

Welche Sturzprävention bei Sehbehinderten?

r -- Campbell AJ, Robertson MC, La Grow SJ et al.
Randomised controlled trial of prevention of falls in people aged > or =75 with severe visual impairment: the VIP trial. BMJ 2005 (8. Oktober); 331: 817-20

[\[LINK\]](#)

Zusammenfassung: Eva Blozik

Kommentar: Andreas E. Stuck

Studienziele

Ältere Personen mit Sehstörungen weisen ein erhöhtes Sturzrisiko auf. Verschiedene Interventionsansätze haben sich bei nicht sehbehinderten Personen als wirksam in der Sturzprävention erwiesen. In der vorliegenden Studie verglich man nun die Wirksamkeit zweier Programme zur Sturzprävention bei älteren Personen mit Sehbehinderung.

Methoden

391 über 75-jährige, zu Hause lebende Personen mit einer Sehbehinderung (Visus von 0,25 oder schlechter) wurden in die Studie aufgenommen. Sie wurden nach dem Zufallsprinzip in vier Gruppen eingeteilt. Durchgeführt wurden entweder eine Heimabklärung zur Ausschaltung von Sturzquellen, ein Trainingsprogramm zu Hause unter physiotherapeutischer Anleitung mit zusätzlicher Vitamin-DEinnahme, beide Interventionen oder lediglich zwei Hausbesuche (Kontrollgruppe). Während eines Jahres wurden die aufgetretenen Stürze und die damit verbundenen Verletzungen erfasst.

Ergebnisse

Die teilnehmenden Personen, 68% davon Frauen, waren im Mittel 83 Jahre alt. Mehr als 40% der Teilnehmenden waren im Vorjahr mindestens einmal gestürzt. Im Beobachtungsjahr stürzten Personen, bei denen die Heimabklärung zur Beseitigung von Sturzquellen durchgeführt worden war, seltener (0,9 gegenüber 1,5 Ereignisse pro Personenjahr). Personen im Bewegungsprogramm stürzten tendenziell häufiger als diejenigen ohne Bewegungsprogramm; dabei stürzten jedoch diejenigen, die das Bewegungsprogramm strikt eingehalten hatten, weniger häufig als diejenigen, die seltener geübt hatten. Bezüglich sturzbedingten Verletzungen fand sich für keine Gruppe ein signifikanter Vorteil.

Schlussfolgerungen

Eine Heimabklärung zur Beseitigung von Sturzquellen reduzierte bei älteren Personen mit Sehschwäche die Sturzhäufigkeit. Ein Trainingsprogramm erschien wirkungslos, möglicherweise weil die Teilnehmenden die Übungen nicht konsequent durchgeführt hatten.

Zusammengefasst von Eva Blozik

Bisher hat meines Wissens keine Studie überzeugend nachweisen können, dass eine Umgebungsintervention bei älteren Personen wirksam ist. Diese relativ kleine Studie belegt nun, dass bei der Zielgruppe von sehbehinderten älteren Personen ein Assessment der häuslichen Umgebung mit anschließenden Verbesserungen der Wohnumgebung die

Sturzhäufigkeit reduziert. Wichtig finde ich den Aspekt, dass diese Intervention von speziell geschultem Personal durchgeführt wurde. Leider war die Stichprobengröße der Studie nicht ausreichend, um aufzeigen zu können, ob dadurch auch weniger Verletzungen auftreten. Die Studie unterstützt die Bedeutung des Hausbesuchs, sei es vor Spitalentlassung, nach einer Rehabilitation, oder sei es durch den Hausarzt im Rahmen einer präventiven Beratung.

Andreas Stuck