

Geriatrie:

von Beginn an gemeinsam im Team

Dr. Martin Haas

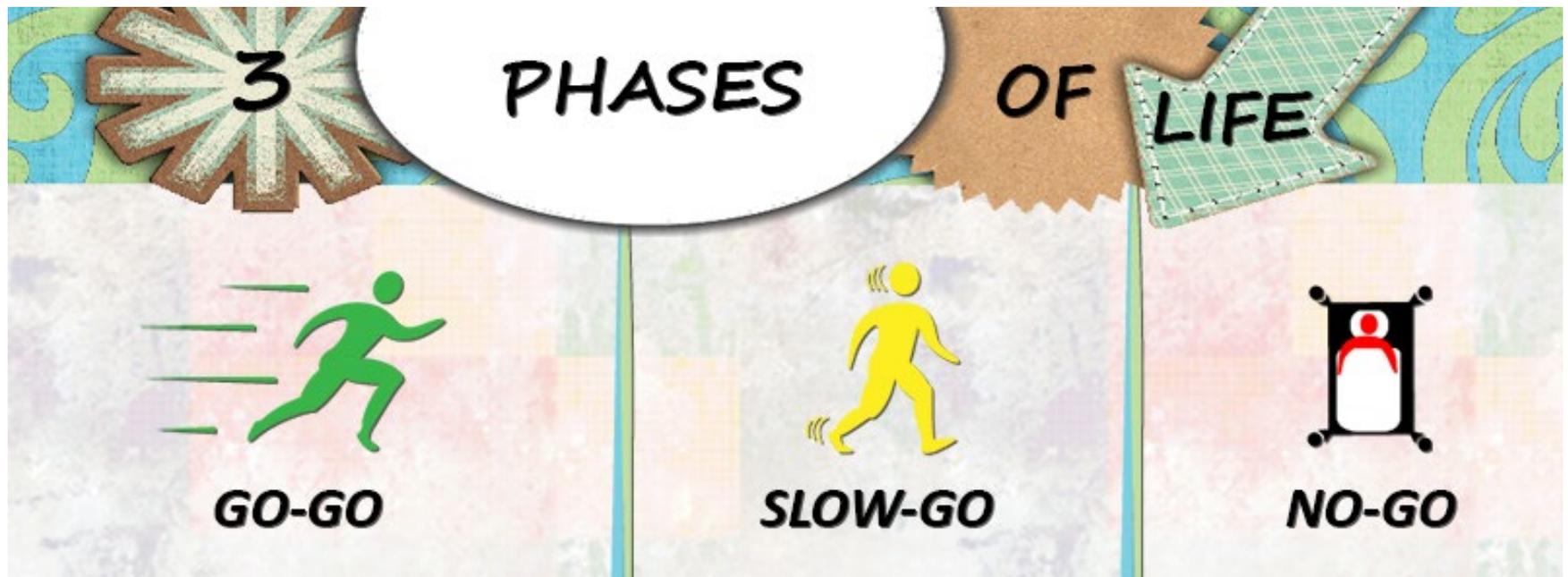
Direktor der Medizinische Klinik

Altersmedizin, Gastroenterologie, Diabetologie, Allg. Innere
und Intensivmedizin

Klinikum Westfalen

Knappschaftskrankenhaus Lütgendortmund





Wie beschreibt der Patient die Gangstörung?

- Schwäche
- Gleichgewichtsprobleme
- Kreislaufprobleme
- Schwindel
- Stürze

Soziale Probleme:

- Isolation (eingeschränktes Lebensumfeld)
- Schamgefühle
- Verzicht auf mühsame Aktivitäten
- Sturz-Angst
- Weiterer Kräfteverfall (Ernährung, Durst, Muskelabbau)
- Anforderungen (sozial, wirtschaftlich)
- Motivation
- Emotion (u.a. Depression)



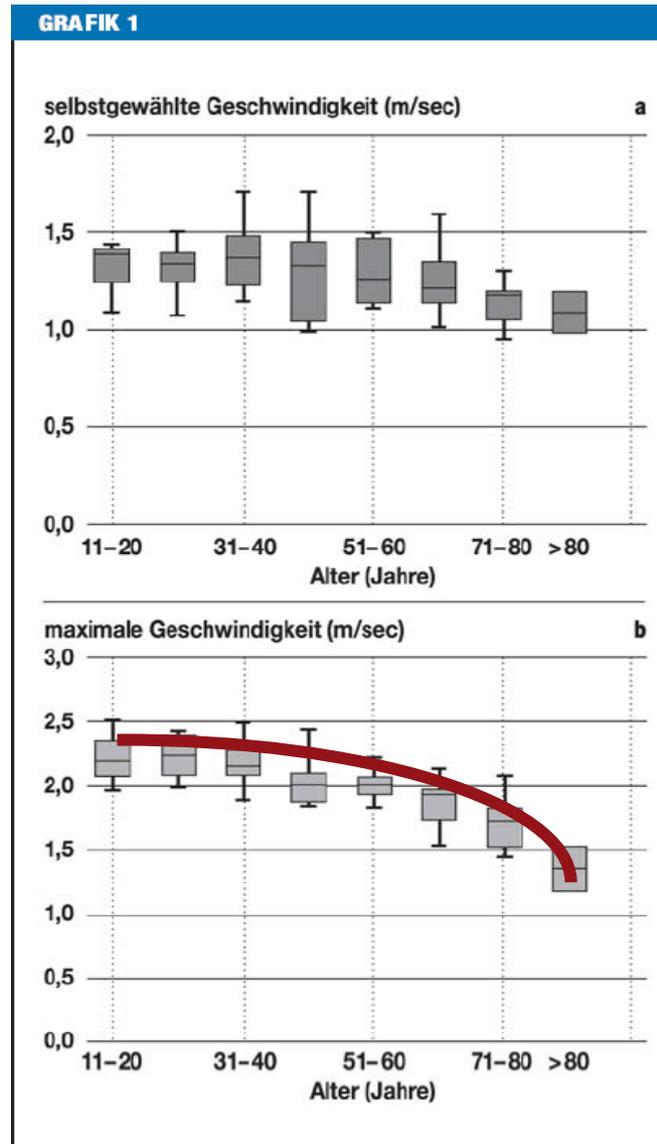
Geriatrischer Begriff: „**Frailty**“ : alles ein bisschen schlechter/Gebrechlichkeit

Verändertes **Gangbild** im Alter

- Verminderte Gehgeschwindigkeit
- Verkürzte Schrittlänge
- Breiterer Gang
- Flache schlurfende Fußführung
- Geringe Amplitude beim Mitschwingen der Arme

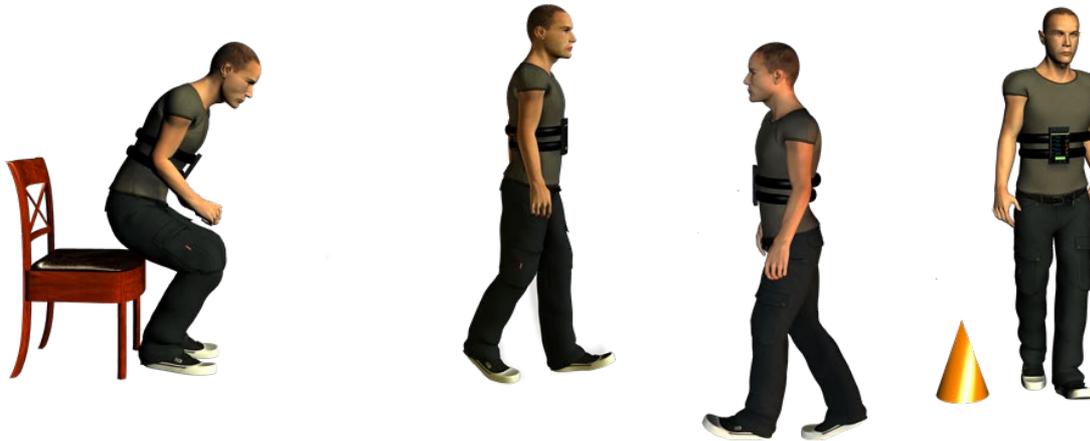


Gangbild im Alter



Veränderungen des Gehens mit dem Alter. Bei 70 gesunden Personen wurden beim Gehen mit offenen Augen selbstgewählte Geschwindigkeit und maximale Geschwindigkeit registriert (Gaitrite Sensorteppich, www.gaitrite.com). Für jede Dekade wurden zehn Personen untersucht (Ausnahme: 11-20 Jahre n=6, > 80 Jahre n=4). Die Versuchspersonen legten eine Teststrecke von circa 14 m zurück (Hin- und Rückweg auf dem Sensorteppich). Die Gangparameter werden räumlich und zeitlich pro Schritt erfasst. Die Boxen stellen jeweils Mittelwert (Linie), 25- und 75%-Perzentile (Box) und Standardabweichungen (Fehlerbalken) dar. a) zeigt eine leichte Abnahme der Geschwindigkeit des selbstgewählten Gehens mit steigendem Alter. b) Deutlicher wird dieser Zusammenhang bei Betrachtung der maximalen Geschwindigkeit (eigene Daten).

