

AOK Nordost

# Prävention in den Lebenswelten älterer Menschen

28.11.2018

# Agenda



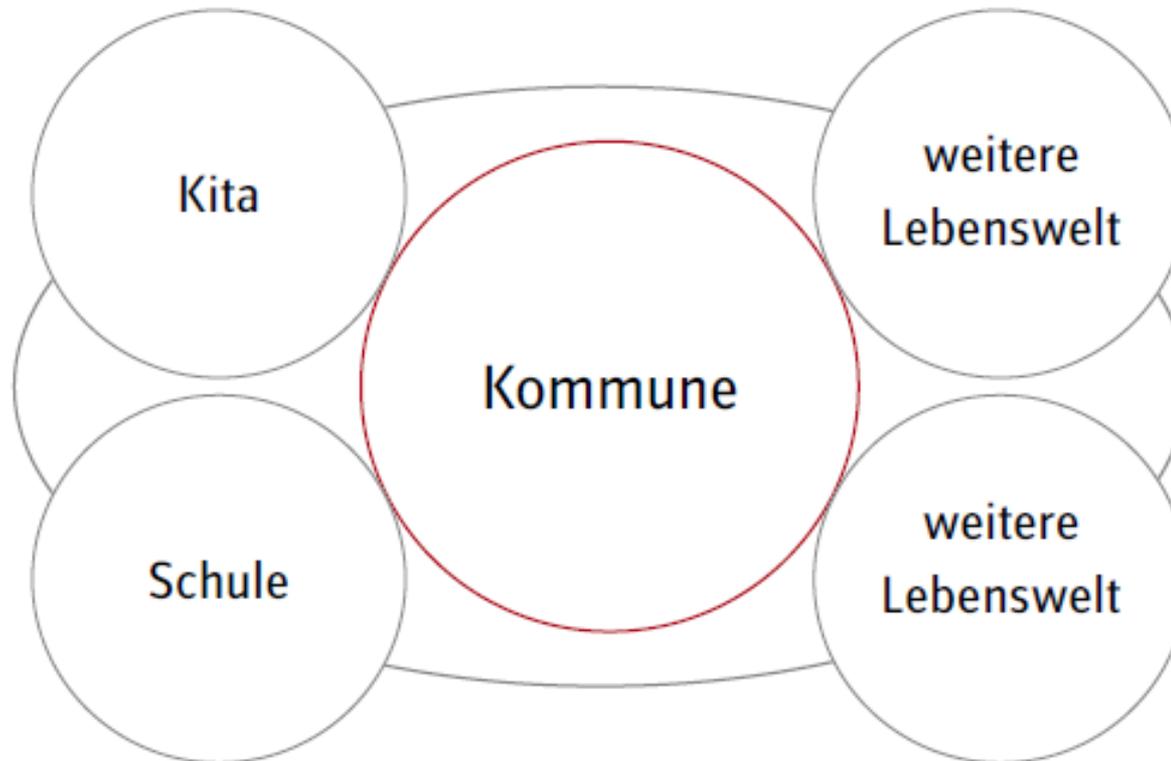
## Lebenswelt Kommune

Prävention in der Häuslichkeit

Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen und Tagespflegen

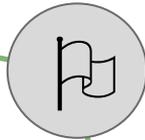
# Lebenswelt Kommune

## Leitfaden Prävention - §20 SGB V



Quelle: Leitfaden Prävention, vom 21. Juni 2000 in der Fassung vom 1. Oktober 2018, S. 25

# Lebenswelt Kommune



## Ziele

Förderung gesundheitsorientierten Handelns

### Verminderung von

- Krankheitsrisiken
- sozial und geschlechtsbedingter Ungleichheit von Gesundheitschancen

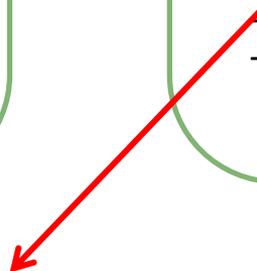
### Nachhaltige Verankerung der Gesundheitsförderung in der Kommune

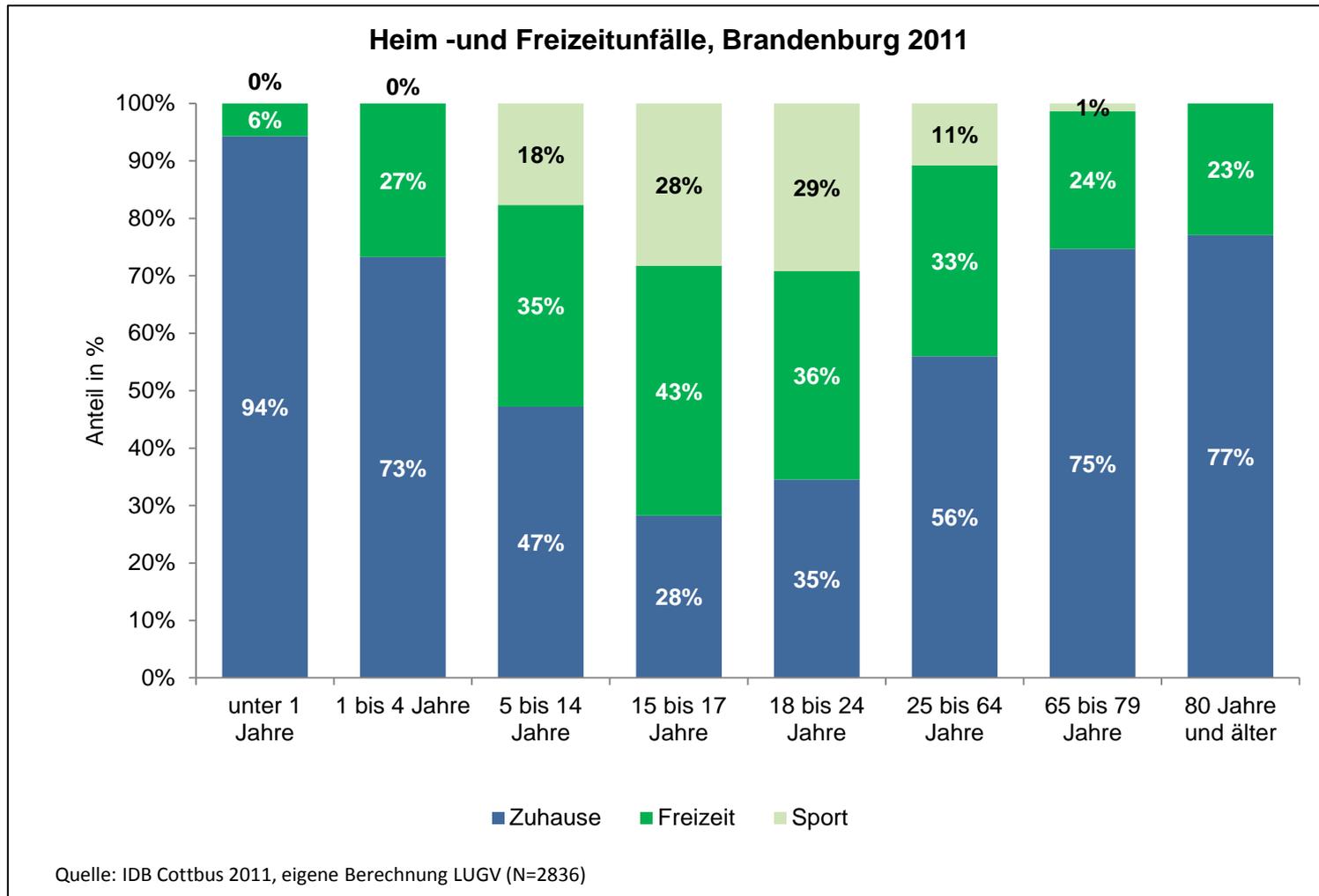
→ Aufnahme des Ziels Gesundheit in den Zielkatalog der Kommune



