/ Erhaltung der Lebensqualität, Selbstständigkeit und Mobilität im Alter.
- Der politische Auftrag entsprechend dem Nationalen Gesundheitsziel „Gesund älter werden“
- Landesinitiative „Sturzprävention bei Seniorinnen und Senioren“ in NRW als eine von fünf Landesinitiativen
- Erfolgreiche Initiativen der AOK Baden-Württemberg und der AOK Bayern in Anlehnung an das Ulmer Modell
- Einspareffekte bei Folgekosten von Stürzen

Weiteres Engagement im Bereich Pflege

- Vielfältige Palette von AOK-Angeboten

BGF-
Pflegermenü

Pflegeleitstelle
Demenz

„Stressfrei
Pflegen“
Seminare für
Pflegepersonal

„Leben mit
Demenz“
Pflegekurse für
Angehörige

AOK
Patenschaften

„Ilse's weite Welt“
Beschäftigungsset
und
Aufklärungsfilm

Gründe für das Engagement in Pflegeeinrichtungen

- Gute Kontakte der AOK vor Ort zu Pflegeeinrichtungen
- Pflegeberater der AOK
- Bedarf nach sturzpräventiven Maßnahmen
 - durch höhere Lebenserwartung nimmt die Zahl der Hochbetagten zu, ca. $\frac{2}{3}$ der Bewohner sind älter als 85 Jahre
 - Bewohner von Pflegeeinrichtungen sind besonders sturzgefährdet
- Engagierte Mitarbeiter, die kompetent und erfahren im Umgang mit ihren Bewohnern sind
- 2006 wurde mit dem Expertenstandard Sturzprophylaxe in der Pflege die Umsetzung von Maßnahmen gefordert

Schulungsangebot „Sicher und mobil bleiben“ in Pflegeeinrichtungen

- **zweitägige Basisschulung** ausschließlich für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die Kraft-Balance-Trainingsgruppen in der Einrichtung dauerhaft installieren und leiten
- nach 4-6 Monaten strukturierter **Erfahrungsaustausch**
- umfangreiche Schulungsunterlagen
- **Aufbau-Workshops** zur Vertiefung und Erweiterung des Wissens
 - Kraft-Balance-Training mit Demenz-Erkrankten
 - Kraft-Balance-Training – Vorstellung neuer, kreativer Umsetzungsmöglichkeiten



Schulungsangebot „Sicher und mobil bleiben“ in Pflegeeinrichtungen

- Basiert auf den Erkenntnissen und Studien des Ulmer Modells
- Verfolgt einen **ganzheitlichen Ansatz**
 - Aktivierung auf körperlicher Ebene durch Kraft- und Balanceübungen
 - Förderung der Koordination
 - Aktivierung der Denk- und Gedächtnisleistung durch Mentalübungsprogramm
- Verfolgt **psycho-soziale Ziele** wie Motivation, Freude und Kommunikation durch spielerischen Ansatz und unterschiedliche Materialien



Umsetzungsstand des Angebotes

- **Flächendeckende Umsetzung** im Rheinland und in Hamburg seit 2009
- **560 Pflegeeinrichtungen** nehmen am Programm teil
- Über **1200 Mitarbeiter** aus Pflegeeinrichtungen wurden geschult
- In mehr als **80 %** der Einrichtungen wurden Trainingsgruppen installiert
 - Training möglichst 2x pro Woche
 - 45-60 Minuten
 - 8-12 Teilnehmer



Was hat sich bei der Umsetzung bewährt?

- Persönliche Kontaktaufnahme, idealerweise auf der Führungsebene zwischen der AOK und der Einrichtung
- Begleitung bei der Umsetzung durch AOK Pflegeberater oder Fachberater Prävention
- Schulung der hauseigenen Mitarbeitern mit mehrjähriger Berufsausbildung aus dem Bereich Pflege und Soziale Dienste, dadurch Schwerpunkt der Schulung auf trainingswissenschaftlichen Inhalten und der didaktischen Umsetzung
- Erfahrungsaustausch nach 4-6 Monaten

Ergebnisse des Angebotes

- In ca. **80 %** der Einrichtungen konnten Stürze verringert werden.
- Die Stürze reduzierten sich durch die Intervention um **11,53 %**
- Die Frakturen reduzierten sich um **33,61 %**