V_{max}



Gemessene Zeit, von einem Stuhl mit Lehne aufzustehen, drei Meter zu gehen, sich umzudrehen und wieder auf den Stuhl zu setzen.

Auswertung

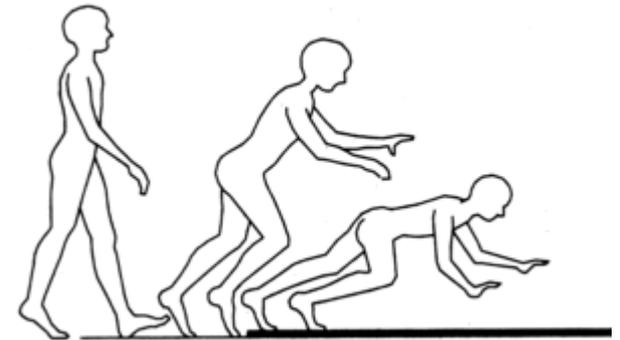
- >30 s ausgeprägte Mobilitätseinschränkung
- 20–29 s funktionell relevante Mobilitätseinschränkung
- 11–19 s geringe Mobilitätseinschränkung

Definition:

infolge vermeintlicher oder tatsächlich bestehender Sturzgefahr entwickelt sich eine zunehmende **Angst**.

Klinik:

Schwankschwindel, unspez. Gleichgewichtsstörungen



- kurzschrittiger breitbeiniger tastender Gang
- Tendenz sich festzuhalten (an der Wand, am Untersucher, etc)
- Angst bei freiem Gang
- normaler Muskeltonus, keine neurologischen Defizite
- Durch lange Nutzung von Gehhilfen: fixierte Anteroflexion des Rumpfes beim Gehen und Stehen. Sitzen und Liegen normal.

Therapie:

aktive Gangschulung, evtl. antidepressive Therapie

alterstypische **Multimorbidität**

1. Sarkopenie
2. Osteoporose
3. Frailty
4. Kognition

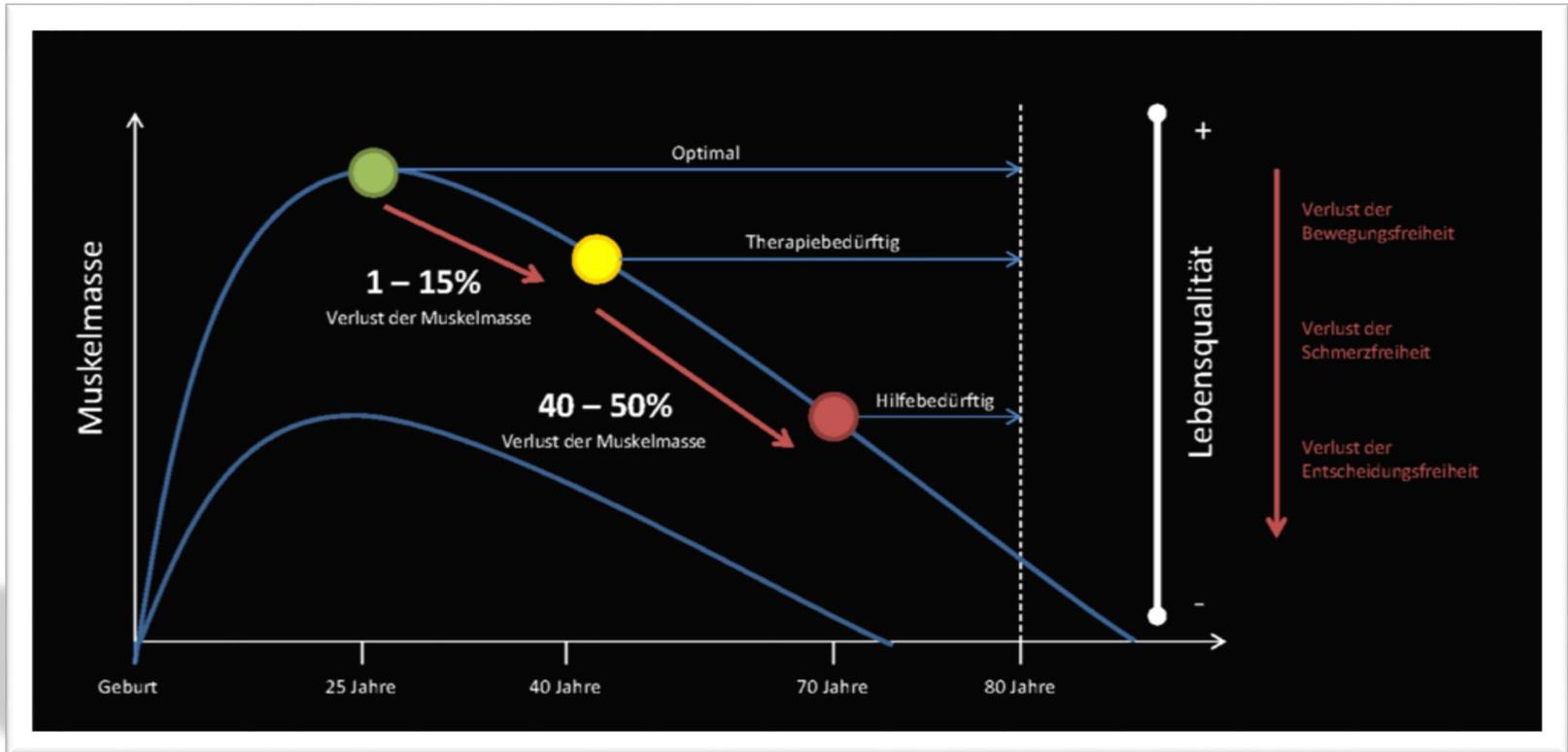
Der Lebenslauf



Grafik: Focus/SPL • Tsp/Bartel

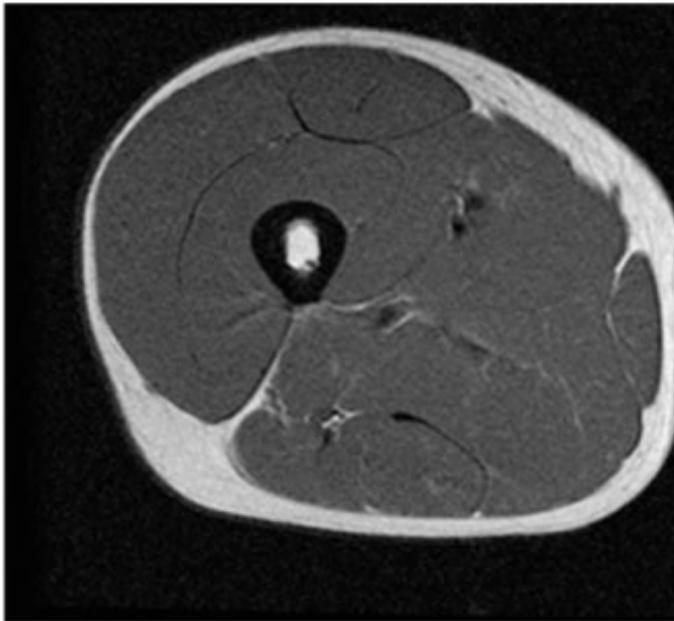
Definition: altersassoziierter Abbau von Muskelmasse und Muskelkraft