## Zielgruppen

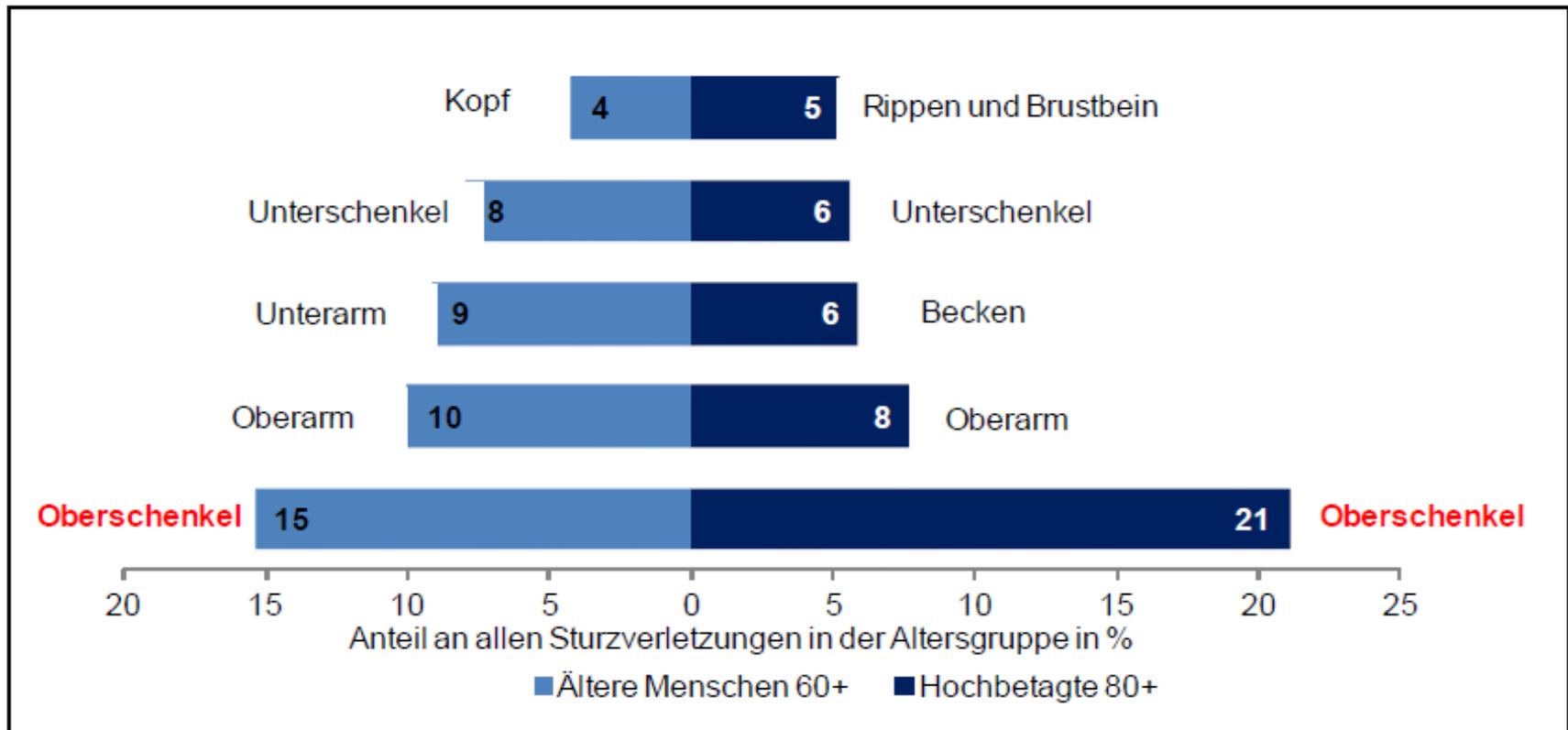
- **Alle in der Kommune lebenden Menschen**
- **Besondere Zielgruppen im Setting Kommune:**
  - Werdende, junge Familien und Alleinerziehende
  - Ältere/alte Menschen
  - Arbeitslose Menschen
  - Menschen mit Migrationshintergrund





