



Kurs 170

Sturzprophylaxe

1 Tag

Margrit Binggeli-Krebs

Dipl. Pflegefachfrau HF
HöFa I mit Schwerpunkt Pädagogik


Stürze gehören zum Leben. Im Alter werden Stürze aber zu einem grossen Risikofaktor der zum Verlust von Lebensqualität, von Selbständigkeit und zu Unsicherheit, Angst oder sogar zu einem Heimeintritt führen kann.

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sturzgefährdete gezielt und individuell beraten, unterstützt und gefördert werden können und so das Risiko für Stürze verringert wird.

Zielgruppe

Pflegende FH, HF, DN II, DN I, FA SRK, FaGe (mit Berufserfahrung)

Lernziele

Sie

- verfügen über vertiefte Kenntnisse zur Sturzprophylaxe
- kennen Ursachen und Risikofaktoren von Sturzereignissen sowie Hilfsmittel und Massnahmen um Stürze zu verhindern / zu minimieren
- kennen Assessmentinstrumente zur Einschätzung von Sturzrisiken und Sturzerfassung
- kennen die Richtlinien für freiheitsbeschränkende Massnahmen und deren Risiken
- setzen sich mit der Situation von Betroffenen auseinander
- erarbeiten Vorschläge für den eigenen Arbeitsbereich

Inhalte

- Definition und statistische Angaben zu Sturzereignissen
- Risikofaktoren und Ursachen von Stürzen sowie Risikoeinschätzungsinstrumente
- Massnahmen, um Mobilität zu erhalten / Stürze zu vermeiden; Hilfsmittel
- Übungen zur Förderung von Gleichgewicht, Ausdauer, Schnelligkeit, Muskulatur

Arbeitsmethoden

Einzelarbeit, Reflexion, Referate, Demonstration, Einzel-, Partner-, Gruppenaufträge

Daten

19.11.2014

Kurskosten

Mitglieder	Fr. 230.–
Nichtmitglieder	Fr. 305.–