Sarkopenie ICD-10-CM: M62.84

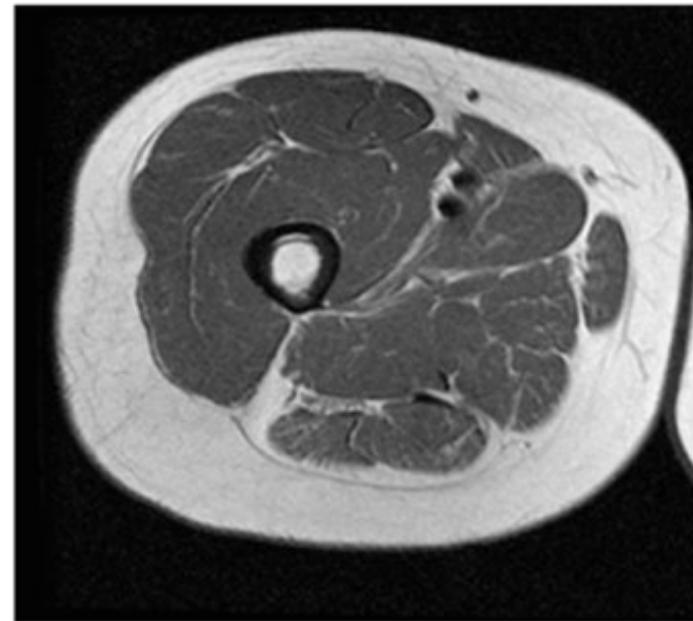


© Fitness Connection 11/2019, Sarkopenie: Die uns alle betreffende Volkskrankheit des Muskelabbaus oder wieso Krafttraining = Lebensqualität ist

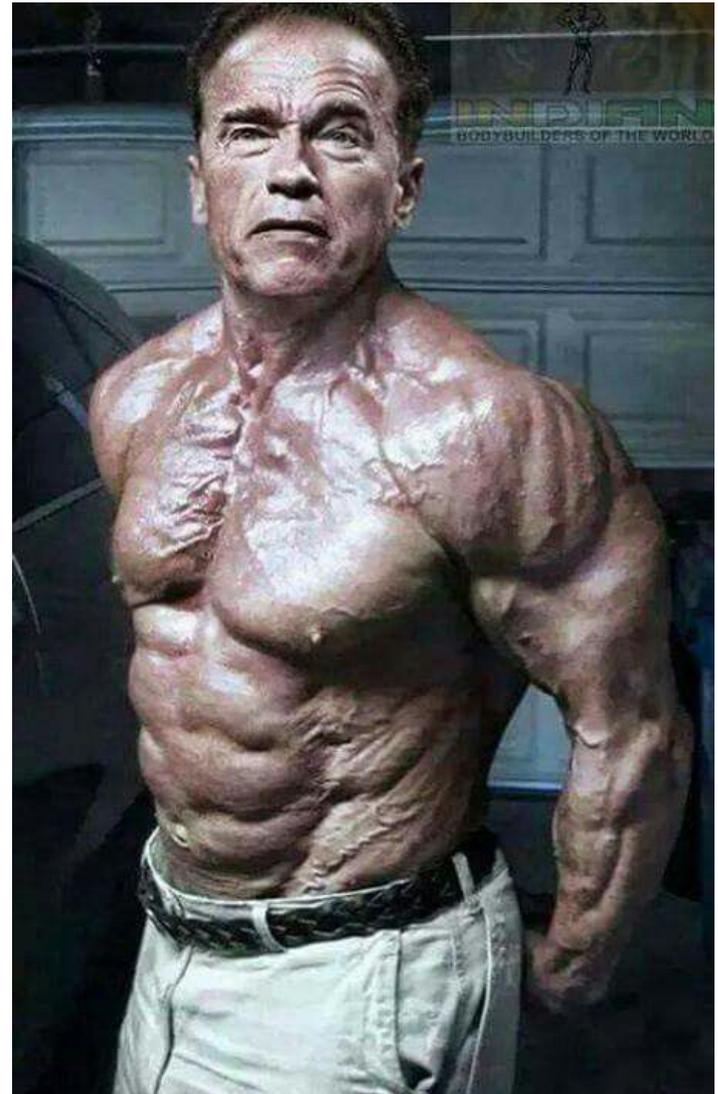
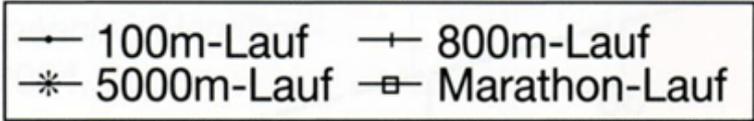
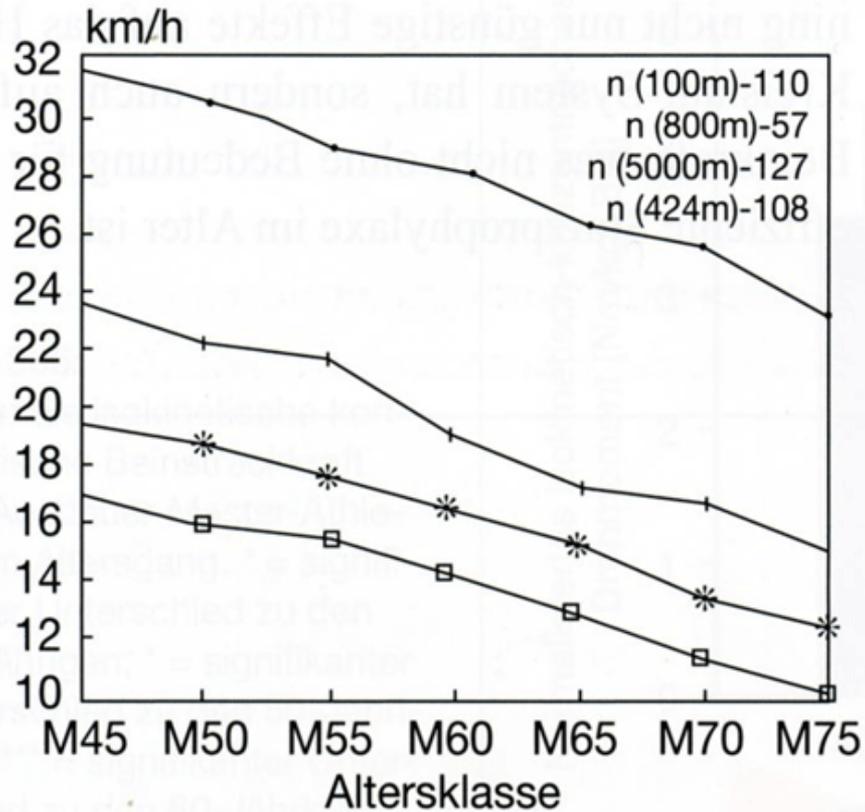
Sarkopenie / Muskelschwund