# Lebenswelt Kommune

## Bei Stürzen verletzte Körperregionen älterer Menschen Land Brandenburg 2010



Quelle: IDB Cottbus, 2010



- Gesetzliche Grundlage nach § 20a Abs. 1 SGB V
- AOK-Angebot zur Sturzprävention ist für ambulante Einrichtungen kostenfrei, offen und kostenfrei für Senioren aus der Region
- Evaluation durch die Freie Universität Berlin
- Seit 2010 an insgesamt 222 Standorten in Brandenburg, Berlin und Mecklenburg- Vorpommern
- Besondere Herausforderung Aufbau von Angeboten zur Sturzprävention im ländlichen Gebiet



## Ziele:

- Reduzieren des Sturzrisikos zu Hause und im häuslichen Umfeld
- Förderung und Erhalt der Mobilität und Selbstständigkeit in der zweiten Lebenshälfte
- Erhöhen der Lebensqualität
- Senkung ärztlicher Behandlungskosten
- Vorbeugung der Vereinsamung im Alter

# Lebenswelt Kommune

## Sicher und Aktivsein im Alter



**Modul I: Grundlagen des Balance- und Krafttrainings**

**Modul II: Koordinationsschulung mit kognitivem Anteil**

**Modul III: Sicher Aufstehen (Teil der Supervision I)**

**Modul IV: Gesunde und genussvolle Ernährung im Alter (Teil der Supervision II)**

**Supervision I: Modul III und Übungen mit dem Movisensa Erfahrungsaustausch**

**Supervision II: Modul IV Erfahrungsaustausch**





## Wie funktioniert's?

- Zentrale Schulungen durch AOK Nordost  
(16 Teilnehmer/Schulung, 2 Teilnehmer/Einrichtung, Mitarbeiter/  
Ehrenamtliche, Dauer: je 8 Unterrichtseinheiten à 45 Min.)
- Beratung zur Vermeidung von Sturzgefahren
- Schulung zu trainingsmethodischen Inhalten des Balance-, Kraft- und Koordinationstrainings
- Wissen um altersspezifische Besonderheiten der Trainingsteilnehmer

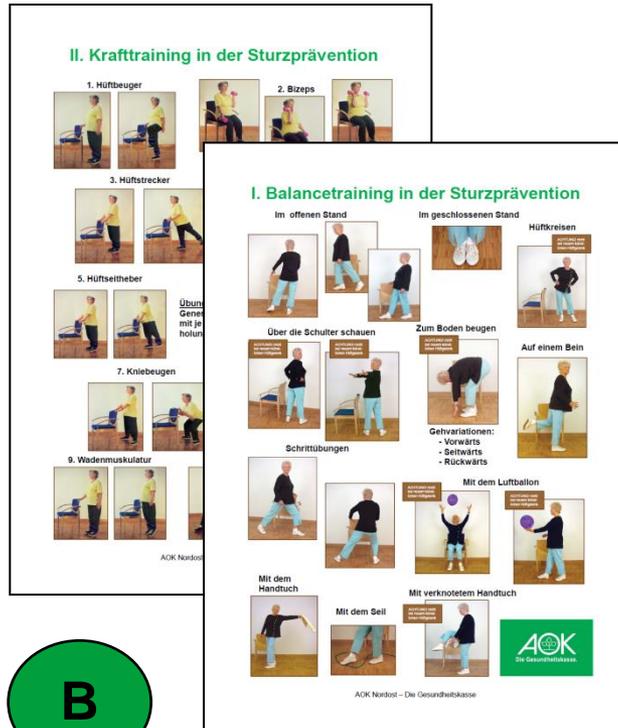
- Information und Beratung der Teilnehmer zur Vermeidung von Sturzgefahren in der Häuslichkeit
- Durchführen des Balance- und Krafttrainings und der Koordinationsschulung mit kognitivem Anteil
- Qualifizierte Anleitung der Trainingsgruppe/n
- Trainingsüberwachung und -steuerung
- Bei Bedarf Dokumentation des Trainings
- Verantwortlich für die Bestellung und Verwahrung der Trainingsmaterialien
- Multiplikatorenfunktion



# Medien

**A**

**Broschüre für Trainingsgruppenleiter**



**B**

**Laminiertes Übungsplakat DIN A3 für Trainingsgruppenleiter**



**C**

**Flyer Für Hausärzte, Angehörige**



**E**

**Poster DIN A3 für die Einrichtungen**

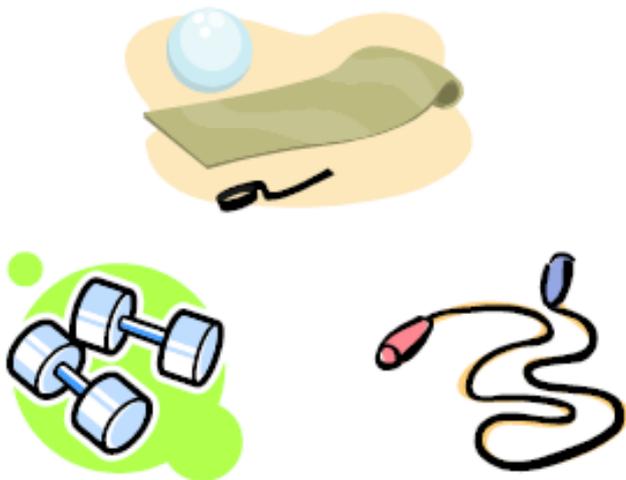


**D**

**Broschüre für teilnehmende Senioren**

Für die Einrichtung durch  
die AOK Nordost  
bezuschusstes  
Trainingsmaterial:

- 12 Gymnastikseile, 12 Tennisbälle
- 12 PU-Schaumstoffbälle
- 12 Bohnensäckchen
- 1 Gymnastikmatte
- 10 Kurzhanteln 0,500 kg
- 12 Kurzhanteln 1 kg
- 12 Kurzhanteln 1,5 kg
- 4 Kurzhanteln 2 kg
- 2 Schaumstoffbälle (groß)
- 12 Chiffontücher
- 1 Koordinationsleiter „Roll out“

