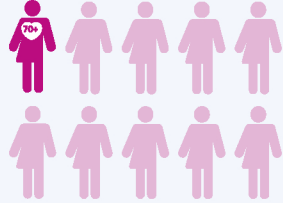
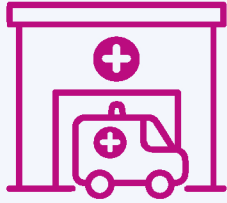


Stürze: die häufigste Verletzungsursache bei Personen ab 70 Jahren laut Daten aus den Notfallaufnahmen

ÄLTERE MENSCHEN UND DAS VERLETZUNGSRISKO



Von allen 70+ Jährigen, die die Notaufnahme aufsuchen, sind **66% Frauen**

70+

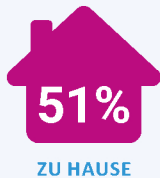
Etwa **jeder zehnte** Notaufnahmebesuch aufgrund einer Verletzung betrifft Menschen ab 70 Jahren.

In der Notaufnahme führt **jeder vierte** Besuch einer Person ab 70 Jahren zu einem Krankenhausaufenthalt



WO UND WIE VERLETZUNGEN PASSIEREN

Die meisten Verletzungen ereignen sich **zu Hause** (51%), gefolgt von Verletzungen in anderen Einrichtungen wie **Pflege- oder Seniorenheimen** (17%) und auf **öffentlichen Straßen** (8%)



Stürze können auftreten:

- Bei der eigenen Körperpflege
- Beim Ruhen oder Schlafen
- Beim Kochen oder bei der Hausarbeit
- Beim Essen oder Trinken
- Bei Freizeitaktivitäten



Stürze sind die häufigste Ursache für Verletzungen und machen **83% aller Fälle** aus



49% AUF EBENEM BODEN



17% AUS DER HÖHE



12% AUF TREPPEN

AUSWIRKUNGEN IM ALLTAG



Die Genesung von Verletzungen kann bei älteren Menschen bis zu **9 Monate** dauern

Stürze können diese Folgen haben:

Verlust von Selbstständigkeit Angst vor einem erneuten Sturz, was weitere eigenständige Aktivitäten ausbremsen kann

Verlust von Mobilität und Selbstvertrauen

Isolation sowie erhöhter Stress oder Depression

SO SORGT MAN FÜR MEHR SICHERHEIT



Das Zuhause sicherer machen: ermutigen Sie Haltegriffe zu installieren, die Beleuchtung zu verbessern und rutschfeste Matten in betreffenden Bereichen zu verwenden



Den Körper stärken: empfehlen Sie regelmäßige Gleichgewichts- und Kraftübungen



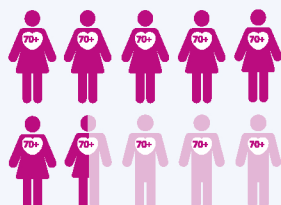
Die Medikamente anpassen: überprüfen Sie diese regelmäßig, um das Sturzrisiko zu vermindern

Ob als Freund:in, Angehörige:r, Ärzt:in, Apotheker:in oder andere Fachkraft – zögern Sie nicht, über Sturzprävention zu sprechen!



Falls: The Most Common Injuries Among People Aged 70 and Older, According to Emergency Services Data

OLDER ADULTS AND THE RISK OF INJURY



Out of all 70+ attending emergency room, **66% are women**

70+

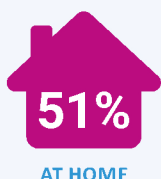
In emergency room, about **1 in 10** visit due to injury involves someone aged 70 or older

In emergency room, **1 visit in 4** involving someone aged 70+ results in hospitalisation



WHERE AND HOW INJURIES HAPPEN

Most injuries occur at **home** (51%), followed by accidents in other locations such as **nursing or retirement homes** (17%) and **public roads** (8%)



Falls may happen during:

- personal hygiene
- resting or sleeping
- cooking or housework
- eating or drinking
- leisure activities



Falls are the leading cause of injury, accounting for **83% of all cases**



49% ON LEVEL GROUND



17% FROM A HEIGHT



12% FROM STAIRS

THE REAL-LIFE IMPACT



Recovery from injuries in older adults can take up to **9 months**

Injuries may lead to:

Reduced independence

Loss of mobility and confidence

Fear of falling again, leading to less independent activity

Isolation and increased stress or depression

HOW TO STAY SAFE



Making the home safer:

Encourage to install grab bars, improve lighting and use non-slip mats in key areas



Strengthening the body:

Recommend regular balance and strength exercises



Adapting medications:

Conduct regular reviews to reduce fall risk

Whether you're a friend, a relative, a doctor, a pharmacist, or another professional - don't hesitate to talk about fall prevention!

