

Ein Sturz kann Ihr Leben verändern – Eine systematische Literaturrecherche zur Akzeptanz von Informationsbroschüren auf Menschen ab 60 Jahren zum Thema Sturzprävention

Patrick Branzke, Dennis Jan Keller
Korrespondenzadresse: branzpat@b-tu.de



Hintergrund

Stürze mit ihren Komplikationen wie Verletzungen, Frakturen, Verunsicherungen und existenzielle Angst sind ein schwerwiegendes Problem für ältere Menschen. Durchschnittlich stürzen ab 65 Jahren 43% aller Menschen innerhalb von zwei Jahren und 60% der Pflegeheimbewohner innerhalb eines Jahres mindestens einmal. Mit einem größeren Anteil älter werdenden Menschen bedarf dieser Sachverhalt einer besonderen Aufmerksamkeit und Entwicklung von neuen Lösungen.

Zielstellung

Ziel dieser Literaturrecherche war es, einen Überblick über empirisch untersuchte Broschüren zur Sturzprävention und ihre Akzeptanz auf Menschen ab 60 Jahren und ihren Angehörigen zu schaffen.

Methodik

Dafür wurde eine systematische Literaturrecherche im Zeitraum von Oktober bis November 2022 in PubMed unter Nutzung der PRISMA-Leitlinie mit folgenden Suchstring durchgeführt:

((fall prevention) OR (fall prophylaxis)) AND (pamphlet[MeSH Terms])

Zwei Reviewer haben die Daten extrahiert und dabei die Studienqualität mit CASP-Bogen (Tab.1) für Qualitative Studien bewertet. Im nachfolgenden Flowchart (Abb.1) ist die genaue Vorgehensweise dargestellt.