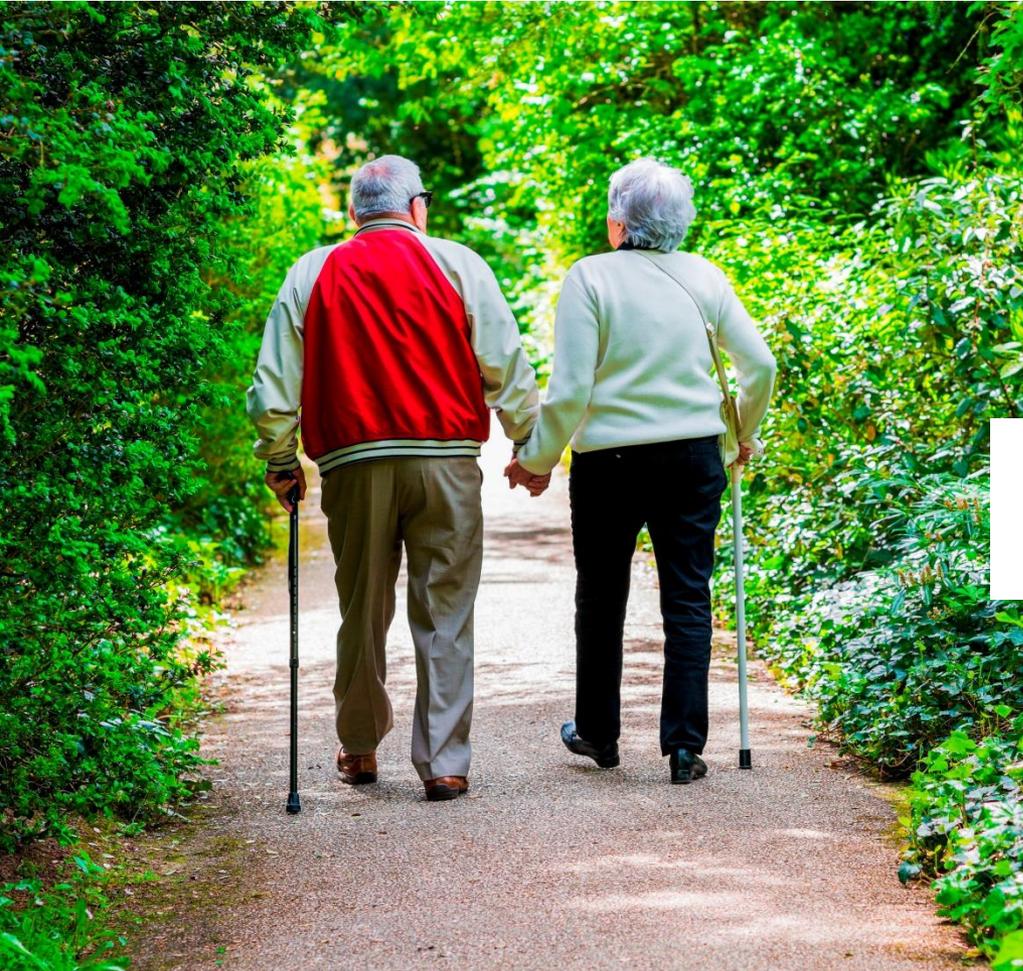




## Leistungen und Ausstattung Einrichtung:

- Ermöglichen der Teilnahme Ihrer Mitarbeiter bzw. Ehrenamtlichen an den Schulungen und den Supervisionen
- Bestellung und Verwahrung der Trainingsmaterialien
- Organisation des regelmäßigen Trainings mit den von der AOK Nordost bezuschussten Trainingsmaterialien am Standort
- Anbieten des Programms für alle interessierten Senioren kostenfrei und dauerhaft am Standort
- Selbstständige Meldung bei Nachschulungsbedarf an die AOK Nordost (dauerhaft zwei Trainingsgruppenleiter in der Einrichtung)