Datenerhebung AOK-versicherter Bewohner in Pflegeeinrichtungen

- Versicherte in teilnehmenden Einrichtungen weisen eine etwas günstigere Risikostruktur auf als in nicht teilnehmenden Häusern
- Verletzungsspezifische Krankenhauseinweisungen sind in teilnehmenden Häusern deutlich geringer

These:

Möglicherweise ist das Engagement an dem Programm „Sicher und mobil bleiben“ ein Indikator für ein umsichtigeres Management in Bezug auf Verletzungen und Krankenhauseinweisungen

Interdisziplinärer Ansatz in der Sturzprävention

Arzt	Krankheitsbezogene Abklärung und Verordnung von Medikamenten, Entscheidung über Teilnahme am Kraft-Balance-Training
Pflege- fachkraft	Sturzrisiko erkennen, Einleitung pflegerischer Maßnahmen (z. B. zum Tragen von Hüftprotektoren motivieren, Schuhwerk überprüfen, Sitzhöhen anpassen etc.), Sturzdokumentation
Leitung der Pflege- einrichtung	Planung, Koordination und Finanzierung der Maßnahmen, bauliche Umsetzung von Umgebungsanpassungen, Kommunikationsstruktur unter den Mitarbeitern und mit den Angehörigen schaffen und Einhaltung der Maßnahmen überprüfen
Beauftrag- tes Personal für die Sturz- prophylaxe	Einschätzung des Sturzrisikos und Dokumentation der Risikofaktoren vornehmen, Beratung des Bewohners und seiner Angehörigen, Durchführung des Kraft-Balance-Trainings, Dokumentation des Trainings
Sozialer Dienst	Bewohner zum Training motivieren und beobachten
Reinigungs- kräfte	Bei Reinigungsarbeiten Hinweistafeln aufstellen und Bewohnerumgebung nicht verändern, so dass keine neuen Sturzrisiken geschaffen werden
Küche	Hochkalorisches Essen, Ca und Vitamin-D-Versorgung

Best practice Beispiel:  **WÖLLNER STIFT** g G m b H
Der sichere Hafen für Senioren.

- seit 2011 trainieren zwei Trainingsgruppen regelmäßig
- Kraft-Balance Training in **L.I.B. = „Leben ist Bewegung“** umbenannt
- zusätzlich Training in allen Wohngruppen für weniger mobile Bewohner
- Einzeltraining mit Pflegeassistenten
- Ganzheitliches Gehirntraining
- Anschaffung verschiedener Ergometer zur selbständigen Nutzung
- Physiotherapie für besonders sturzgefährdete Personen



Best practice Beispiel:  **WÖLLNER STIFT** g G m b H
Der sichere Hafen für Senioren.

Tanz-Café

mit Bewohnern, Mitarbeitern, Angehörigen, Ehrenamtlern und
Bewohnern aus dem Quartier 4-5mal im Jahr



Förderverein finanziert Tanz-Cafe und Materialien für KBT

Best practice Beispiel:



Kooperation mit der Kindertagesstätte St. Maria Empfängnis Solingen



Stolpersteine bei der Implementierung

- Fehlende Unterstützung durch Leitungsebene
- Hoher Betreuungsaufwand bei dementen Bewohnern
- Fluktuation der geschulten Mitarbeiter/innen
- Fehlende Sicherstellung der Vertretung
- Fehlende feste Räumlichkeiten für Gruppenangebote
- Organisationsumstellung in der Einrichtung

Fazit

Engagement der AOK im Bereich der Sturzprävention lohnt sich, weil:

- die Zahl der Stürze sich reduzieren und die Sturzfolgen weniger schwer sind
- die Lebensqualität und Mobilität der Bewohner gefördert wird
- Einspareffekte in der Kranken- und Pflegeversicherung erzielt werden
- die Pflegeabläufe durch noch vorhandene Selbstständigkeit und Mobilität entlastet werden

Ausblick

- Schulung von Mitarbeitern teilstationärer Einrichtungen
- Ausweitung des Angebotes „Sicher und mobil bleiben“ auf den ambulanten Bereich
- Finanzierung der Präventionsmaßnahmen in der stationären und teilstationären Pflege gemäß § 5 Abs. 1 SGB XI aus der Pflegekasse
- Spezielles Fortbildungsangebot für Alltagsassistenten (§ 87b Abs. 3 SGB XI)

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit
und
bleiben Sie sicher und mobil 😊

