

Medieninformation

Sächsisches Staatsministerium für Soziales, Gesundheit und
Gesellschaftlichen Zusammenhalt

Ihr Ansprechpartner
Juliane Morgenroth

Durchwahl
Telefon +49 351 564 55055
Telefax +49 351 564 55060

presse@sms.sachsen.de*

03.02.2015

Ministerin Klepsch: »Mobilität schafft Lebensqualität!«

Wie kann Stürzen im höheren Alter vorgebeugt werden? Kann man sie wohlmöglich verhindern? Welche Komponenten können dazu beitragen? Was kann jeder einzelne dafür tun?

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass 86 Prozent aller Frakturen die Folge von Stürzen sind. Die Ursachen dafür sind eine Abnahme der muskulären Leistung und eine Verschlechterung der Balance bzw. der allgemeinen kognitiven Leistung. Da mit zunehmendem Lebensalter auch die Festigkeit der Knochen abnimmt, steigt das Risiko für einen Knochenbruch bei einem Sturz dramatisch an. »Wird das Risiko allerdings rechtzeitig erkannt, kann körperliches Training von Kraft und Balance das persönliche Sturzrisiko bis ins hohe Alter deutlich verringern«, betonte Gesundheitsministerin Barbara Klepsch.

»Wer Sport treibt, erhält sich seine Mobilität und somit Lebensqualität bis ins hohe Alter. Sachsen hat deutschlandweit den höchsten Anteil an 65-Jährigen gesetzlich Krankenversicherten sowie eine überdurchschnittlich große Anzahl von Hochaltrigen d.h. Menschen, die über 85 Jahre alt sind. Unser Ziel ist es, das auch unsere ältere Bevölkerung in bestmöglichem Gesundheitsstatus altert. Im Rahmen des Gesundheitsziels »Aktives Altern« kommt der Sturzprävention daher hohe Bedeutung zu, wir sensibilisieren damit das Gesundheitsbewusstsein jedes Einzelnen: Ein Fragebogen im Internet lässt Interessierte zum einen das eigene Risiko einschätzen. Gleichzeitig wird bei erhöhter Gefährdung eine zielgerichtete Behandlung beim Haus- und ggfs. Facharzt empfohlen. Wir haben damit zugleich als erstes Bundesland eine repräsentative Auswertung vorzuweisen, die uns aufschlüsselt, wie es um die Sturz- und Frakturrisiken der älteren Sächsinen und Sachsen bestellt ist«, sagte Barbara Klepsch.

Der Bund der Osteologen Sachsen führte gemeinsam mit dem Hausärzterverband und der Sächsischen Apothekerkammer im Auftrag des sächsischen Gesundheitsministeriums eine Studie zur Prophylaxe bei Knochenbrüchen durch.

Hausanschrift:
Sächsisches Staatsministerium
für Soziales, Gesundheit
und Gesellschaftlichen
Zusammenhalt
Albertstraße 10
01097 Dresden

www.sms.sachsen.de

Zu erreichen mit den
Straßenbahnlinien
3, 7, 8 Haltestelle Carolaplatz.

* Kein Zugang für verschlüsselte
elektronische Dokumente. Zugang
für qualifiziert elektronisch signierte
Dokumente nur unter den auf
www.lsf.sachsen.de/eSignatur.html
vermerkten Voraussetzungen.

Ergebnisse der Analyse sind:

Frauen haben ab dem 60. Lebensjahr ein höheres Sturz- und Frakturrisiko als Männer im jeweiligen Alter. Eine mögliche Begründung ist, dass Männer sich bis ins höhere Lebensalter regelmäßiger sportlich betätigen. Zudem zeigt die Studie, dass Frauen über 50 Jahren regelmäßig ihre Sturz- und Knochenbruchgefährdung überprüfen lassen sollten, da ihre Knochendichte besonders nachlässt.

Das Sturz- und Frakturrisiko erhöht sich auf 80 Prozent, wenn ab einem Alter von 65 Jahren nicht regelmäßig Sport betrieben wird. Wird dem jedoch regelmäßig nachgegangen, verdoppelt sich der Anteil derer, die nicht auffallend gefährdet sind, auf 40 Prozent.

Mehr Informationen sowie das Internet-Anamnesetool unter:

www.mobilität-schafft-lebensqualität.de

Links:

[Weitere Informationen](#)