# Agenda

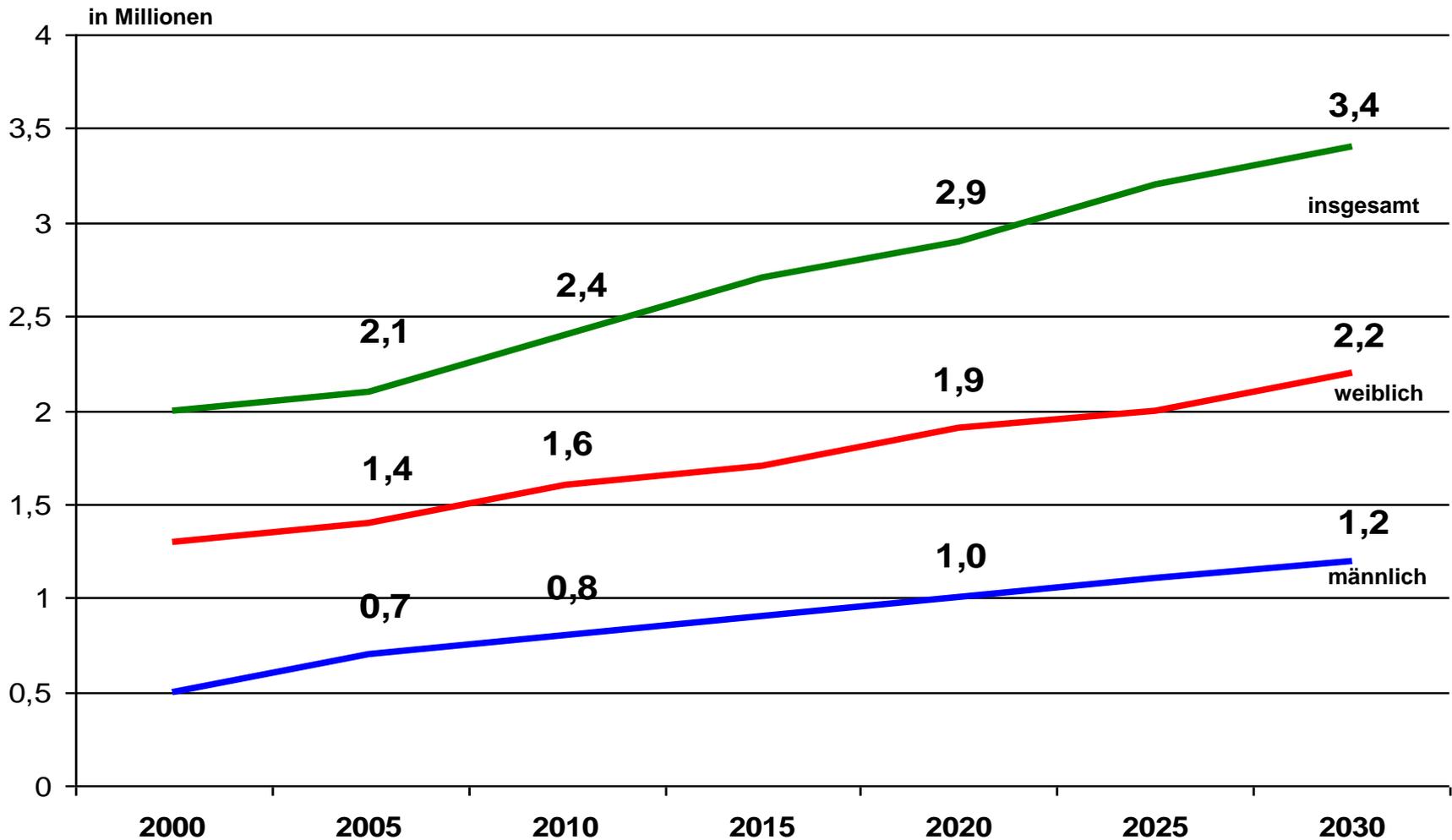


Lebenswelt Kommune

Prävention in der Häuslichkeit

Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen und Tagespflegen

# - Anteil Pflegebedürftige -



Quelle: Statistische Ämter des Bundes und der Länder

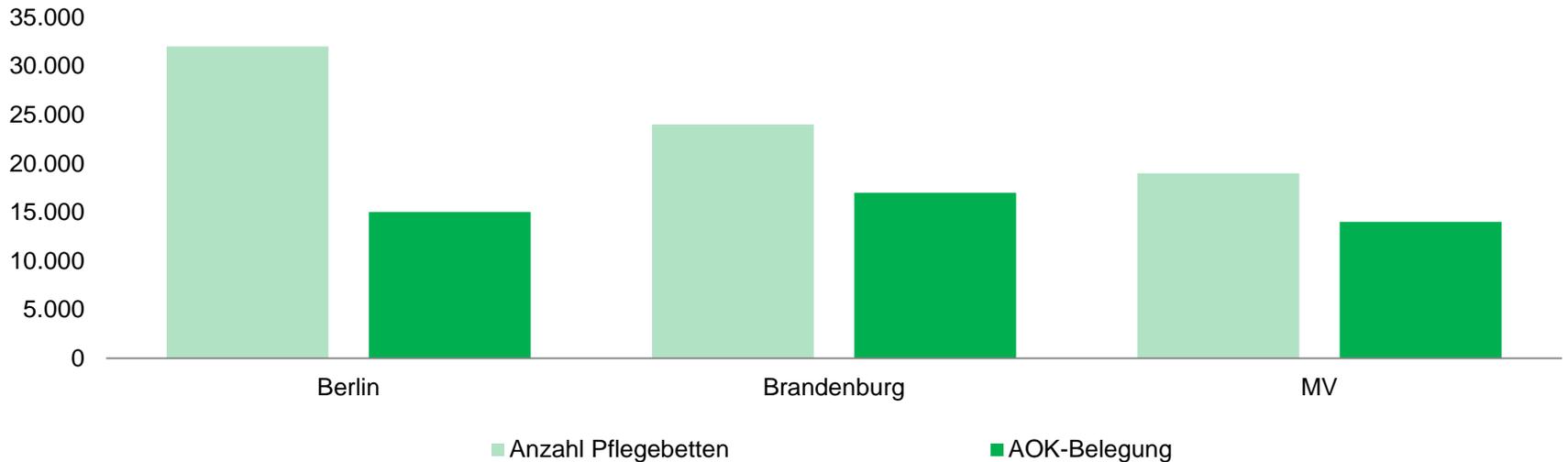
# - Ausgangssituation der AOK Nordost -



## Anteil der Pflegebedürftigen

	MV	AOK Nordost
Anzahl Versicherte	431.000	1.734.000
Anzahl Pflegebedürftige*	50.000	173.000
in %	12%	10%

## Anzahl Pflegebetten mit AOK-Belegung



\* Pflegegrade 1 bis 5

# Sturzprävention in der Häuslichkeit

## - Ausgangslage -



- Problem der eingeschränkten Mobilität nimmt ständig zu
- Verschiedene Mobilitätseinschränkungen sind verantwortlich für einen hohen pflegerischen Versorgungsaufwand
- Wiederkehrende Sturzereignisse können sich zu einem eigenständigen Krankheitsbild – Sturzangst – entwickeln
- Mit dem demografischem Wandel wird sich der Versorgungsaufwand in den nächsten Jahren erheblich erhöhen
  
- Sturzbedingte Frakturen bei Älteren in **Haushalten** im Bereich Hüftgelenk jährlich 4 % angestiegen  
= 1 Mrd. € Mehrkosten in letzten 10 Jahren bundesweit

# Sturzprävention in der Häuslichkeit

## - Zielsetzung des Programmes -



### Ziele

- Sturzprophylaxe in der Häuslichkeit wird flächendeckend in Mecklenburg-Vorpommern durchgeführt
- Wahrscheinlichkeiten für Stürze werden reduziert
- Sturzfolgen werden gemindert
- Unabhängigkeit und Selbstständigkeit bei Gestürzten werden erhalten
- Pflegepersonal wird entlastet
- Krankenhauseinweisungen werden verringert

### Erhalt der Lebensqualität



# Sturzprävention in der Häuslichkeit

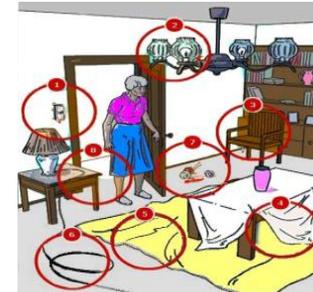
## - Akteure und Verantwortlichkeiten -



**Zugelassene  
Ambulante  
Pflegedienste**



**AOK -Versicherte**



**AOK Nordost**



# Sturzprävention in der Häuslichkeit

- Akteure und Verantwortlichkeiten -



**Zugelassene ambulante  
Pflegedienste**

- Leistungserbringung  
nach Qualifizierung



# Sturzprävention in der Häuslichkeit

## - Akteure und Verantwortlichkeiten -



### Weiterbildungsziele

📄 Sturzgefahren werden erkannt; Sturzpräventive Maßnahmen können umgesetzt werden

