PFLEGEHEIM · GERIATRISCHE SYNDROME

Sturz und Sturzfolgen

FACHLICH GEPRÜFT 18.11.2026

> MERKE
> Sturzprophylaxe heißt sichere Bewegung fördern – nicht Bewegung verhindern.

„Ein Sturz ist ein Ereignis, bei dem der oder die Betroffene unbeabsichtigt auf dem Boden oder auf einer anderen tieferen Ebene aufkommt.“ (DNQP nach WHO) Beinahestürze zählen nicht als Sturz, geben aber Hinweise auf Risikofaktoren.

Leitsymptome

- Sturzfolgen: Prellungen, Wunden, Frakturen (v. a. hüftnahe Oberschenkelfraktur, Handgelenk, Wirbelkörper), Kopfverletzungen; psychisch: Verlust des Vertrauens in die eigene Mobilität, Einschränkung des Bewegungsradius bis zur sozialen Isolation. Typisch für Schenkelhalsfraktur: verkürztes, außenrotiertes Bein, Schmerzen in der Leiste.

Pflege: Beobachtung

- Gangbild, Gebrauch von Hilfsmitteln, Schwindel, Blutdruck im Liegen und Stehen, nächtliche Toilettengänge, Verhalten (Unruhe, Bewegungsdrang), neue Medikamente. **Nach einem Sturz: Bewusstsein, Schmerzen, Fehlstellungen, Vitalzeichen, neurologische Kontrolle über die nächsten Stunden.**

Komplikationen und Warnzeichen

- Nach Sturz mit Kopfanprall, Bewusstseinsstörung, Erbrechen, neuen neurologischen Ausfällen, starker Blutung oder Verdacht auf Hüftfraktur (Bein verkürzt/außenrotiert, kann nicht belasten) -> 112. Liegt die Person lange am Boden: an Unterkühlung, Druckschäden und Muskelzerfall denken. **Keine Person mit Verdacht auf Fraktur selbst hochheben.**

GANZER BEITRAG · ERKLÄRUNGEN · QUELLEN

stationsfuchs.de/krankheitsbilder/sturz-und-sturzfolgen

Kostenlos lernen ohne Anmeldung: Quiz, Laborwerte, Pflegeplanung und mehr auf stationsfuchs.de

Lernhilfe für die Ausbildung. Ersetzt keine Leitlinie, keinen Standard und keine ärztliche Anordnung.
Darf frei kopiert, gedruckt und weitergegeben werden. Nicht verändern, nicht verkaufen. © Meshor GmbH