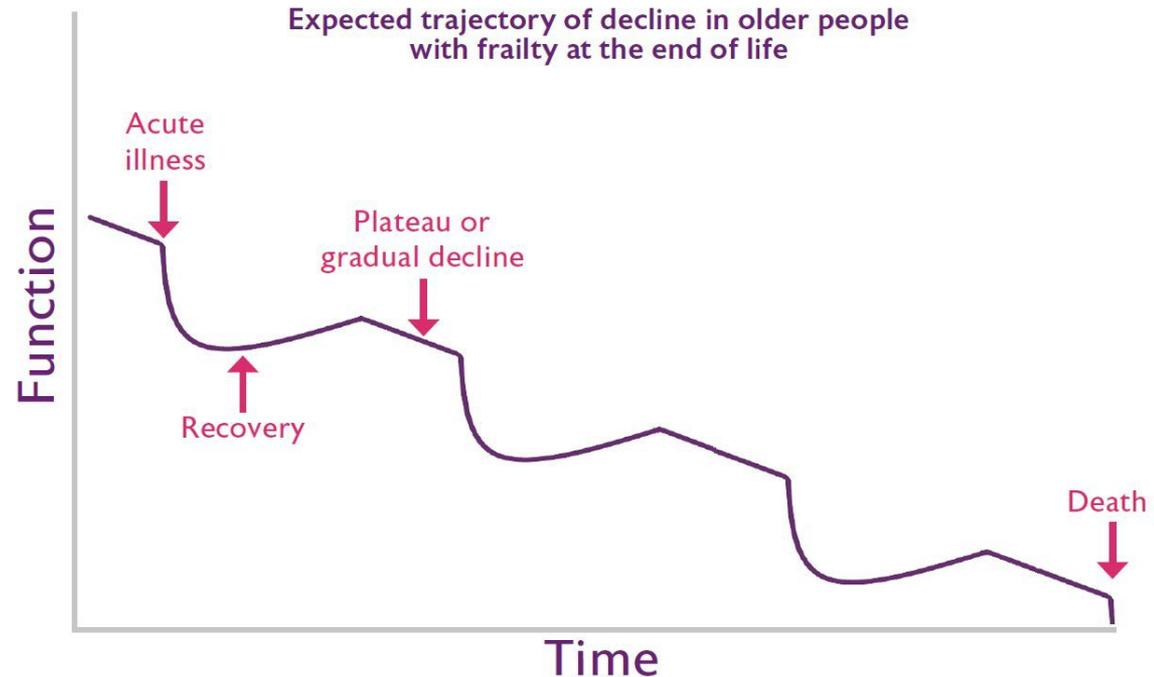
Age 25



Age 63



Frailty



from "End of Life Care in Frailty: Identification and prognostication", *British Geriatrics Society*, 5/2020

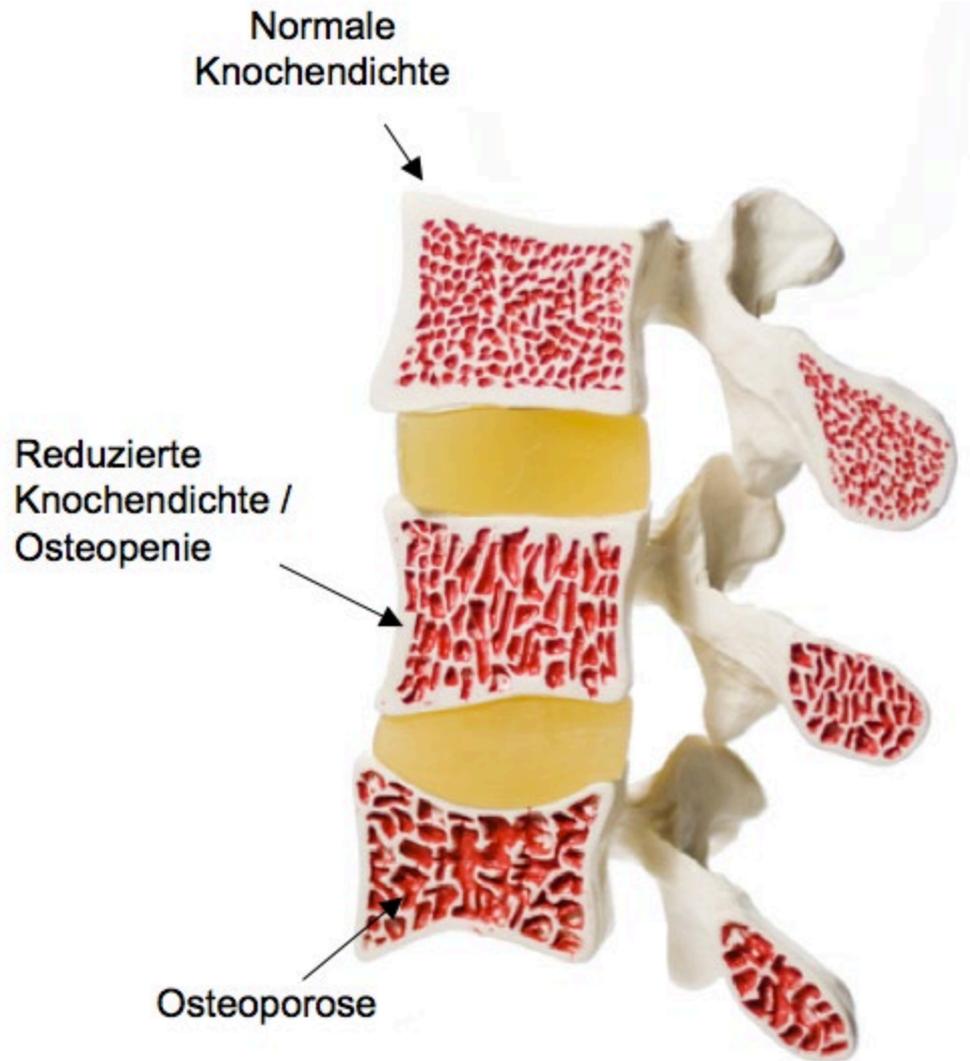
„Konkurrenzsyndrom“ zu Sarkopenie

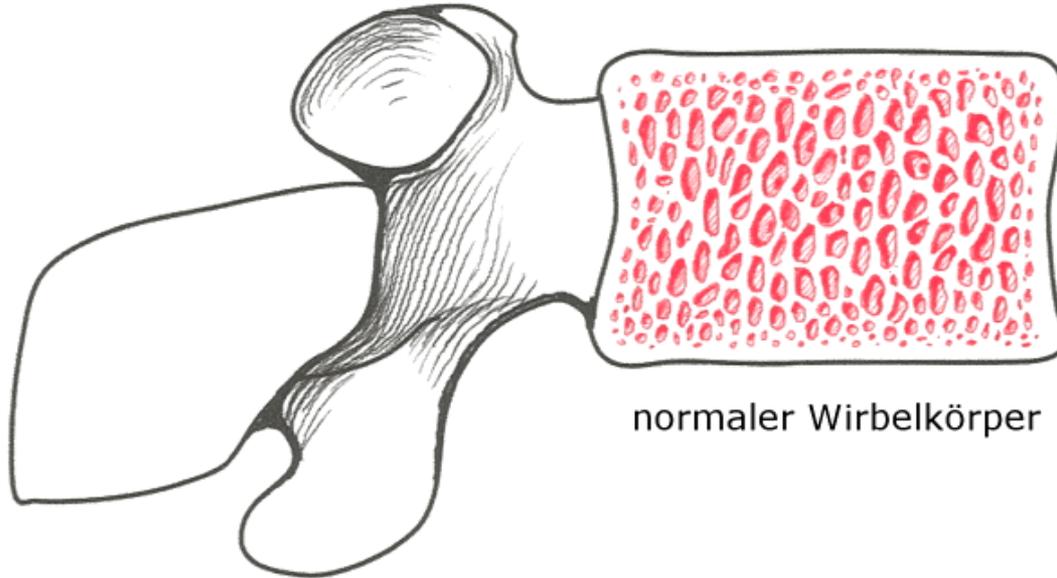
- verminderte funktionelle Reserven
- eine abnehmende Widerstandsfähigkeit gegenüber Stressoren
- eine erhöhte Vulnerabilität gegenüber negativen Gesundheitsereignissen (Institutionalisierung, Krankenhausaufnahme, Mortalität)