#### **Modul 1**

Anatomische und physiologische Grundlagen, Gesprächsführung mit Angehörigen, Beratung, schwierige Situationen, Einbindung der Sturzprophylaxe in den Pflegeprozess

#### **Modul 2**

Sturzprävention, Sturzkreislauf, Bewertungsinstrumente für Risikofaktoren, Dokumentation des Beratungsgesprächs/ der Sturzgefahr, Wohnraumanpassung, Grundlagen/ -Übungen zur Förderung der Kraft und Balance, Gehen mit Hilfsmitteln, Bewegungsdiagnostik

#### **Modul 3**

Pädagogische Grundlagen zur Durchführung von Übungseinheiten in der Gruppe, ausgewählte Rechtsgrundlagen

Modul 1 und 2 = 120h; Modul 3 = 40h

# Sturzprävention in der Häuslichkeit - Akteure und Verantwortlichkeiten -



## Eins-zu-Eins Betreuung in der Häuslichkeit



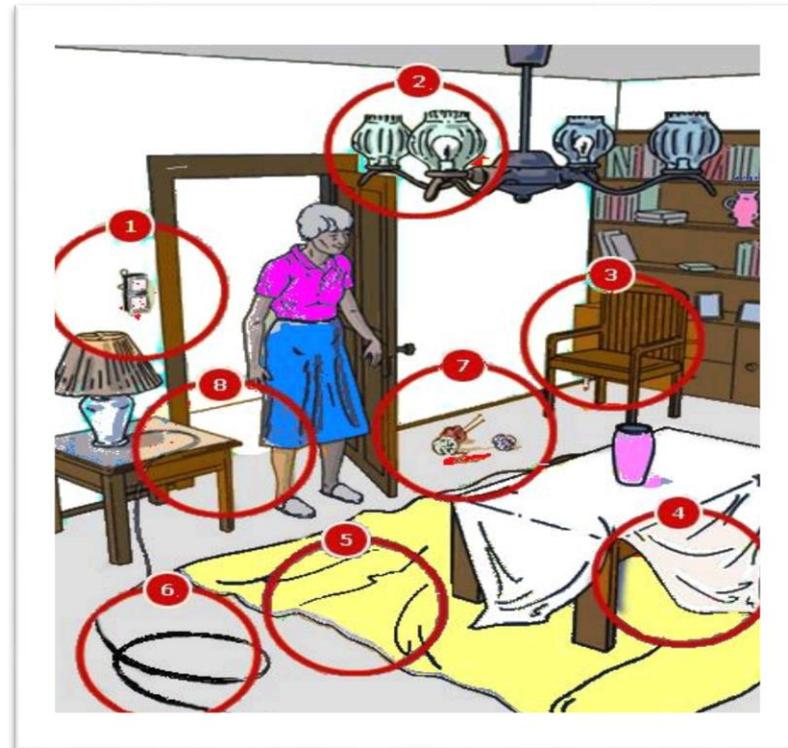
## Gruppentraining



# Sturzprävention in der Häuslichkeit - Akteure und Verantwortlichkeiten -

**AOK -Versicherte**

**Mitwirkung im Sinne SGB V**



# Sturzprävention in der Häuslichkeit

## - Akteure und Verantwortlichkeiten -



- Prozessbegleitung durch Mitarbeiter
- Erstellung des Curriculum für die Weiterbildung
- Abschluss der Ergänzungsvereinbarung nach § 45 SGB IX, mit der LIGA und dem bpa
- Vergütung der erbrachten Leistungen

