



Marktheidenfeld und Umgebung!

Vorstellung des Projektes

25.07.2023

3. Bayerisches Austausch- und Vernetzungstreffen der Lokalen Allianzen



Prophylaxe führt in`s Leben 80+

Profil80+

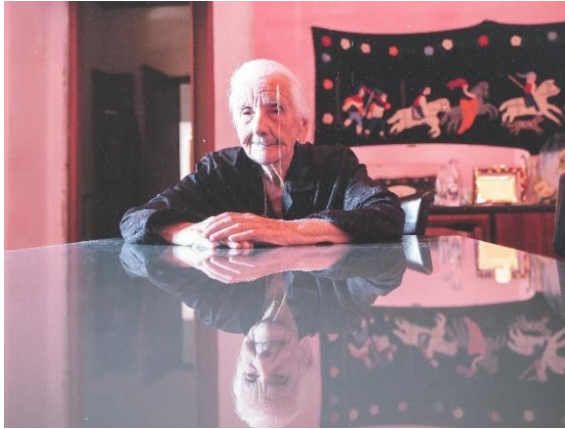
ist ein Projekt der Beratungs- und Kontaktstelle



Ausschlaggebende Impulse für die Projektidee



- Corona und Auswirkungen auf die körperliche, geistige und psychische Verfassung
- Entwurf Seniorenpolitisches Gesamtkonzept/ kaum Angebote für Menschen im 4.Lebensalter
- Klinikaufenthalte mit schlechten Outcomes besonders nach Delir
- Bevölkerungsentwicklung, steigende Lebenserwartung



Angesichts der steigenden Lebenserwartung ist es von großer Bedeutung, Ressourcen zu fördern und zu erhalten.

Bevölkerungsanteil 80 plus in Deutschland

- 1990-2017: Anstieg von 1,2 Mio (= 1,9%) auf 5,2 Mio (= 6,2%)
- Bis 2050: 9,7 Mio (= 12,1%)
- Bis 2060: 8,8 Mio (= 11,3%)

<https://www.bpb.de/nachschlagen/zahlen-und-fakten/soziale-situation-in-deutschland/61541/altersstruktur>

Stürze im Alter

- Schätzungsweise stürzen mindestens einmal/Jahr 40-50% der zuhause lebenden Menschen im Alter von 80 - 89J. und deutlich über 50% der Menschen ü 90 J. (Ältere Sturzpatienten DEGAM-Leitlinie Nr. 4, S.8.)
- Ein Sturz verdoppelt das Risiko eines weiteren Sturzes
- Stürze und sturzbedingte Verletzungen bedrohen die Selbstständigkeit
- Stürze führen zu >40% zu Pflegeheimweisungen
(Ältere Sturzpatienten DEGAM-Leitlinie Nr. 4)

Risikofaktoren für Stürze im Alter

- Abnehmende Muskelkraft und nachlassender Gleichgewichtssinn
- Viele gleichzeitig bestehende, z.T. chronische Erkrankungen (Multimorbidität)
- Schmerzen
- Eingeschränkte Aktivitäten des täglichen Lebens
- Rückgang der Sinneswahrnehmung
- Geschwächter Allgemeinzustand (Immunlage)
- Stürze, verbunden mit Klinikaufenthalten

Risikofaktoren für Stürze im Alter

- Depression
- **Kognitive Einschränkungen/ Demenzen**
- Medikamente/ Anzahl/ Wechselwirkungen
- Drang-Inkontinenz
- Inaktivität
- Umgebung
- **Ü80**
- **Delir**

Prävalenz dementieller Erkrankungen im Krankenhaus

- 2020 lag der Anteil von Krankenhauspatient*innen, die unter kognitiven Einschränkungen und/oder einer dementiellen (Neben-)Hauptdiagnose leiden, bei durchschnittlich **16 %** (Gutachten des deutschen Krankenhausinstituts für die Deutsche Krankenhausgesellschaft 2022)
- **40 Prozent** aller über 65-jährigen Patient*innen in Allgemeinkrankenhäusern haben kognitive Störungen (General Hospital Study 2016)
- **Fast jede/r Fünfte hat Demenz.** (Bickel et al. 2019)

