

PRESSEMITTEILUNG

Freitag, 3. November 2023

Wie kann man Stürze im Alter vermeiden?

In der Reihe „Sie fragen – wir antworten“ spricht Dr. Thomas Hilmer über Sturzrisiken und deren Vermeidung

Das bekannte Stolpern über die Teppichkante kann bei älteren Menschen gravierende Folgen haben. Denn gerade bei älteren Menschen ist das Risiko, einen Knochenbruch zu erleiden, erhöht. Besonders gefährdet sind Oberschenkelhals, Wirbelkörper und Ober- und Unterarm. Zwar gibt es bei Knochenbrüchen im Alter heute besonders schonende und sichere Operationsverfahren, aber dennoch fällt es vielen älteren Patientinnen und Patienten schwer, nach einem schweren Sturz wieder auf die Beine zu kommen. Das Selbstvertrauen ist erschüttert, vorbestehende innere Krankheiten beeinträchtigen das Befinden zusätzlich. „Auch dann bieten wir in der Geriatrie am Klinikum Bremen-Ost gute, erfolgreiche Behandlungskonzepte“, sagt Chefarzt Dr. Thomas Hilmer. In seinem kostenlosen Vortrag am 8. November im Konferenzraum 1 des Klinikums Bremen-Ost legt er den Fokus aber besonders auf Prävention, also die Vermeidung von Stürzen im Alter. Wie kann man die häusliche Umgebung sicherer machen? Was kann man selbst tun, um fit im Alltag zu bleiben? Wie kann man das Sturzrisiko bei älteren Menschen testen? Fragen wie diese stehen im Mittelpunkt.

Grund für Stürze seien oft Muskelverlust, Geh- und Gleichgewichtsstörungen, so Thomas Hilmer. Aber auch Herzrhythmusstörungen, Schwindel und Blutdruckschwankungen könnten das Risiko für Stürze erhöhen. Stürze passieren meist im Alltag in gewohnter Umgebung. „Im Alter sind sie aber immer ein Warnzeichen und sollten ärztlich abgeklärt werden“, so Hilmer. Denn das Risiko, dass Betroffene nach einem schweren Sturz nicht wieder in den gewohnten Alltag zurückfinden, sei hoch.

Der Informationsabend „Stürze im Alter“ startet am 8. November um 18 Uhr im Konferenzraum 1 am Klinikum Bremen-Ost, Züricher Straße 40, statt. Dorthin gelangt man über den Haupteingang.

**UNTERNEHMENS-
KOMMUNIKATION**

Pressereferentin:

Stefanie Beckröge

Fon (0421) 497 81054

Fax (0421) 497 19 81069

stefanie.beckroege@gesundheitsnord.de

Die Reihe „Gesundheit in Serie. Sie fragen – wir antworten“ richtet sich an Patientinnen und Patienten, Angehörige und an alle, die an medizinischen Themen interessiert sind. Dabei referieren Chefärztinnen und Chefarzte über aktuelle Themen aus ihrem Fachgebiet und beantworten die Fragen der Gäste.

Die nächste Veranstaltung findet am 22. November statt. Dann geht es um das Thema "Rund um den Dickdarm". Darüber sprechen Dr. Matthias Müller, Chefarzt der Chirurgie und Dr. Oliver Müssig, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin.

Die Veranstaltungen finden jeweils mittwochs von 18:00 bis 19:00 am Klinikum Bremen-Ost statt. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung nicht erforderlich.