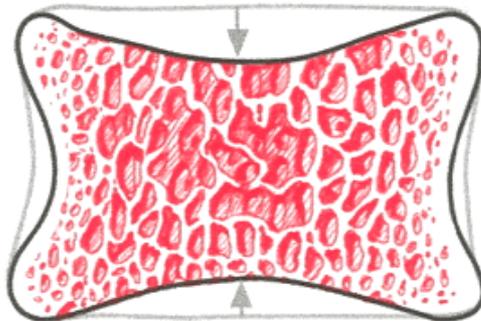
Osteoporose

der lebendige Knochen

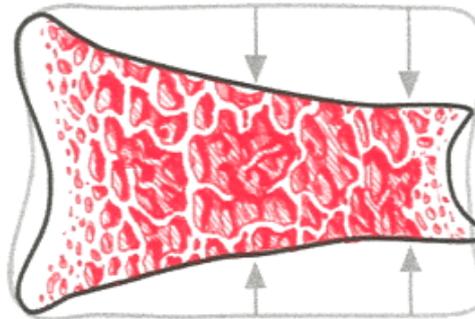




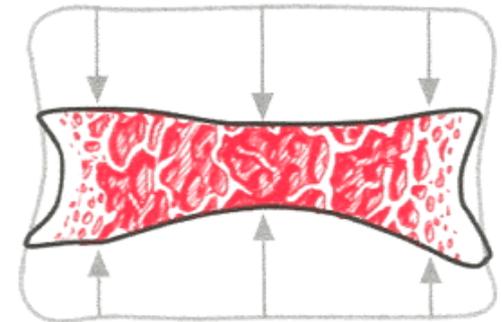
normaler Wirbelkörper



Fischwirbel

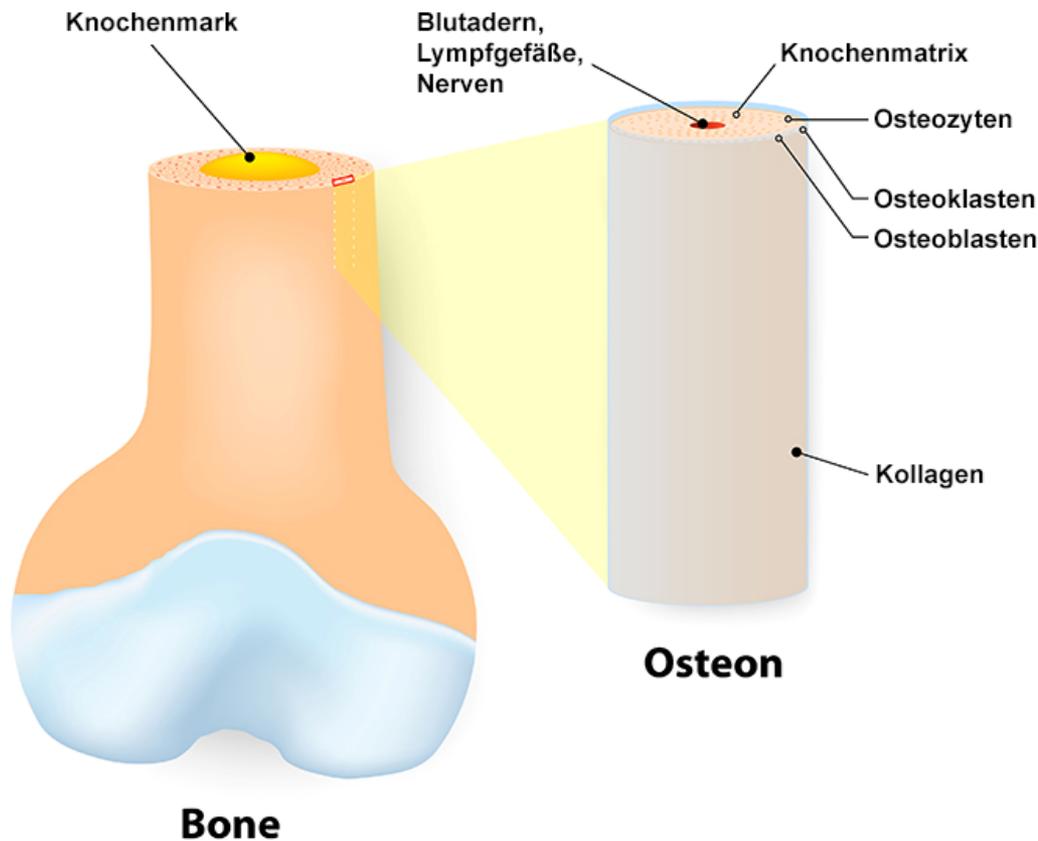


Keilwirbel



Plattwirbel

Innere Knochenstruktur

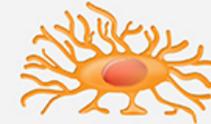


Osteoblasten



Knochenaufbau

Osteozyten

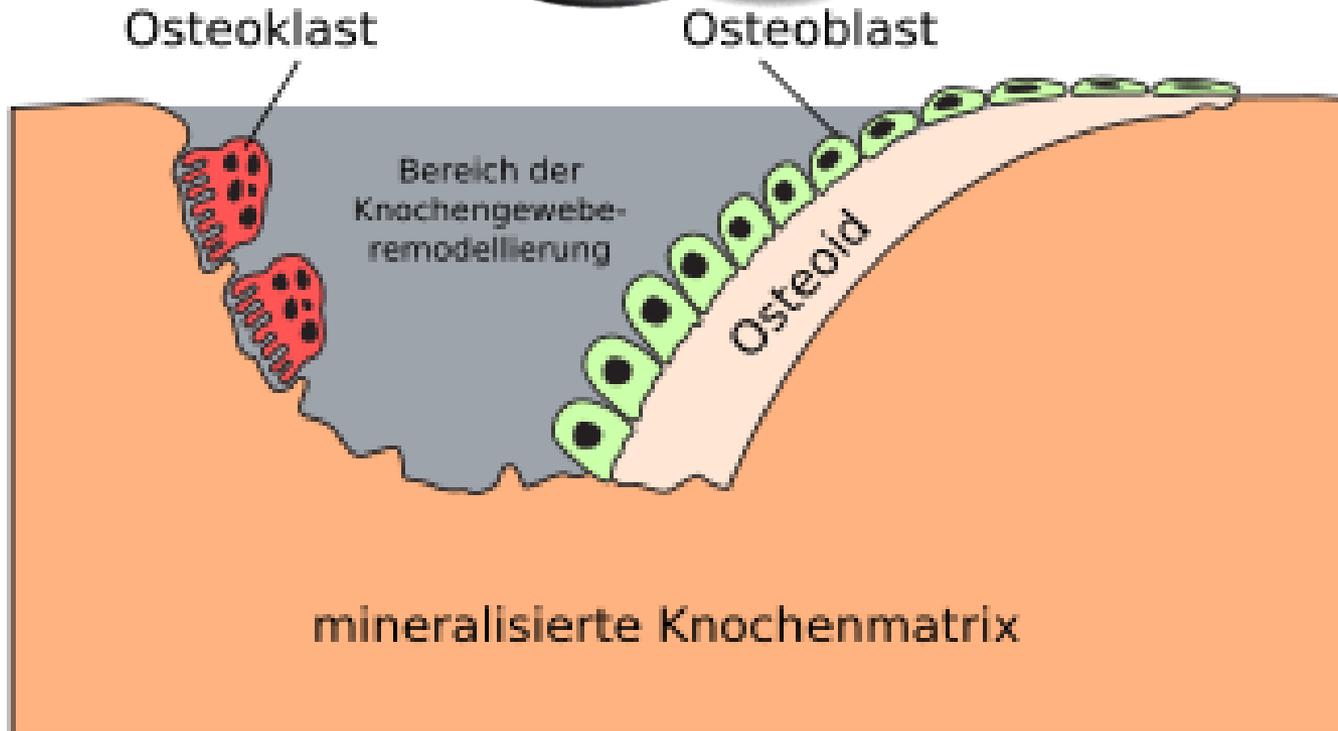


aus Osteoblasten gemacht

Osteoklasten



Resorption der Knochensubstanz





Knochen brauchen Bewegung

Ausreichend Bewegung versetzt die Knochen in die Lage, optimal Kalzium einzulagern.