Delir-Realität im Krankenhaus

- Prävalenz bei Aufnahme: 11-25% der Patienten 65 plus
- Inzidenz während stationärer Behandlung: 30%
- Bei Patienten mit Diagnose Alzheimer: 56 %
- Inzidenz Postoperativ 15 – 53 %
- Nach Hüftgelenkersatz-OP: bis zu 65%
- Nach elektiven herzchirurgischen Eingriffen: bis zu 50%
- Inzidenz Intensivmedizin ca. 80%

Vgl. Leitlinien Delir, Savaskan E. u. Hasemann W. 2017

Folgen eines Delirs nach dem KH-Aufenthalt

- 33,4% der Betroffenen: Erhöhtes Risiko einer funktionalen Verschlechterung,
- eines erhöhten Pflegebedarf mit Unterbringung in Langzeiteinrichtung
- Mortalitätsrate steigt in Abhängigkeit der Delirdauer mit 35-40% innerhalb eines Jahres stark an

Singler und Thomas 2017

Gesundheitsförderung und Prävention für ältere Menschen

„Leistungen für Prävention und Rehabilitation sind auch nach Eintritt der Pflegebedürftigkeit einzusetzen, um die Pflegebedürftigkeit zu überwinden, zu mindern sowie eine Verschlimmerung zu verhindern. Durch den seit dem 1. Januar 2017 geltenden Begriff der Pflegebedürftigkeit und das Begutachtungsinstrument werden präventive und rehabilitative Aspekte verstärkt in den Blick genommen. Im Rahmen jeder Begutachtung zur Feststellung von Pflegebedürftigkeit wird geprüft, ob und ggf. welche Maßnahmen der Primärprävention zur Verbesserung der gesundheitlichen Situation und zur Stärkung der gesundheitlichen Ressourcen und Fähigkeiten (z. B. in den Bereichen Bewegung, Ernährung, Umgang mit Sucht/-Genussmitteln oder Verbesserung der psychosozialen Gesundheit) geeignet, notwendig und zumutbar sind.“

<https://www.bundesgesundheitsministerium.de/praevention-aeltere-menschen.html>

Profil 80+ Marktheidenfeld und Umgebung

Zielgruppen

- Menschen im 4. Lebensalter mit und ohne (neuro-) kognitive Beeinträchtigungen
- Jüngere Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen und Demenz

