

Presseföyer – Dienstag, 27. August 2013

**SICHERES VORARLBERG –
Unfällen vorbeugen, gesund leben**
**Vorarlberger Sicherheitsinitiative mit neuem
Namen und bewährten Schwerpunkten**

mit

Landeshauptmann Mag. Markus Wallner
Landesrat Dr. Christian Bernhard
(Gesundheitsreferent der Vorarlberger Landesregierung)
Ing. Franz Rein
("SICHERES VORARLBERG")

"SICHERES VORARLBERG" – Neuer Name, bewährte Schwerpunkte

Pressefoyer, 27. August 2013

Die Initiative "Sichere Gemeinden" startet als "SICHERES VORARLBERG" neu durch. Die bewährten Schwerpunkte bleiben aber gleich: Unfallprävention und Erhalt der Gesundheit für Menschen aller Altersgruppen. Jüngstes Beispiel ist ein Pilotprojekt in Zusammenarbeit mit der Hauskrankenpflege Vorarlberg mit dem Ziel, das Sturzrisiko von älteren Menschen zu mindern.

Vor 20 Jahren startete die Initiative "Sichere Gemeinden" in 14 Vorarlberger Gemeinden, mittlerweile ist daraus eine unverzichtbare Säule des Gesundheitssystems des Landes geworden. Längst findet das Modell auch weit über die Landesgrenzen hinaus Beachtung und Anerkennung. "Es geht um die Verhinderung von menschlichem Leid, das mit Unfällen und Erkrankungen zwangsläufig verbunden ist, aber auch um die Vermeidung von Spitalskosten. Diese Ziele werden auch unter dem neuen Namen 'SICHERES VORARLBERG' mit gleichem Engagement und sicher auch ebenso erfolgreich weiterverfolgt", sagt Landeshauptmann Markus Wallner.

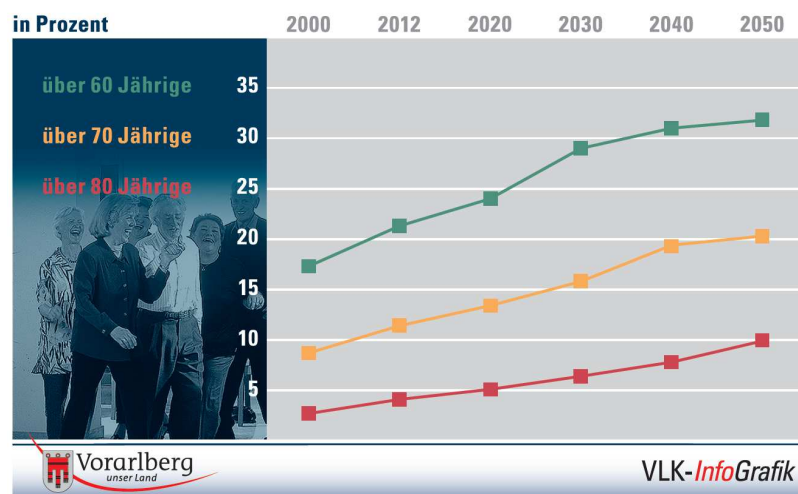
Das Besondere an den vielfältigen Aktivitäten und Veranstaltungen – Beratungen, Workshops, Kurse – von "SICHERES VORARLBERG" ist die bürgernahe und unbürokratische Umsetzung, hebt Wallner einmal mehr hervor: "Das ermöglicht einen leichten, unkomplizierten Zugang für die angesprochenen Zielgruppen und trägt maßgeblich zur Effizienz der Aktionen bei." Land und Gemeinden unterstützen die Arbeit von "Sicheres Vorarlberg" mit rund 400.000 Euro pro Jahr, weitere 100.000 Euro trägt die Allgemeine Unfallversicherungsanstalt (AUVA) zur Finanzierung bei.

Sturzprävention – mehr Sicherheit für ältere Menschen

Stürze im Alter sind nach wie vor die häufigste Ursache für bleibende Pflegebedürftigkeit. Einer gezielten Sturzprävention kommt deshalb auch vor dem Hintergrund einer steigenden Lebenserwartung größte Bedeutung zu, betont Gesundheitslandesrat Christian Bernhard.