Sportliche Aktivität fördert den **Knochenstoffwechsel** und Kalzium kann in den Knochen eingebaut werden. Sie sollten aber darauf achten, dass Sie Sportarten wählen, **die Druck auf den Knochen** ausüben:

- **leichte Gymnastik,**
- **Nordic Walking,**
- **Langlaufen,**
- **Radfahren**
- **Reiten, etc.**

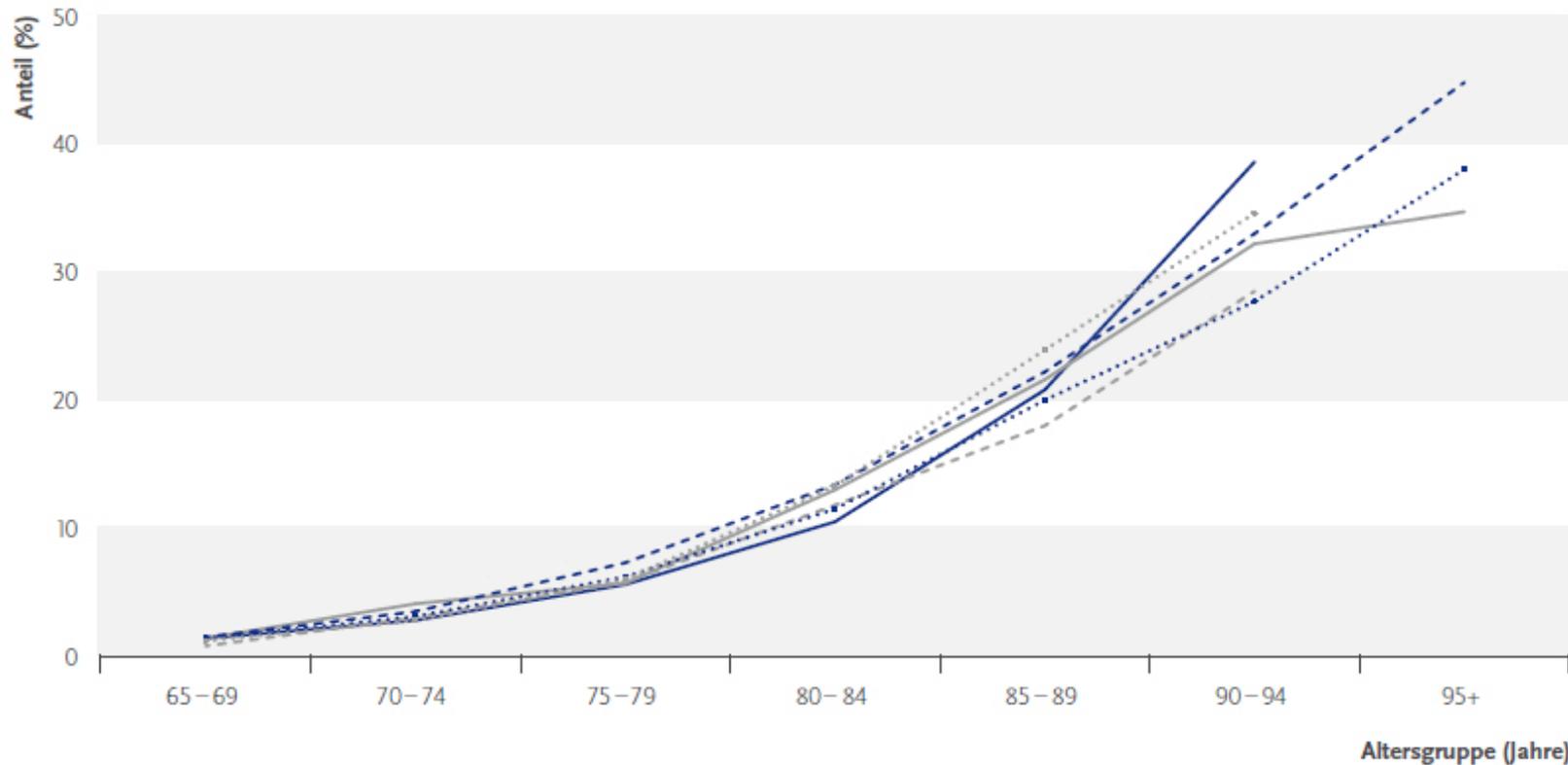
nur durch Belastung die Knochen aufbauenden Zellen aktiviert werden.

Schwimmen ist zwar gut für die Ausdauer und das Herz und Kreislaufsystem, schont Bänder und Gelenke, belastet aber die Knochen nicht, so dass Schwimmen als Prophylaxe und zur Unterstützung der Osteoporose-Therapie weniger geeignet ist.

Kognitive Einschränkungen – Dementielle Syndrome



Demenzielle Erkrankungen nehmen im Alter exponentiell zu.

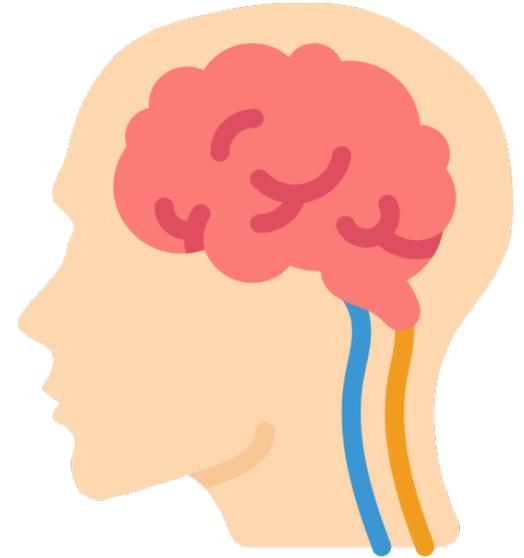


Ziele der Demenzdiagnostik

Erkennen der *reversiblen* Formen:

- Medikamenten induzierte Formen
- Alkohol induzierte Formen
- Metabolische Störungen
- Depression
- ZNS-Tumore
- Normaldruckhydrocephalus

Erkennen der behandelbaren Formen



Dual-Tasking / Multi-Tasking

Aufmerksamkeitsreserve ist aufgebraucht: eine der beiden simultanen Tätigkeiten wird vermindert ausgeführt.

Stress-Belastungs-Test für **Exekutiv-Funktionen/Kognition**

- Verlangsamte Geh-Geschwindigkeit oder sogar Stehenbleiben
- Sprachverlangsamung oder Sprachverarmung

„80% der Patienten, die bei einer einfachen Frage stehenblieben stürzten innerhalb der nächsten 6 Monate.“ (1997, Lundin-Olsson et al.)



Wie funktioniert Geriatric ?



