

Gerne beraten wir Sie persönlich!

„SicherGehen – in stationären Pflegeeinrichtungen“ ist ein präventives Angebot nach § 5 SGB XI. Weitere Informationen dazu sowie Ihre AOK-Kontaktperson vor Ort finden Sie unter: aok.de/gp/fachthemen/praevention/leistungen-in-stationaeren-pflegeeinrichtungen



Jetzt QR-Code scannen
und informieren.

Die AOK Baden-Württemberg ist immer in Ihrer Nähe.

Als Gesundheitskasse kümmern wir uns um jede Kundin und jeden Kunden persönlich und richten uns ganz individuell nach Ihren Bedürfnissen. Darum können Sie uns auch jederzeit auf dem Weg erreichen, der für Sie am besten ist. Unsere digitalen Angebote und Ihre Kontaktmöglichkeiten:

-  **AOK-KundenCenter**
in Ihrer Nähe
-  **Termin vereinbaren**
unter aok.de/bw/termin
-  **0711 76 16 19 23**
Telefonisch rund um
die Uhr erreichbar
-  **aok.de/bw/digitalberatung**
Online und per
Videoberatung
-  **Meine AOK**
als App und online
-  **aok.de/bw**
-  **Social Media**
Facebook, LinkedIn,
Instagram



AOK 

Sturzprävention in der stationären Pflege.

Bessere Mobilität im Alter für Ihre Bewohnerinnen
und Bewohner.

AOK Baden-Württemberg
Die Gesundheitskasse.

GESUNDNAH

AOK Baden-Württemberg
Die Gesundheitskasse.

 **SicherGehen**
in stationären Pflegeeinrichtungen



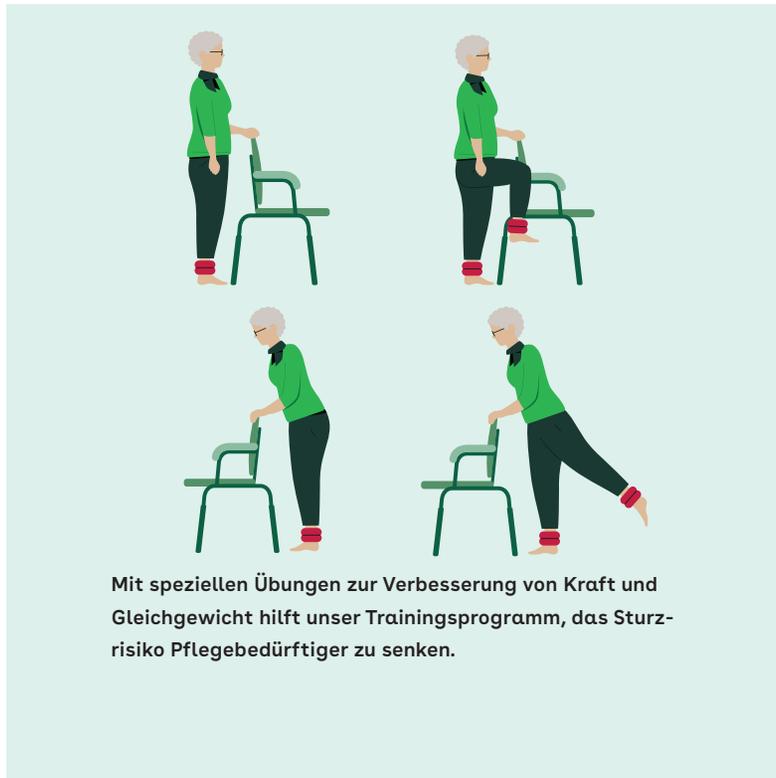
Was ist das Ulmer Modell?

Das Ulmer Modell ist ein Sturzpräventionsprogramm, das vom Geriatrischen Zentrum Ulm/Alb-Donau entwickelt wurde und das die AOK Baden-Württemberg in Pflegeeinrichtungen umsetzt. Es wurde im Jahr 2005 mit dem „Qualitätsförderpreis Gesundheit Baden-Württemberg“ ausgezeichnet. Ziel des Programms ist es, sowohl Stürze als auch die Sturzfolgen zu reduzieren. Mithilfe des Trainingsprogramms lernen stationär versorgte Pflegebedürftige, ihre Mobilität zu verbessern. Die Wirksamkeit des Programms konnte bereits nachgewiesen werden. Es zeigte sich eine Reduktion der Sturz- und Verletzungshäufigkeit um mehr als 30 Prozent.

Warum Sturzprävention so wichtig ist.

Pflegebedürftige Menschen haben ein erhöhtes Sturzrisiko. Mehr als jede zweite Person, die in einer Einrichtung wohnt, stürzt mindestens einmal im Jahr. Nicht selten sind schwere Knochenbrüche wie zum Beispiel ein Oberschenkelhalsbruch die Folge. Mit erheblichen negativen Auswirkungen auf das Sozialleben, die Psyche, die Selbstständigkeit und die Lebensqualität.

Stürze sind aber kein unabwendbares Schicksal. Ein großer Teil lässt sich durch gezielte Maßnahmen vermeiden. Sturzprävention leistet also einen wichtigen Beitrag zum Erhalt der Selbstständigkeit Ihrer Bewohnerinnen und Bewohner. Deshalb haben wir auf Basis des Ulmer Modells das Programm „SicherGehen – in stationären Pflegeeinrichtungen“ entwickelt.



Mit speziellen Übungen zur Verbesserung von Kraft und Gleichgewicht hilft unser Trainingsprogramm, das Sturzrisiko Pflegebedürftiger zu senken.

Unsere Maßnahmen zur Sturzprävention.

Das Programm „SicherGehen – in stationären Pflegeeinrichtungen“ ist besonders effektiv, weil es an verschiedenen Punkten ansetzt.

 **Spezifisches Kraft- und Balancetraining.**
Verbessert die Sicherheit und die Mobilität der Bewohnerinnen und Bewohner. Die Wahrscheinlichkeit von Stürzen nimmt ab. Die AOK Baden-Württemberg bezuschusst die dafür benötigten Trainingsmaterialien.

 **Schulung Ihres Personals.**
Im Rahmen der Maßnahme wird Ihr Personal sensibilisiert und nach aktuellen Standards qualifiziert.

 **Einsatz von Hüftprotektoren.**
Beugt Oberschenkelhalsfrakturen äußerst wirksam vor. Als Grundausstattung für Ihre Einrichtung werden diese von der AOK Baden-Württemberg bezuschusst.

 **Strukturierte Sturzdokumentation.**
Ermöglicht die Analyse des Sturzgeschehens und ist Grundlage für passgenaue Präventionsmaßnahmen.

In Zusammenarbeit mit dem Robert Bosch Krankenhaus Stuttgart.