

Presseinformation des Seniorenbeirats der Stadt Haltern am See

02.07.2023

Thema: Jahreszeiten Café des Seniorenbeirats am 11. Juli 2023, Ratssaal im Alten Rathaus

Stürze im Alter durch Prophylaxe verhindern

Eine kleine Unachtsamkeit, und schon ist es passiert. Brüche, Prellungen oder Verstauchungen – ein Sturz hat oft schwerwiegende Folgen. Vor allem im Alter kommt noch ein Faktor hinzu: die Angst vor einem Sturz. Und damit entsteht ein Teufelskreis. Wie Stürze vermieden werden können, wird Dr. Martin Presch, Chefarzt für die Bereiche Innere Medizin sowie Medizin im Alter des St. Sixtus-Hospitals in Haltern am See, beim Jahreszeitencafé am 11. Juli 2023 um 15 Uhr im Alten Rathaus erläutern. „Mit unserem Vortragsthema wollen wir dazu beitragen, diesen Teufelskreis gerade für Senior*innen zu durchbrechen“, sagt Rüdiger Haake, Vorsitzender des Seniorenbeirats der Stadt Haltern am See.

Vor lauter Sturzangst sich überhaupt nicht zu bewegen, ist nach Expertenmeinung genau das falsche Rezept. Viel wichtiger ist es, sich mit dem Thema „Sturzprophylaxe“ auseinanderzusetzen. Denn rund 30 Prozent der über-65-Jährigen stürzen mindestens einmal in zwei Jahren. Unter Pflegebedürftigen, die zu Hause leben, erleiden etwa 65 Prozent mindestens einmal jährlich einen Sturz. Hier hilft vor allem eine gute Prävention, die einerseits auf die Person bezogen angelegt ist, andererseits Umweltfaktoren wie Teppiche als typische „Stolperfallen“ mit einbezieht. Der Vortrag vermittelt, welche Risikofaktoren besonders für Ältere zu beachten sind und welche Maßnahmen dazu beitragen können, dass das „Sturzpech“ nicht zum Zuge kommt.

www.seniorenbeirat-haltern.de

1.425 Zeichen inkl. Leerzeichen

Kontakt:

Rüdiger Haake

Seniorenbeirat der Stadt Haltern am See

Vorsitzender

Zum Imberg 20

45721 Haltern am See

Fon: +49 2364 105 61 41

Fax: +49 2364 508 97 86

Mobil: +49 172 69 055 63

E-Mail: ruediger.haake@seniorenbeirat-haltern.de

Foto siehe Seite 2:

Bildnachweis: iStock-1156343650.jpg RealPeopleGroup



Bildlegende: Sturzvermeidung durch Prophylaxe ist das Thema der Sommer-Ausgabe des Jahreszeitencafés des Seniorenbeirats der Stadt Haltern am See.