Podologe

Optiker

Seelsorger

Rechtspflege

Geriatler

Physiotherapie
Ergotherapie

Sanitätshaus

Hausarzt

Angehörige

Patient

Psychologe

Pflegepersonal

Hörgeräteakustiker

Sozialarbeiter

Ernährungsberater

Logopäde

Ambulante Pflege

Zahnarzt

Vormundschaftsgericht

Podologe

Optiker

Seelsorger

Rechtspflege

Geriatler

Physiotherapie
Ergotherapie

Sanitätshaus

Hausarzt

Angehörige

Patient

Psychologe

Pflegepersonal

Hörgeräteakustiker

Sozialarbeiter

Ernährungsberater

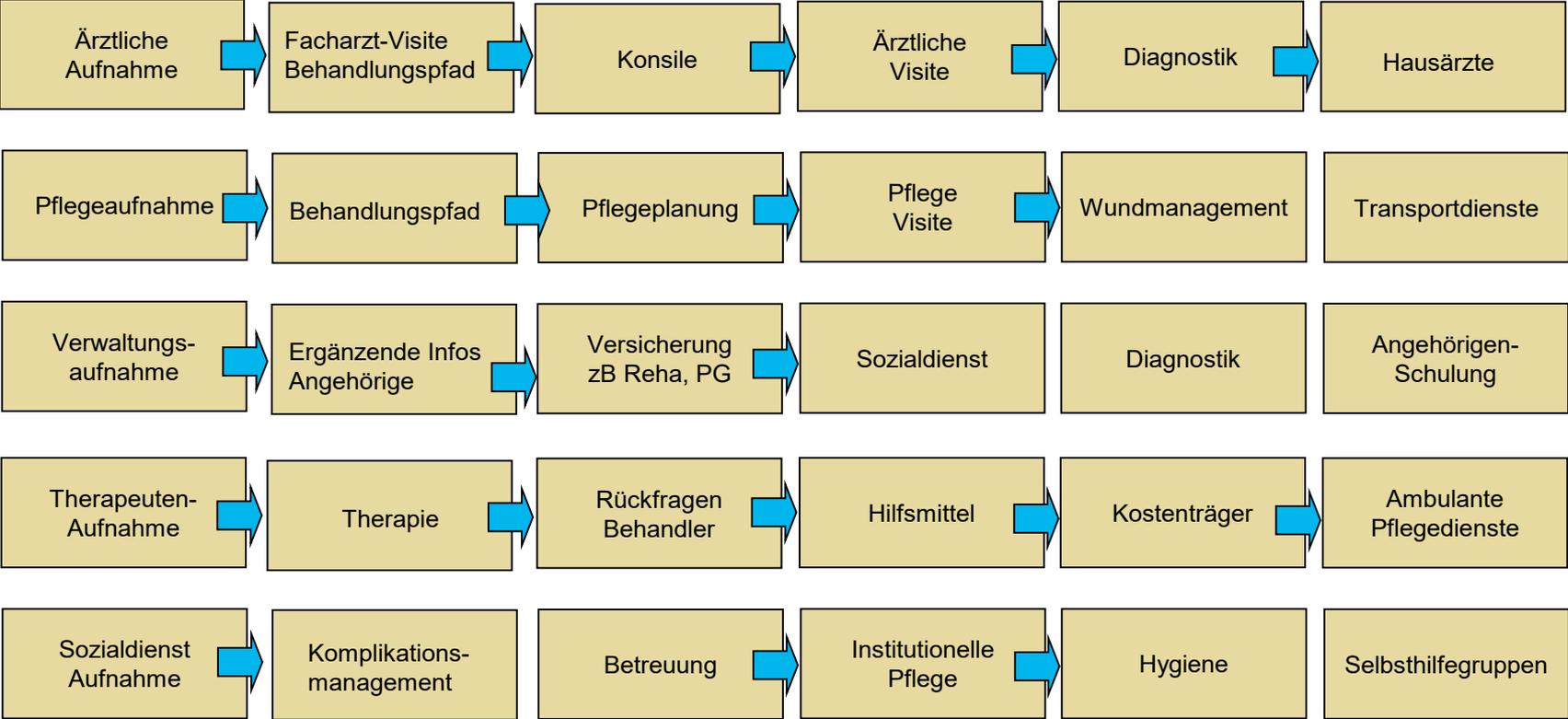
Logopäde

Ambulante Pflege

Zahnarzt

Vormundschaftsgericht

Lineare konventionelle stationäre Behandlung



Aufenthaltsdauer



Assessments



Screening nach Lachs

Aktivitäten des täglichen Lebens

- BARTHEL-INDEX (Basis-ADL)
- LAWTON-BRODY (instrumentelle ADL)
- FIM (functional impairment measurement)
- etc.

Mobilität

- Timed up and go
- Motilitätstest nach Tinetti
- Tandemstand/-gang
- Chair stand up
- Transferskala
- etc.

Kognition / Affekt

- MMSE
(Mini mental state examination nach Folstein)
- Uhrentest
- CERAD (Consortium to establish a Registry of Alzheimer disease)
- GDS (Geriatrische Depressionsskala nach Yesavage)
- DemTect
- TFDD
- etc.

Weitere Instrumente

- Fragebogen nach Nikolaus (Soziale Situation)
- Handkraftmessung
- Geldzähltest nach Nikolaus
- MNA Mini nutritional Assessment
- Dekubitusskalen
(Norton, Braden, Waterlow)
- Schmerzskalen (VAS, NRS)
- etc.

Zentrum für Alterstraumatologie ATZ Bochum-Lütgendortmund

Seit 2018
zertifiziertes ATZ mit der
Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie
Universitätsklinik Bochum Langendreer

Re-zertifiziert 2021

ZERTIFIKAT

Die Zertifizierungsstelle CERT IQ GmbH bescheinigt
dem
Alterstraumazentrum der Klinikum Westfalen GmbH
Hellmig-Krankenhaus Kamen **Knappschaftskrankenhaus**
Klinik für Unfall- und **Lütgendortmund**
Wiederherstellungschirurgie **Klinik für Geriatrie**
Nordstraße 34 **Volksgartenstraße 40**
59174 Kamen **44388 Dortmund**

die erfolgreiche Zertifizierung als
AltersTraumaZentrum DGU®

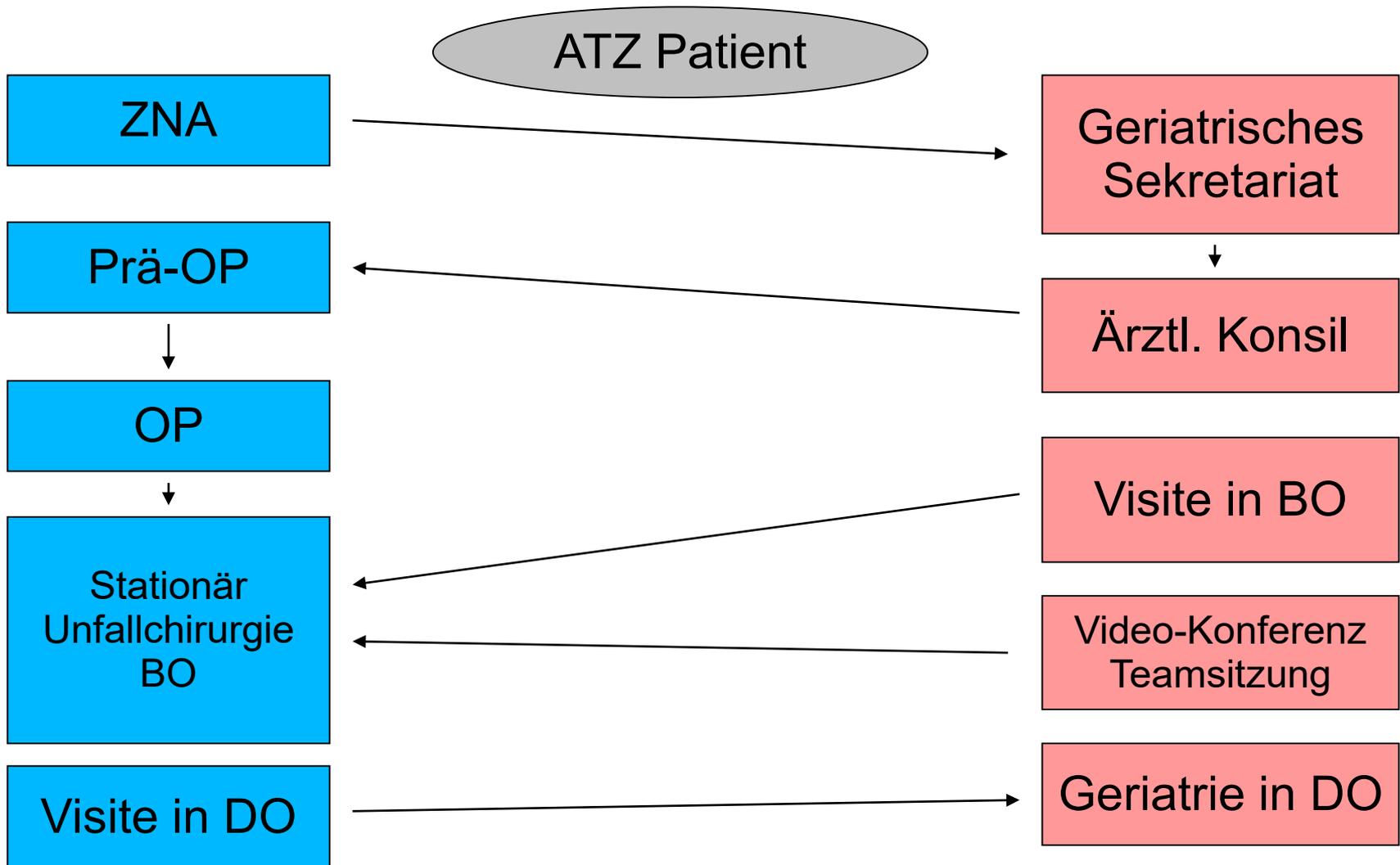
Durch ein Audit wurde der Nachweis erbracht, dass die Anforderungen des Kriterienkataloges zur Steigerung von Qualität und Sicherheit in der Alterstraumatologie in der Version 1.1 - Stand 01.03.2014 erfüllt sind.