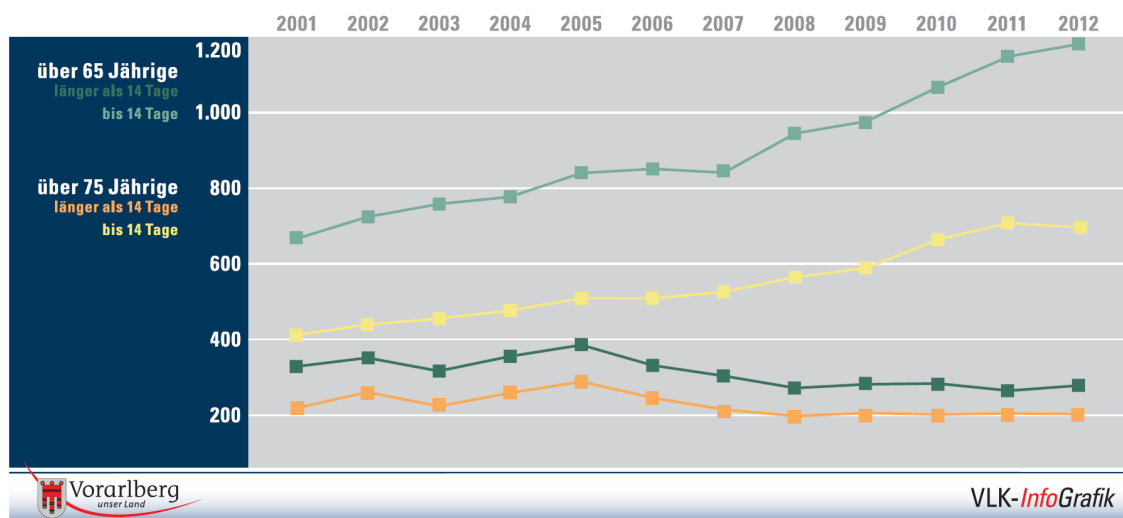
Im Jahr 2020 werden in Vorarlberg voraussichtlich rund 50.000 Menschen leben, die über 70 Jahre alt sind, im Jahr 2040 schon 74.000.

Bevölkerungsanteil älterer Menschen in Vlbg.



Bereits heute müssen jährlich fast 1.500 über 65-Jährige nach einem Sturz im Krankenhaus stationär behandelt werden. Zu den häufigsten und gleichzeitig schwerwiegendsten Verletzungen zählen Oberschenkelhalsbrüche, Frakturen der Lendenwirbelsäule und des Beckens sowie im Bereich der Schulter und der Oberarme.

Ältere Menschen mit Bruchverletzungen in Vlbgs. Krankenhäusern



Neben viel menschlichem Leid verursachen diese Unfälle auch hohe Kosten. Was hier durch erfolgreiche Gesundheitsprävention erreicht werden kann, lässt sich durch ein einfaches Rechenbeispiel veranschaulichen: Im Jahr 2020 werden in Vorarlberg voraussichtlich 50.000 über 70-Jährige leben. Wenn nur ein Prozent von ihnen (500 Menschen) zwei Monate länger selbstständig bleibt, also zwei Monate später in ein Pflegeheim geht, dann macht das bei einem angenommenen Kostensatz von 4.000 Euro/Monat eine Ersparnis von vier Millionen Euro.

