



Alarmfragen

- Sturz in den letzten 12 Monaten?
- Unsicher beim Stehen oder Gehen?
- Angst zu stürzen?

3 x NEIN

1-3 x JA

Screening-Tests

- Timed Up and Go (TUG)
- Five Times Sit To Stand (5xSTS)

Screening unauffällig

GERINGES STURZRISIKO

Massnahmenpaket geringes Sturzrisiko
• Beratung

Screening auffällig

nicht mehr als 1 Sturz,
keine Verletzungen

MODERATES STURZRISIKO

Ärztliche Verordnung
wegen Sturzproblematik

Anamnese / Abklärungen /
Assessments

Massnahmenpaket moderates Sturzrisiko

- Gleichgewicht, Kraft, Gangsicherheit trainieren
- Allgemeine Beratung; Adhärenz fördern

Screening auffällig

zwei oder mehr Stürze,
Stürze mit Verletzungen

HOHES STURZRISIKO

Massnahmenpaket hohes Sturzrisiko

- Gleichgewicht, Kraft, Gangsicherheit trainieren
- Zusätzliche Massnahmen gemäss multifaktoriellen Abklärungen und Fokustests
- Allgemeine Beratung; Adhärenz fördern

Risiko erkennen (Screening)

Risiko abklären

Risiko reduzieren

Evaluation und
weiteres Vorgehen