# Sturzprävention in der Häuslichkeit

## - Zulassung -



Vertragsunterzeichnung zwischen den Trägern und der Pflegekasse der AOK Nordost

➔ Vorlage der Teilnehmerzertifikate  
Module 1 und 2 und 3

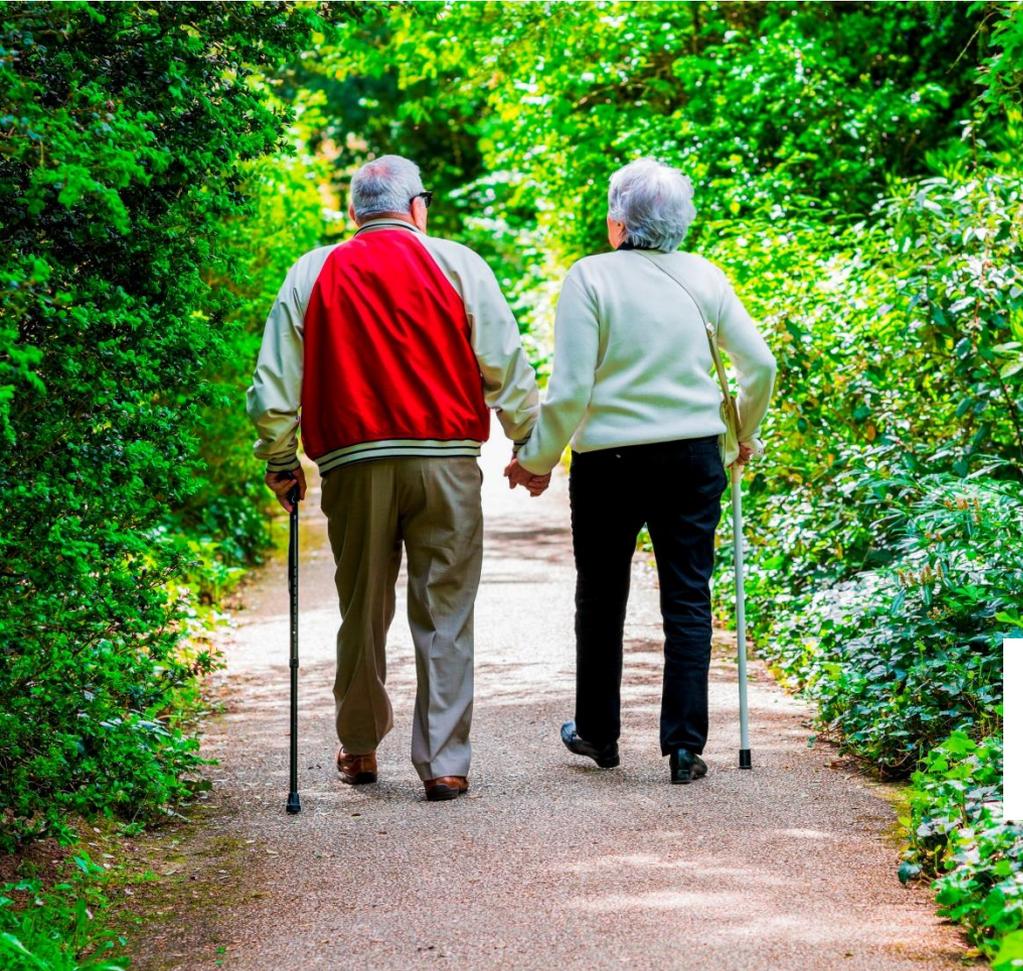
# Sturzprävention in der Häuslichkeit

## - Aktueller Stand der Umsetzung -



Es bieten derzeit **235** ambulante Pflegedienste in Mecklenburg-Vorpommern dieses Zusatzprodukt der AOK Nordost an.

# Agenda



Lebenswelt Kommune

Prävention in der Häuslichkeit

Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen und Tagespflegen

# Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen

## - Gesetzliche Grundlagen -



- Pflegeversicherung erhält 2016 erstmalig Präventionsauftrag
- Menschen in stationären Pflegeeinrichtungen sollen mit gesundheitsfördernden Angeboten erreicht werden
- Pflegekassen leisten einen zusätzlichen Beitrag zur Förderung von Pflegebedürftigen
- Ausgaben umfassen 0,31€ je Versicherten jährlich

# Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen - Gesetzliche Grundlagen -



- Erarbeitung Leitfaden für die Prävention in der stationären Pflege
- Grundlage für Leistungen der Prävention und Gesundheitsförderung in Einrichtungen der stationären Pflege
- Pflegekassen sollen zusammenarbeiten und kassenübergreifende Leistungen zur Prävention erbringen

# Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen

## - Gesetzliche Grundlagen -

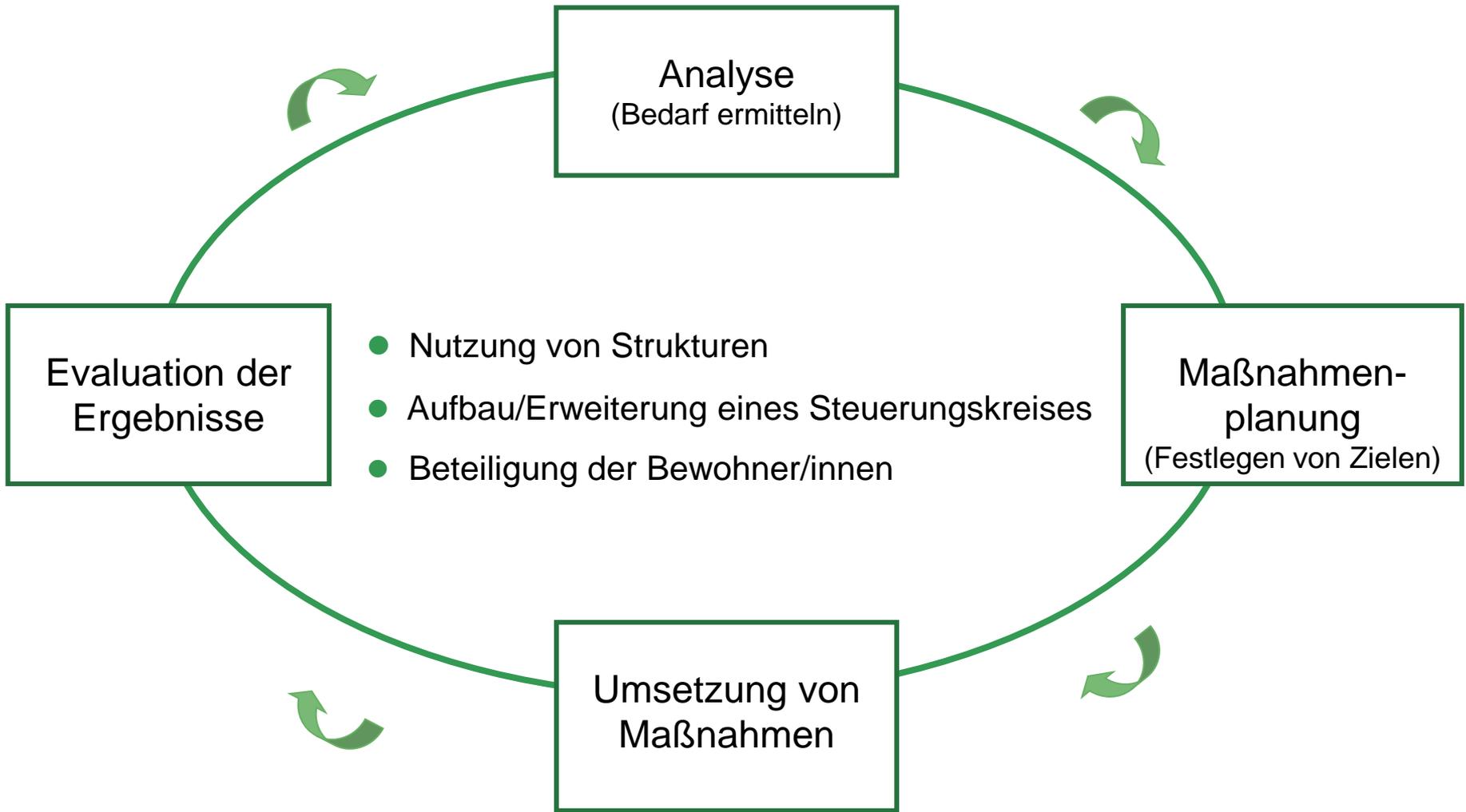


- Pflegekassen sollen ihre Aufgabe durch Beratung von Pflegeeinrichtungen und durch Unterstützung mittels Erbringen von Ressourcen erfüllen
  - Z.B. Beratung, Moderation, Projektmanagement
  - Entwicklung qualitätsgesicherter Konzepte
  - Qualifizierung von Fachkräften, die die in den einzelnen Handlungsfeldern aufgeführten Maßnahmen durchführen
  
- Ausschlusskriterien
  - Z.B. Leistungen im Rahmen der aktivierenden Pflege (individuelle Bedarfe)
  - Z.B. Finanzierung von Baumaßnahmen, Einrichtungsgegenständen, Mobiliar



Förderung der Gesundheitspotenziale von pflegebedürftigen Menschen, die über körperliche, kognitive oder psychische Beeinträchtigungen verfügen.

# Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen - Gesundheitsförderungsprozess -



# Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen - Handlungsfelder -

Maßnahmen der Prävention und Gesundheitsförderung in stationären Pflegeeinrichtungen umfassen die Handlungsfelder

- Ernährung
- Körperliche Aktivität
- Steigerung der kognitive Ressourcen
- psychosoziale Gesundheit
- Gewalt



# Prävention in stationären Pflegeeinrichtungen

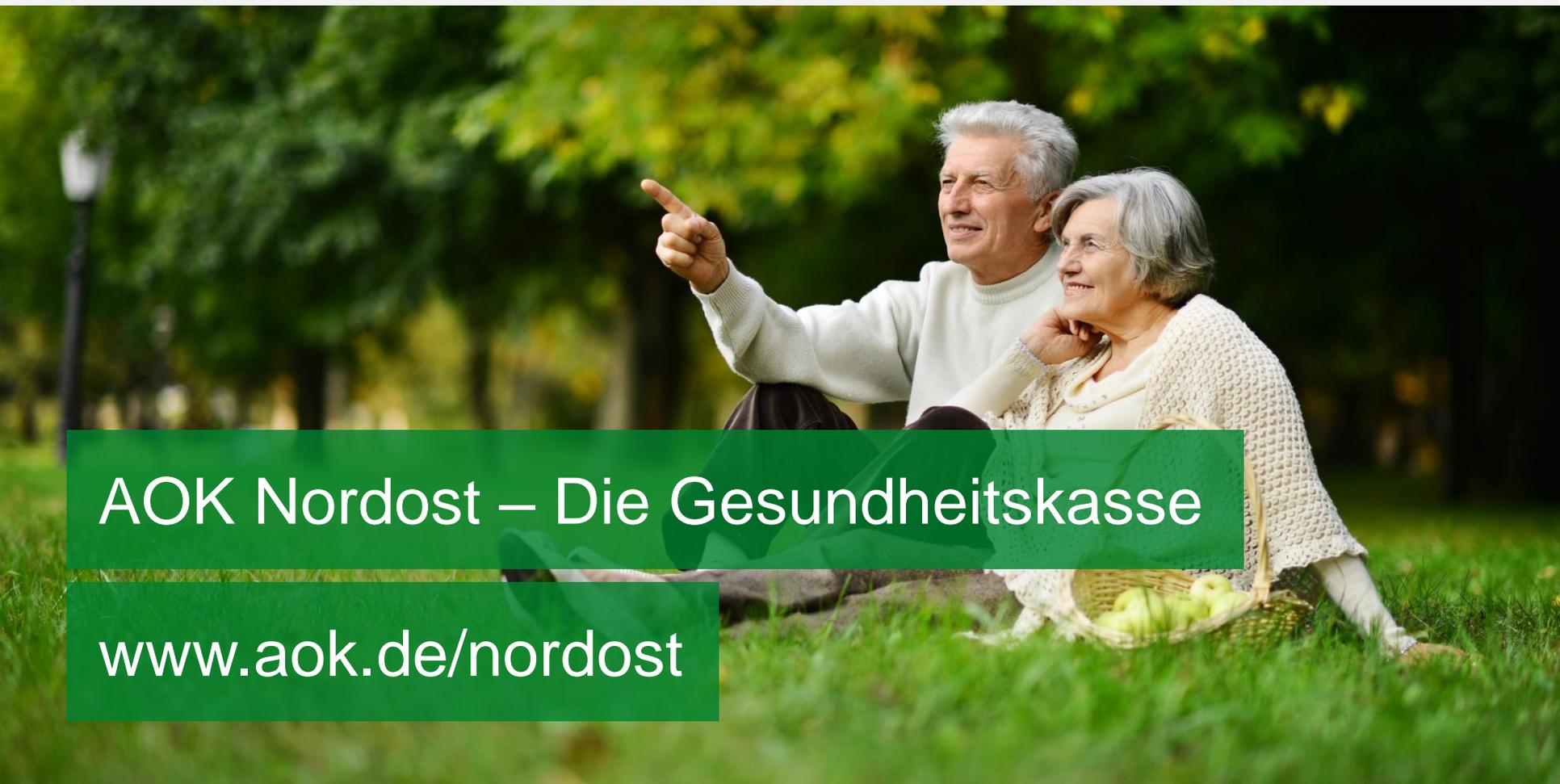
## - Angebote der AOK Nordost -



- Unterstützung bei der Implementierung des Gesundheitsförderungsprozesses in den stationären Pflegeeinrichtungen
- Sturzprävention – Aktiv bleiben im Pflegeheim
- Mobilitätsförderung (Pilotprojekt in MV)
- Linderer Mobilitätstest zur Sturzprophylaxe
- Pflege-Mediathek zu Präventionsangeboten
- Märchen und Demenz (Pilotprojekt in Berlin)
- Musik-, Tanz- & Bewegungsangebot (Pilotprojekt in MV)
- Musikalisches Beschäftigungsangebot (Pilot in Berlin)
- Psychosoziale Gesundheit pflegebedürftiger Menschen (Start im Januar)

# Offene Punkte / Anmerkungen und Anregungen





AOK Nordost – Die Gesundheitskasse

[www.aok.de/nordost](http://www.aok.de/nordost)