Ziele

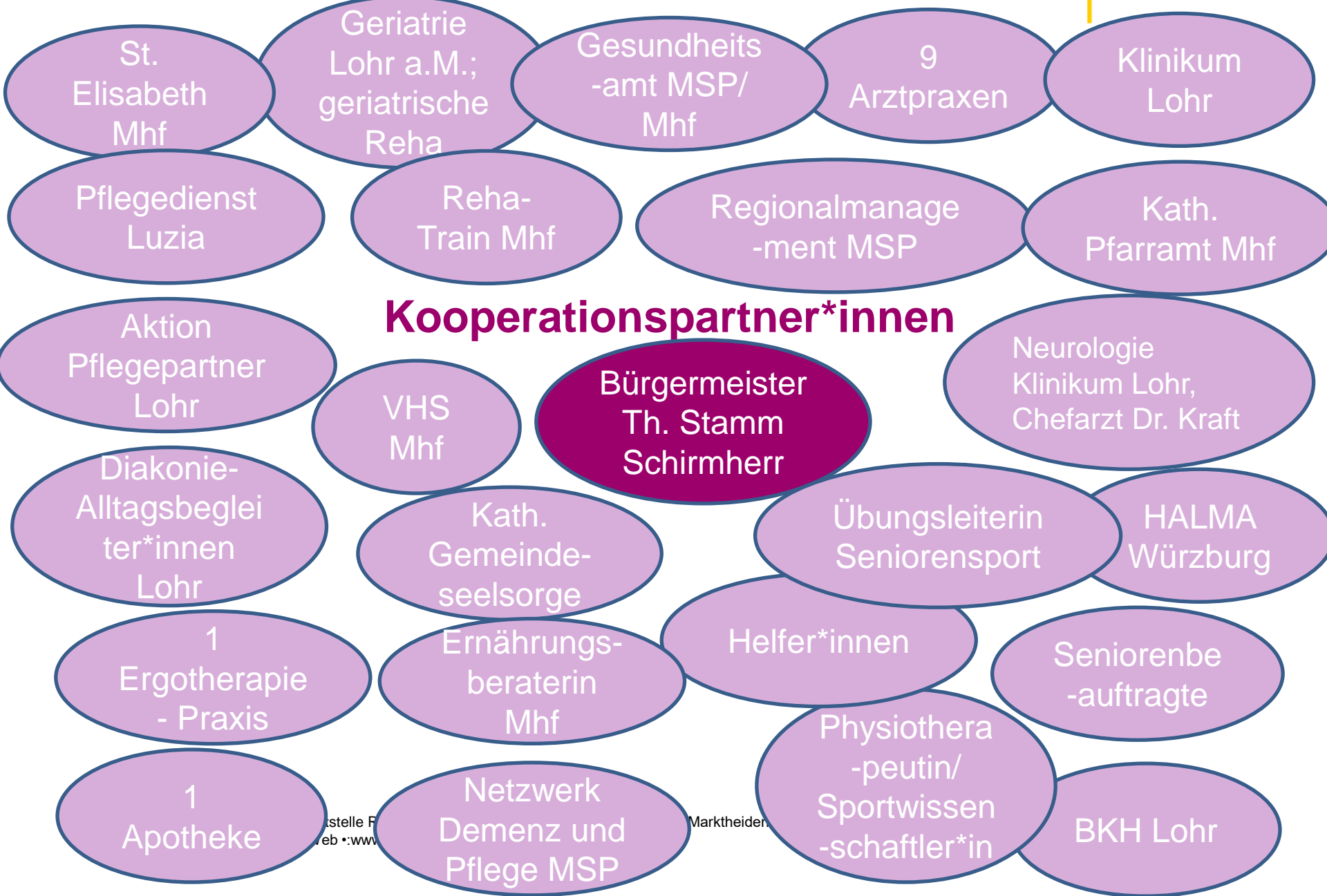
- Erhalt/Stärkung kognitiver Fähigkeiten
- Sturzprävention im Zuge eines Kraft- und Balancetrainings
- Förderung sozialer Kontakte

Ursprünglich geplante Maßnahmen von Profil80+

- Dreitägige Schulung von bereits geschulten Helfer*innen (nach §45 SGB XI) pro Jahr pro Projektzeitraum
- Kombiniertes Aktivierungspaket mit Kraft- und Balancetraining und Training der Gehirnfunktionen im häuslichen Umfeld
- Ambulante Sturzpräventionsgruppe 80+ und für Menschen mit und ohne Gedächtnisbeeinträchtigungen und Demenz

Davon umgesetzte Maßnahmen

- Eine durchgeführte Schulung
- Zwei (vorher 3) ProfiLer*innen bis dato in der häuslichen Aktivierung nach erfolgter Schulungsmaßnahme
- Zwei ambulante Sturzpräventionsgruppen 80+ und für Menschen mit Gedächtnisbeeinträchtigungen und Demenz



Neue Weichenstellung im Projektzeitraum

- Weiterhin Sturzpräventionsgruppen
- Praxisorientierte Filme für ea MA, pflegende Angehörige u.a. anstelle der dreitägigen Fortbildung

Filminhalte

- Übungen und Anleitungen Sturzprävention
- Anregungen für kognitive Aktivierungen
- Beispiele zum Fördern von alltagspraktischen Fähigkeiten
- Ernährungstipps

Zukunftsperspektiven

- Projektdauer 3 Jahre bis Ende September 2023
- Ziel: Nachhaltigkeit
- Übertragung von Profil80+ (v.a. Sturzpräventions-gruppen) auf den Landkreis
- Praxisorientierte Filme zum Downloaden für Interessierte
- Filme als Basis für Schulungen (z.B. für ea Helfer*innen, Angehörige, Azubi`s, MA Betreuung u.a.)
- Finanzierung über Pflegekasse(Ggf. auch über Krankenkasse?)
- Weiterhin Kontaktpflege zu und Zusammenarbeit mit Netzwerkpartner*innen