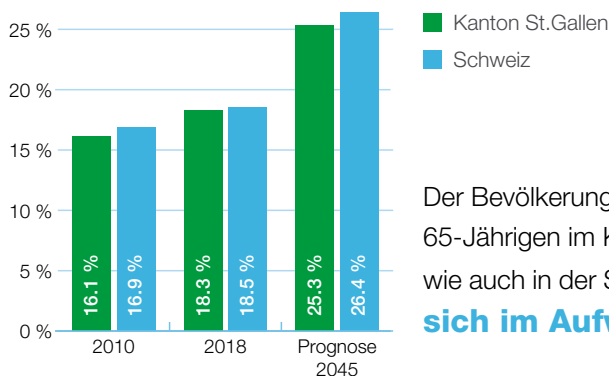




Stürze und Sturzprävention bei der älteren Bevölkerung im Kanton St.Gallen

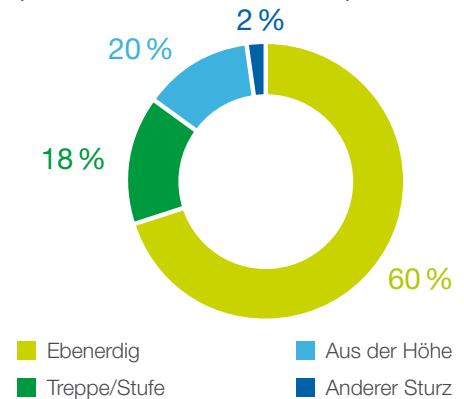
Zahlen und Fakten im Überblick

Bevölkerungsanteil von über 65-Jährigen



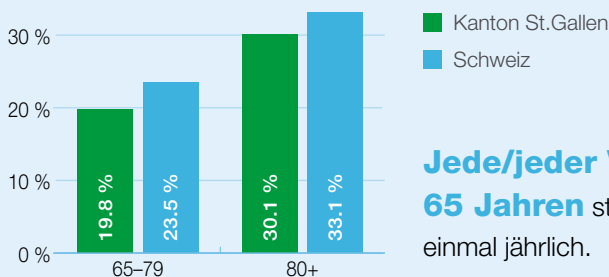
Der Bevölkerungsanteil der über 65-Jährigen im Kanton St.Gallen wie auch in der Schweiz **befindet sich im Aufwärtstrend.**

Stürze in der Altersgruppe 65+ nach Unfallhergang in der Schweiz (Jahresmittelwerte 2013–2017)



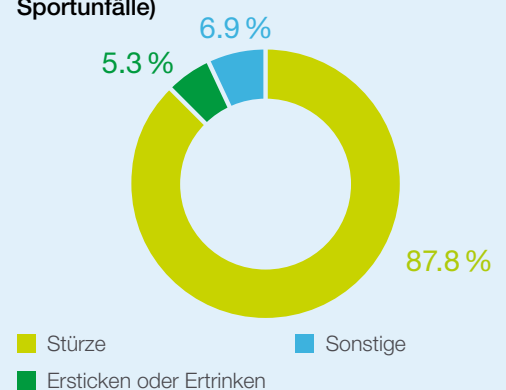
Etwa **ein Drittel** aller Stürze passiert Personen ab 65 Jahren.

Mindestens ein Stolper- oder Sturzunfall im Jahr vor der Befragung (Jahresmittelwerte 2002–2017)



Jede/jeder Vierte ab 65 Jahren stürzt mindestens einmal jährlich.

Todesfälle in der Altersgruppe 65+ nach Unfallhergang zu Hause oder in der Freizeit in der Schweiz (Jahresmittelwerte 2013–2017; ohne Unfälle im Strassenverkehr und Sportunfälle)



Von den jährlich rund 1'800 Unfalldtoden über 65 Jahren (Unfälle in Haus und Freizeit) sterben **87.8 % durch Stürze.**

Laut einer Hochrechnung der Beratungsstelle für Unfallverhütung BFU entstehen im Kanton St.Gallen durch Stürze jährlich **Spital- und Heilungskosten von ca. 29 Mio. Franken.** Weitere materielle Kosten (Leistungsausfälle, Administration usw.) liegen bei ca. 106 Mio. Franken.