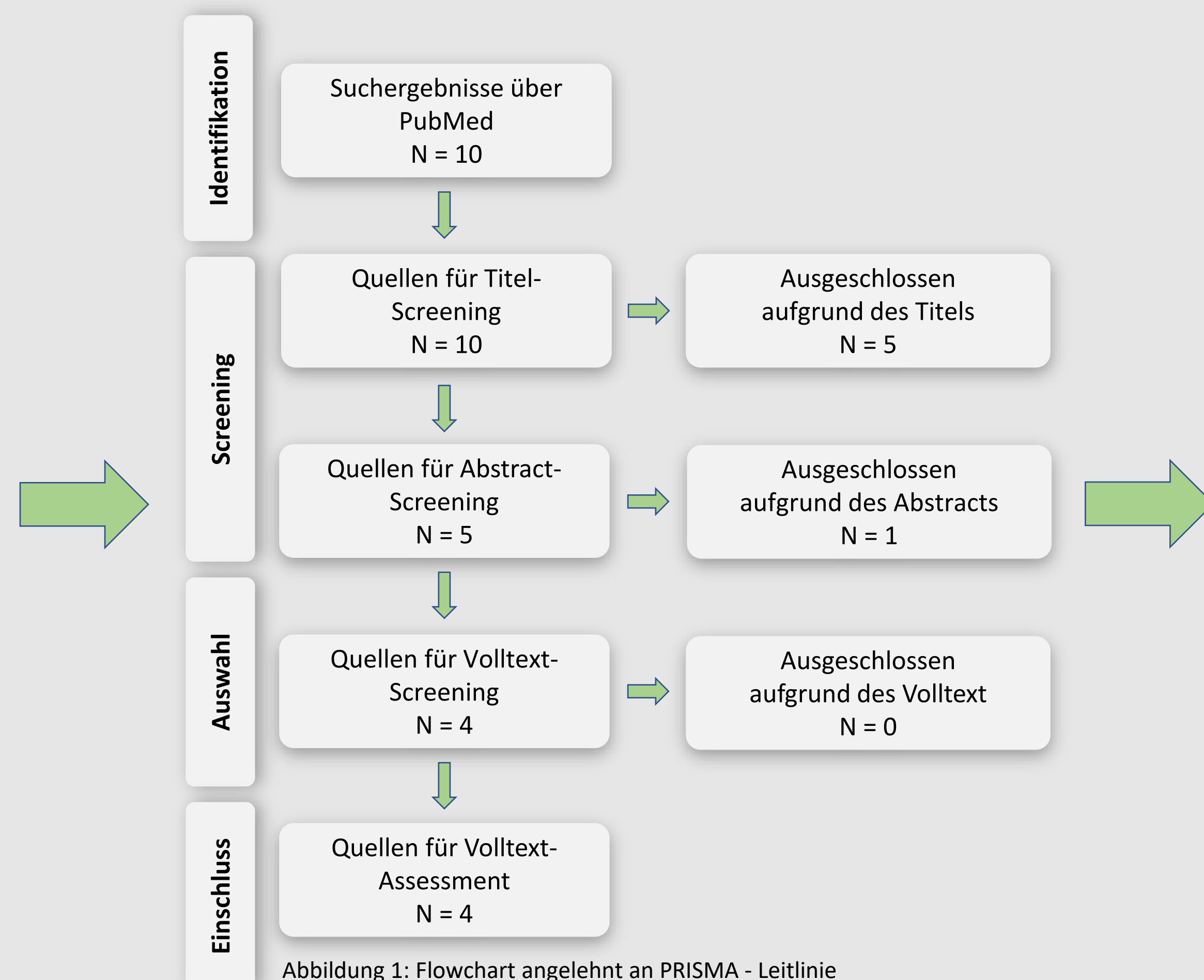


Abbildung 1: Flowchart angelehnt an PRISMA - Leitlinie

Qualitativ	Wurden die Ziele der Forschung klar dargelegt?	Ist eine qualitative Methodik angemessen?	War das Forschungsdesign geeignet, um die Ziele der Forschung zu erreichen?	War die Rekrutierungsstrategie für die Ziele der Untersuchung geeignet?	Wurden die Daten in einer Weise erhoben, die der Forschungsfrage entsprach?	Wurde die Beziehung zwischen Forschern und Teilnehmern angemessen berücksichtigt?	Wurden ethische Fragen berücksichtigt?	Wurde die Datenanalyse ausreichend streng durchgeführt?	Gibt es eine klare Aussage zu den Ergebnissen?	Wie wertvoll ist die Forschung? Praktischer Nutzen?
Schmitz et al. (2010)	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green
Lins et al. (2011)	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green
Schoberer et al. (2016)	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green
Schoberer et al. (2018)	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green	Green

Tabelle 1: CASP – Bewertungsbogen für qualitative Studien : zutreffend, : mittelmäßig

Ergebnisse

Insgesamt konnten vier Studien für die Synthese eingeschlossen werden, welche total 140 Personen mit Fokusgruppeninterviews untersucht haben. Dabei bezogen sich zwei Studien auf Ambulante Senioren und zwei Studien auf Senioren in Stationären Pflegeeinrichtungen. Als Positiv bewertet wurden leicht verständliche Abbildungen, große Schrift, Informationen über Risikofaktoren, praktische Ratschläge, Hilfsmittel und Bewältigungsstrategien nach einem Sturz. Als Negativ wurden oftmals schwer verständliche Sprache in kleiner Schrift, zu detaillierte und langweilige Informationen und teilweise beängstigende emotionale Reaktionen genannt. Zu beachten ist, dass die ambulant lebenden Senioren sich konkrete Handlungsanweisungen und weiterführende Literatur zur Sturzprävention wünschten. Hingegen bevorzugten die Senioren im stationären Setting unter anderem Vorschläge zu Bewältigungsstrategien nach einem Sturz. Die Angehörigen dieser präferieren Informationen über Hilfsmittel und Maßnahmen sowie Risikofaktoren. Weitere Ergebnisse sind in Tabelle 2 veranschaulicht.

Autor	Schmitz et al. (2010)	Lins et al. (2011)	Schoberer et al. (2016)	Schoberer et al. (2018)
Setting	Ambulante Seniorengruppe	Ambulante Seniorengruppe	stationäre Pflegeeinrichtungen	stationäre Pflegeeinrichtungen
Stichprobe	19	40	51	30
Ergebnisse	Empfehlung Kurzer Inhalt Sprache, Tabellen, Grafiken vereinfachen Konkrete Handlungsanweisung Weiterführende Literatur, Adressen Große Schriftgröße Wiederholungen sehr hilfreich Risikoeinschätzung mit Alltagsbeispielen Klare Zielsetzung Checkliste (hilfreiche Hinweise)	Empfehlung Kurzer Inhalt verständliche Tabellen und Diagramme Praktische Hinweise Weiterführende Literatur, Adressen Angemessene Schriftgröße Zusammenfassung Kapitel – erhöhen Verständlichkeit Fallgeschichte -> Bsp. Sturzrisiko	Empfehlung Bewohner Hinweise auf geeignete Hilfsmittel und Maßnahmen Praktische Ratschläge zur körperlichen Betätigung Bewältigungsstrategien nach einen Sturz Angehörige Informationen über geeignete Hilfsmittel und Maßnahmen Informationen über Risikofaktoren und Nebenwirkungen von Medikamenten Motivation zur körperlichen Betätigung Konsequente Ermahnung der Bewohner um Hilfe zu bitten Pflege Mündliche Beratung soll durch schriftliche Kommunikation verstärkt werden Medikamentenbedingtes Sturzrisiko Infos an Angehörige was sie beim Verlassen des Bew. Zimmers zu beachten haben Infos über Risikofaktor „Demenz“ – Stürze können nicht immer ausgeschlossen werden Broschüre über „Einzug ins Pflegeheim“	Empfehlung Bewohner Bilder erhielten besondere Aufmerksamkeit / ohne Text verstanden Praktische Alltagsübungen Bewältigungsstrategien nach Sturz Infos über externe Sturzrisiken Kogn. Eingeschränkte benötigen spezielles Design Motivierende Botschaften Angehörige Informationen über Hilfsmittel Angaben zu Risikofaktoren und Interventionen Motivierende Botschaften Praktische Tipps und Infos über Wirksamkeit von Maßnahmen Pflege Ergänzung zu Übermittelte Informationen Übungen zur Unterstützung Unterstützung zur Beratung

Tabelle 2: Ergebniszusammenfassung der Identifizierten Studien

Diskussion

Bei der Auswertung der Studien ist zu berücksichtigen, dass sich Anforderungen an Informationsbroschüren nach Setting unterscheiden. Bei der ambulant durchgeführten Interviews wurden nur Senioren befragt und Angehörigen sowie Pflege nicht mit einbezogen. Hingegen wurden diese im stationären Setting mit berücksichtigt.

Schlussfolgerung

Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass Broschüren zur Sturzprävention im Alter von den Senioren im Allgemeinen gut angenommen werden aber diese oftmals nicht an deren Bedürfnisse angepasst sind und Veränderungen benötigen. Auch kann eine Broschüre allein nicht alle Kriterien abdecken und es sind unterschiedliche Broschüren für Bewohner und Angehörige empfohlen.