

# Nach einem Sturz im Alter

Erst prüfen - dann bewegen

## Sofort 112 bei möglicher Lebensgefahr oder schwerer Verletzung

Bewusstlosigkeit oder deutlich gestörtes Bewusstsein, nicht normale Atmung, Krampfanfall, starke Blutung, starke Schmerzen, sichtbare Fehlstellung, Verdacht auf schwere Kopf-, Nacken- oder Rückenverletzung oder neue Lähmungs-, Sprach- oder Sehstörung. Im Zweifel: 112.

## 1 Ereignis festhalten

Name: \_\_\_\_\_ Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Datum / Uhrzeit: \_\_\_\_\_ Ort: \_\_\_\_\_

Sturz beobachtet  Person gefunden  Hergang unklar

Zeugin / Zeuge / gefunden von: \_\_\_\_\_

## 2 Unmittelbar prüfen

nicht ansprechbar / Bewusstsein deutlich gestört  sichtbare Fehlstellung / offene Verletzung  
 Atmung nicht normal  neue Lähmung, Sprach- oder Sehstörung  
 starke oder nicht stillbare Blutung  Verdacht auf Kopf-, Nacken- oder Rückenverletzung  
 Krampfanfall  Bewegung oder Aufstehen nicht möglich  
 starke Schmerzen  andere deutliche Verschlechterung

112 gerufen um: \_\_\_\_\_ durch: \_\_\_\_\_

## 3 Kopfaufprall besonders beachten

Wurde der Kopf getroffen oder lässt sich das nicht sicher ausschließen? Veränderungen können verzögert auffallen. Bei Verschlechterung 112; bei den folgenden Hinweisen zeitnah medizinische Einschätzung einholen.

Kopf getroffen: ja  nein  unbekannt  Blutverdünner  
 Bewusstlosigkeit / Erinnerungslücke  ungewöhnliche Schläfrigkeit / Verwirrtheit  
 Kopfschmerz anhaltend oder zunehmend  Verhalten deutlich verändert  
 Erbrechen  neurologische Auffälligkeit

Blutverdünnendes Präparat / letzte Einnahme: \_\_\_\_\_

Medizinischen Rat eingeholt bei / um: \_\_\_\_\_

# Nach einem Sturz im Alter

Beobachten, übergeben und nachbereiten

Beobachtungen als Fakten weitergeben: Was geschah, was ist neu, was wurde bereits getan? Messwerte nur eintragen, wenn sie fachgerecht erhoben und bewertet werden können.

## 4 Hergang und mögliche Einflussfaktoren

- beim Gehen / Aufstehen
- beim Transfer / Toilettengang
- Schwindel / Schwäche berichtet
- Hilfsmittel beteiligt
- Stolperstelle / nasser Boden
- ungeeignetes Schuhwerk
- neu erkrankt / auffällig verändert
- Medikamente kürzlich geändert

Hergang / Fundposition / unmittelbare Situation:

---



---

## 5 Beschwerden und aktueller Zustand

Schmerzstelle / Art / Stärke: \_\_\_\_\_

Wunde / Schwellung / Bewegungseinschränkung: \_\_\_\_\_

Bewusstsein / Sprache / Verhalten im Vergleich zu sonst: \_\_\_\_\_

Weitere Beobachtungen: \_\_\_\_\_

Nur fachgerecht erhoben:

	RR	Puls	Temp.	SpO2	BZ	AF
--	----	------	-------	------	----	----

## 6 Knappe Übergabe

Situation - was ist jetzt wichtig? \_\_\_\_\_

Hintergrund - Hergang, Risiken, Medikamente: \_\_\_\_\_

Aktuelle Fakten - Beschwerden und Veränderungen: \_\_\_\_\_

Rückfrage - was soll jetzt geschehen? \_\_\_\_\_

Informiert: Person / Dienst: \_\_\_\_\_ um: \_\_\_\_\_

Rückmeldung / Anordnung / nächster Prüftermin: \_\_\_\_\_

## 7 Nachbereitung in der Einrichtung

- Sturz vollständig dokumentieren und analysieren
- individuelles Sturzrisiko erneut einschätzen
- Pflegeplanung und Maßnahmen anpassen
- Person und ggf. Angehörige einbeziehen

Ziel: Risiken individuell senken - sichere Mobilität und Selbstbestimmung erhalten.