Mit dem Programm "Im Gleichgewicht bleiben" wurde schon in den letzten Jahren ein wichtiger Schritt in Richtung bedürfnisorientierter Sturzprävention gesetzt, so Landesrat Bernhard. Mit einem neuen Pilotprojekt sollen darüber hinaus künftig auch jene Seniorinnen und Senioren verstärkt erreicht werden, die nicht mehr so mobil sind – Menschen, die zwar noch selbstständig zu Hause wohnen, aber nach einer Krankheit, einem Spitalsaufenthalt oder aufgrund des Alters in ihrer körperlichen Leistungsfähigkeit eingeschränkt sind. Im Rahmen von Hausbesuchen sollen Menschen ab 75 bei Vorliegen eines Sturzrisikos mindestens ein halbes Jahr lang professionell beim Erlernen eines speziellen Übungsprogramms begleitet werden. "Mit dieser konkreten Hilfe wird es ihnen möglich sein, selbst einen Beitrag zur Minimierung des Sturzrisikos zu leisten", sagt Landesrat Bernhard.

Durch individuelle Übungen das Sturzrisiko gezielt minimieren

Als Sturzpräventionsprogramm mit dem besten Wirkungsnachweis gilt das aus Neuseeland stammende Otago-Übungsprogramm. Es wurde gezielt dafür konzipiert, Stürzen vorzubeugen. Wesentliche Merkmale sind, dass die Übungen individuell zusammengestellt und sie nach einer Phase der Einübung auch selbständig zu Hause durchgeführt werden können. Zudem findet eine regelmäßige standardisierte Überprüfung des Trainingsfortschritts statt, woraufhin das Training erneut angepasst wird. Die Anleitung erfolgt in der Regel durch fünf Hausbesuche innerhalb von sechs Monaten, die durch eine zusätzliche telefonische Betreuung unterstützt werden. Bei konsequenter Durchführung der Übungen lässt sich das Sturzrisiko um 30 Prozent verringern, erläutert Franz Rein von "SICHERES VORARLBERG".

Das in Vorarlberg geplante Pilotprojekt, welches im kommenden Jahr startet, umfasst in einem ersten Schritt die Schulung von zehn Mitarbeiterinnen der Hauskrankenpflege. Sie sollen im Rahmen von Hausbesuchen auch Sturz-Screenings durchführen. Bei einem festgestellten Sturzrisiko erhalten die Seniorinnen und Senioren das Angebot einer fachlichen Einführung ins Otago-Programm direkt im gewohnten Umfeld. "Es geht darum, entsprechende Motivation bei den Betroffenen zu schaffen, um eine regelmäßige Anwendung zu gewährleisten. Jeder sturzffreie Tag ist ein Stück gewonnener Lebensqualität", so Franz Rein.

Mehr Sicherheit für alle Generationen in allen Lebensbereichen

Mit dem Namenswechsel von der "Sichere Gemeinden" zu "SICHERES VORARLBERG" schärft die Initiative ihr inhaltliches Profil und bringt ihr Anliegen noch klarer auf den Punkt. "Denn Sicherheit ist keine rein

kommunale Angelegenheit, sondern umfasst sämtliche Lebensbereiche der Vorarlbergerinnen und Vorarlberger", erklärt Rein.

Die Ziele ändern sich nicht – "Sicheres Vorarlberg" spricht alle Altersgruppen an und bietet Hilfestellungen, um Unfälle zu vermeiden und die Gesundheit zu wahren. Gemeinsam mit Fachleuten werden laufend Lösungen erarbeitet, wie sich Kinder und Jugendliche, Erwachsene und Ältere beim Spiel, in der Freizeit und beim Sport, im Haushalt, in Garten und Heimwerkstatt oder in der Landwirtschaft vor Gefahren und Verletzungen schützen können.

Im Herbst 2013 präsentiert sich "SICHERES VORARLBERG" mit einer Tour durch mehrere Gemeinden:

Di, 3. September 2013, 8.00 – 13.00 Uhr, Kornmarktplatz Bregenz

Mi, 4. September 2013, 8.00 – 12.00 Uhr, Marktplatz Dornbirn

Do, 5. September 2013, 8.00 – 12.30 Uhr, Schlossplatz Hohenems

Fr, 6. September 2013, 14.00 – 17.00 Uhr, Marktplatz Wolfurt

Sa, 7. September 2013, 8.00 – 12.30 Uhr, Marktgasse Feldkirch

Mi, 11. September 2013, 8.00 – 13.00 Uhr, Altstadt Bludenz

(otago.pku)