



Sicher auf den Beinen

Stürze im Krankenhaus gezielt vermeiden!

Gesundheit
kommt von Herzen.



**Barmherzige
Schwestern**
Krankenhaus Ried



Ein kleiner Stolperschritt, ein kurzer Schwindel – schon ist es passiert. Die Folgen sind oft schwerwiegend.

Unser **interdisziplinäres Team** ist bestrebt, Stürze zu mindern bzw. zu vermeiden - durch gezielte Mobilitätsverbesserung, Balance- und Krafttraining, Schulung mit diversen Hilfsmitteln sowie durch eine sichere Umgebungsgestaltung. Nur durch Ihre aktive Mitarbeit kann dies im stationären Alltag auch gelingen.



„Dem Sturz einen Schritt voraus“

- ▶ Gehhilfen (Rollator, Gehstock) verwenden und in erreichbarer Nähe abstellen.
- ▶ Patientenruf tätigen.
- ▶ Nachts beim Aufstehen das Licht einschalten.
- ▶ Brille und Hörgerät verwenden.
- ▶ Nasse und rutschige Böden meiden.
- ▶ Auf mögliche Stolperfallen in der Umgebung achten.
- ▶ Die Höhe des Bettes anpassen.
- ▶ Wichtige Dinge in greifbarer Nähe platzieren.
- ▶ Bei Schwindel, Unwohlsein oder nach Operationen nicht alleine aufstehen.
- ▶ Gut sitzende, rutschfeste Schuhe mitbringen (lassen) und nicht barfuß oder mit Antithrombosestrümpfen aufstehen.
- ▶ Bequeme und leicht an- und ausziehbare Kleidung tragen.
- ▶ Haltegriffe und Handläufe verwenden und nicht an Gegenständen (z.B. Nachttisch) festhalten, die dafür nicht geeignet sind.
- ▶ Achtung bei Einnahme von Medikamenten welche die Reaktionsfähigkeit beeinträchtigen (z.B. Schlafmittel)
- ▶ Übungen zur Kreislaufaktivierung vor dem Aufstehen durchführen!

Nehmen Sie sich Zeit und verständigen Sie bei Unsicherheit sofort das Pflegepersonal!

Sturzvermeidung im Krankenhaus



Glockenruf betätigen -
wir begleiten sie gerne!



Tragen Sie geschlossenes
Schuhwerk.



Nicht barfuß gehen -
Rutschgefahr!



Gehilfen auch bei kurzen
Strecken verwenden.



Licht einschalten.



Auf nasse Böden und
Hindernisse achten.



Wir stehen bei Fragen und
weiteren Informationen
gerne zur Verfügung.

Weitere Fragen

Für weitere Fragen stehen Ihnen das gesamte Team und das Institut für Physikalische Medizin und Rehabilitation gerne zur Verfügung:

Telefon: +437752 602-2001

Wir wünschen Ihnen einen sicheren Aufenthalt!



Auch zu Hause ist es wichtig, das Sturzrisiko zu senken. Patient*innen und auch ihre Angehörigen werden deshalb von der Pflege und/oder dem Entlassungsmanagement während dem Krankenhausaufenthalt beraten, informiert und bei Bedarf werden diverse Hilfsmittel organisiert.

Genauere Infos dazu finden Sie auch in unserem Folder „Sturzprävention zu Hause“.



**Barmherzige
Schwestern**
Krankenhaus Ried

Institut für Physikalische Medizin und Rehabilitation

Prim. Dr. Christian Angleitner, MSc
Telefon: +43 7752 602-2001



Zur digitalen
Version des Folders

**Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern
Ried Betriebsgesellschaft m.b.H.**

Schlossberg 1 · 4910 Ried im Innkreis

T: +43 7752 602-0

office.ried@at · www.bhsried.at

Ein Unternehmen des Ordensklinikum Innviertel im Eigentum
der Vinzenz Gruppe und der Franziskanerinnen von Vöcklabruck

Impressum Kontakt: Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern Ried Betriebsgesellschaft m.b.H. · Schlossberg 1 · 4910 Ried im Innkreis · T: +43 7752 602-0 · office.ried@bhs.at · www.bhsried.at | **Für den Inhalt verantwortlich & Layout:** BHS Ried | **Druck:** druck.at
Erscheinungsdatum: September 2025