Schweizweit verursachen Stürze Spital- und Heilungskosten von ca. 470 Mio. und materielle Kosten von 1.7 Mrd. Franken.



Datengrundlagen

Bundesamtes für Statistik (BFS)

Schweizerisches Gesundheitsobservatorium (Obsan):
 Gesundheit im Kanton St.Gallen 05/2020

Beratungsstelle für Unfallverhütung (BFU) – Status 2020

Fachstelle für Statistik Kanton St.Gallen, Statistikdatenbank STADA2

Summary of the Updated American Geriatrics Society/British Geriatrics Society
 Clinical Practice Guideline for Prevention of Falls in Older Persons

Hintergrund

Laut der Beratungsstelle für Unfallverhütung (BFU) sind Stürze in der Schweiz die häufigste Unfallursache in der Freizeit – zu Hause und unterwegs. Besonders betroffen sind Personen über 65 Jahren. Das Amt für Gesundheitsvorsorge des Kantons St.Gallen setzt verschiedene Präventionsprojekte um, die das Ziel haben, die Sturzzahlen zu senken und die Selbständigkeit und Lebensqualität der älteren Bevölkerung zu unterstützen.

Die statistischen Daten zur Häufigkeit von Stürzen bei Menschen über 65 Jahren zeigen deutlich den grossen Handlungsbedarf und die Wichtigkeit von passenden Präventionsmassnahmen. Die Sturzprävention möchte sturzbedingte Verletzungen und Todesfälle bei der älteren Bevölkerung verhindern. Die Massnahmen setzen auf zwei Ebenen an:

Personenbezogene Präventionsansätze: Regelmässiges Kraft- und Gleichgewichtstraining, ausgewogene Ernährung zur Verhinderung von Mangelerscheinungen, Verwendung von Hilfsmitteln (z. B. Brille, rutschfeste Matte in der Dusche, Handlauf an der Treppe), Überprüfung der Medikation, Behandlung von Sturzangst usw.

Umweltbezogene Präventionsansätze: Anpassungen in der Wohnung (z. B. Entfernung von Stolperfallen, gute Beleuchtung), Bauen und Betreiben von sicheren Infrastrukturen im öffentlichen Raum (z. B. rutschfeste Bodenbeläge, sichere Treppen, barrierefreie Zugänge) usw.

Der Kanton St.Gallen verfolgt mit verschiedenen Projekten beide Ansätze. Insbesondere engagiert sich der Kanton seit 2018 im nationalen Projekt «StoppSturz» zur Sensibilisierung, Professionalisierung und Vernetzung von Fachpersonen im Gesundheitswesen. Neben der Verbesserung der Fachkenntnisse zur Sturzprävention bei medizinischen und nicht-medizinischen Fachpersonen werden auch Strukturen und Abläufe entlang der gesamten Versorgungskette optimiert – hin zu einer koordinierten und integrierten Versorgung.

Weiterführende Informationen

- www.bfu.ch
Beratungsstelle für Unfallverhütung, Dossier zu Sturzunfällen
Zuhause & Garten > [Stürze verhindern](#)
- www.stoppsturz.ch
Informationen zum nationalen Projekt «StoppSturz» und zu den kantonalen Projekten
- www.sichergehen.ch
Allgemeine Sturzprävention im Alter

Stand Factsheet: Juli 2021

Amt für Gesundheitsvorsorge

ZEPPRA Prävention und Gesundheitsförderung
Unterstrasse 22
9001 St.Gallen

Tel. +41 58 229 87 60
zepra@sg.ch
www.zepra.info