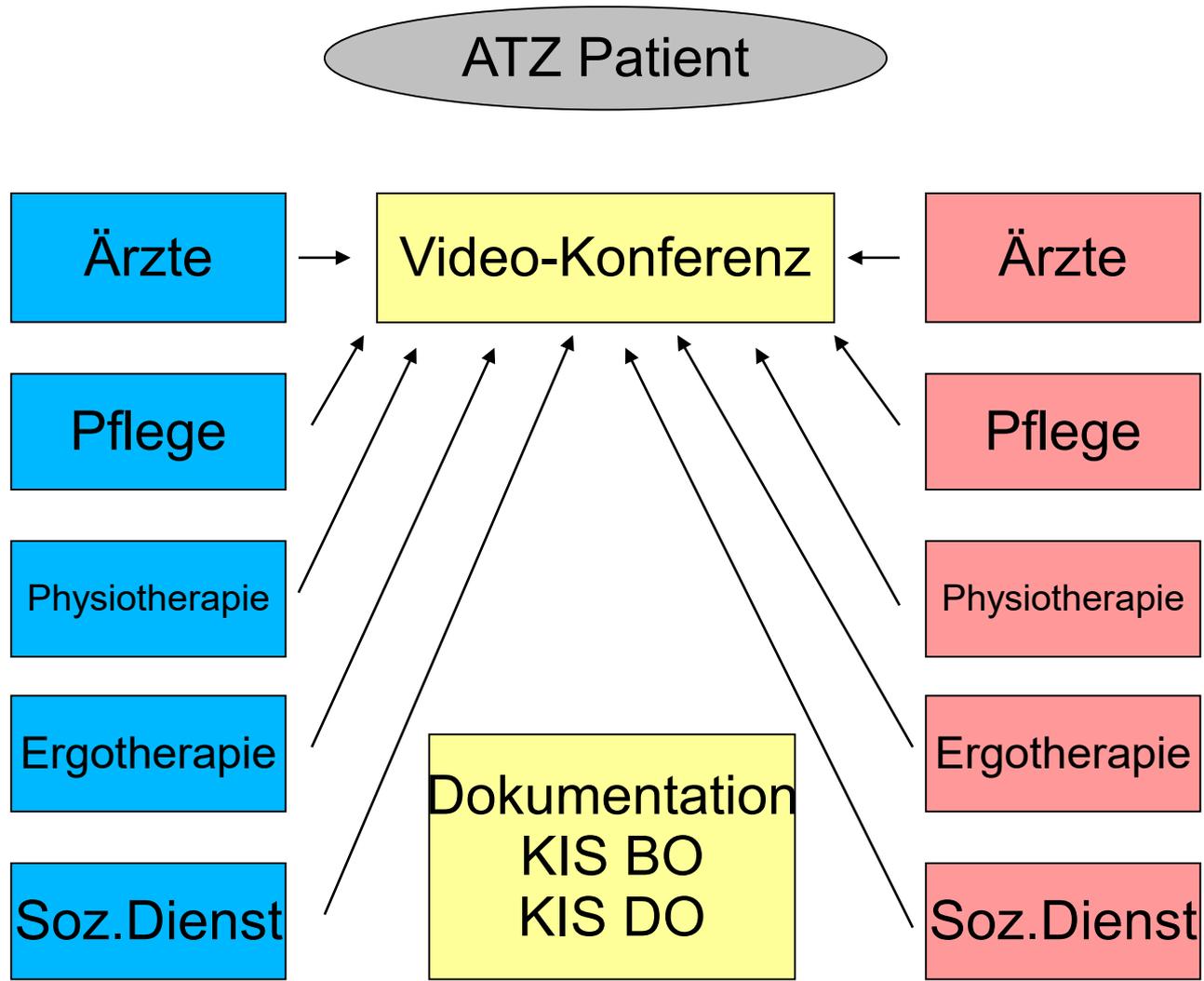
Zertifikatsnummer: CERT-2016-2322
Berichtsnummer: AB CERT-2016-2322 ATZ-DRMS-2A
Datum der Erstzertifizierung: 20.01.2017
Zertifikat gültig bis: 19.01.2020



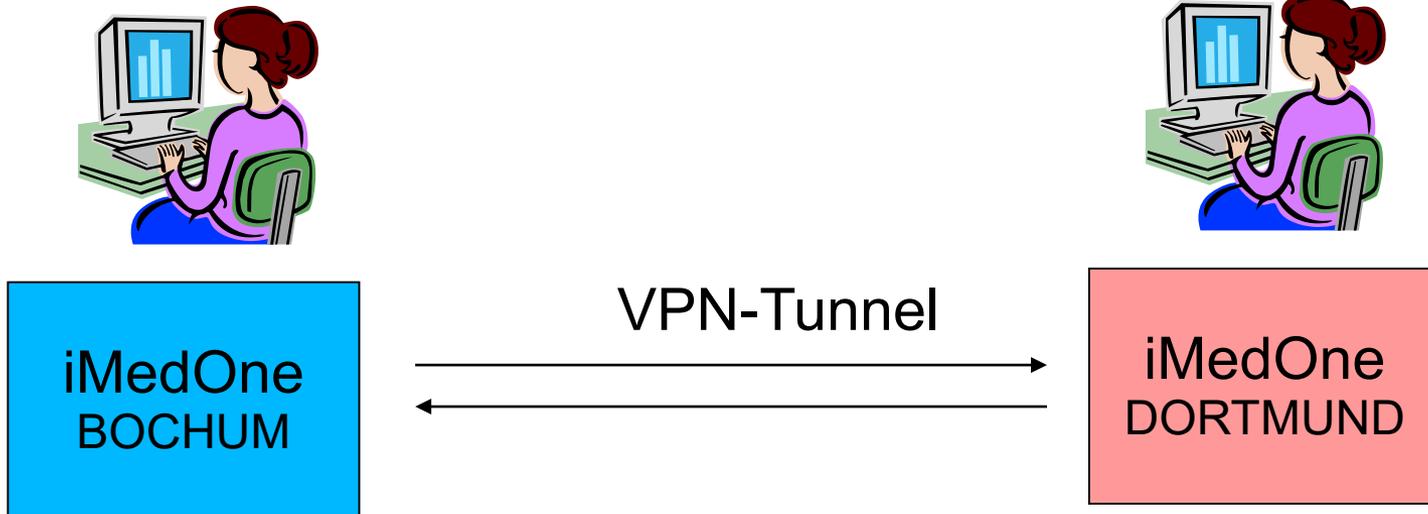
UNSER ZENTRUM FÜR ALTERSTRAUMATOLOGIE
IST ZERTIFIZIERT

CERT IQ ZERTIFIZIERUNGSDIENSTLEISTUNGEN GMBH
GESUNDHEIT | BILDUNG | SOZIALWESSEN
Zertifizierung mit System!





Kommunikationsstrukturen Alterstrauma-Zentrum





Ziel ist Lebensqualität mit körperlicher Aktivität

Johanna Quaas, 87 Jahre alt



Die Tätowiererin Apo Whang-Od, 106 J, auf dem Cover der »Vogue«

Foto: Vogue Philippines

Vielen Dank

für Ihre
Aufmerksamkeit

