Sylvia Leydecker

Sturzprävention mithilfe der Innenarchitektur
Zufall oder Strategie?

Sturzprävention ist in Räumen des Gesundheitswesens naturgemäß von besonderem Interesse. Gute Innenarchitektur trägt dazu bei, Stürze von vornherein zu vermeiden, schlechte Innenarchitektur provoziert dagegen Unfälle. Eine kompetente Gestaltung der Räumlichkeiten unterstützt zum einen das Personal hinsichtlich der nötigen Arbeitssicherheit, zum anderen die Patientinnen und Patienten, die der Praxis oder dem Krankenhaus ihre Gesundheit anvertrauen. Beide Gruppen erwarten Sicherheit und Zuverlässigkeit.

Grundsätzlich sind Räume für alle Personen, die sich dort aufhalten, immer auch Bewegungsraum. Damit dies so bleibt, sollten Räume nicht zugestellt, sondern die Einrichtung sinnvoll und klar angeordnet sein.
Dies hört sich einfach an, ist aber an entsprechendes Know-how hinsichtlich der zugrunde liegenden Prozesse geknüpft, die sowohl Arbeitsabläufe als auch das Patientenerlebnis steuern. Zugestellte Räume, denen es an ausreichender Bewegungsfläche mangelt, sind selten reibungslosen Prozessen förderlich, sondern tendieren, unter anderem durch die damit verbundene Unübersichtlichkeit, zum Gegenteil.

Folgenreiches Hin und Her kostet darüber hinaus Zeit und Geld, führt zu Hektik, Ablenkung und Ausweichmanövern und provoziert allein dadurch möglicherweise einen Sturz über deplatzierte Kartons, Drehstühle, Putzwagen oder Ähnliches. Dies gilt für Personal unter zunehmendem Zeitdruck genauso wie für Patientinnen und Patienten während ihres Aufenthalts. Klare und sortierte Raumaufteilungen sind daher nicht nur ästhetisch, sondern auch funktional.
Weitere Stolperfallen bilden herumliegende Kabel, lose aufgelegte Teppiche genauso wie „Sauberlauf-Matten" die nicht glatt aufliegen. Letztere findet man meist in zu gering dimensionierten baulich integrierten Sauberlaufzonen. Hier Änderungen herbeizuführen oder beispielsweise Elektroanschlüsse dort zu platzieren, wo sie tatsächlich gebraucht werden, lässt Räume außerdem besser aussehen. Denn schön soll sie ja bitte sein – die Innenarchitektur.

Flächeneffizienz

Ursache von fehlendem Freiraum ist meist, dass die Prozesse als solche maximal optimiert werden und hoch flächeneffiziente Grundrisse generieren. Diese sind vergleichsweise günstig zu bauen, tendieren jedoch naturgemäß zu räumlicher Enge.
Paradoxerweise führt diese Vorgehensweise in der Praxis genau zum Gegenteil von Optimierung, weil die benötigte Flexibilität kaum vorhanden ist. Im Bestand wird Expansion vielfach nach innen ausgelöst, indem Bereiche aufgeteilt werden, um damit die vorhandene Fläche möglichst effizient zu nutzen.
Dennoch – selbst der Verzicht auf Fläche muss nicht notwendigerweise Beengung bedeuten. Mithilfe einer reduzierten Ausstattung sowie der passenden Gestaltung durch Material, Farben und Licht können auch diese Flächen durchaus Aufenthaltsqualität besitzen. Oft ist sogar ein Gefühl von angenehmer Weite und Klarheit erzielbar, was sich wiederum auf die bestmögliche Nutzung und das positive emotionale Befinden auswirkt.

Regelmäßig entstehen diverse Zielkonflikte. Diese erfordern es, Prioritäten zu setzen. Ein Beispiel hierfür: Der Anspruch an das Patientenzimmer eines Krankenhauses sieht einen Schreibtisch vor und legt zudem Wert auf bequeme gepolsterte Stühle, Sessel oder gar einen Loungechair plus Fußhocker. Die Kehrseite ist, dass diese Art der Einrichtung oftmals die Pflege in ihrer Arbeit einschränkt oder auch Patienten behindert, die mit Krücken oder Rollatoren mehr Platz benötigen. Es entsteht also ein Zielkonflikt, der sich oftmals kaum lösen lässt, ohne Nachteile in Kauf zu nehmen.

Bodenoberflächen

Ein klassischer Zielkonflikt im Gesundheitswesen ist der zwischen Rutschhemmung und Hygiene des Bodens. Je glatter, desto besser für die Reinigung, aber umso schlechter für die Trittsicherheit – und umgekehrt.

Oder auch der Konflikt zwischen der Signaletik für Blindenleitsysteme im Dienste der Barrierefreiheit und – man ahnt es – der Sturzprophylaxe der anderen, sehenden Menschen.

Schadhafte Stellen im Bodenbelag die nur notdürftig – oder auch zuweilen gar nicht – repariert werden, weil es an konsequenter Wartung mangelt, können zu Stürzen durch Stolpern führen. Dem lässt sich leicht vorbeugen, indem von vornherein strapazierfähige Beläge gewählt werden, die möglichst lange intakt bleiben, statt bei der geringsten Belastung Schaden zu nehmen.

Hygiene wird im Gesundheitswesen großgeschrieben, was gerne seinen Ausdruck in glänzenden Böden findet. Jedoch wird unsicherer Gang durch Spiegelungen befördert – diese suggerieren nämlich gefährliche Glätte. Durch dieses Empfinden wird die Gangunsicherheit verstärkt oder sogar erst hervorgerufen, was einen negativen Einfluss auf die Trittsicherheit und Sturzprävention haben kann. Eine ungünstige Beleuchtung verstärkt diese Effekte möglicherweise sogar noch.

Geriatrie

Auch in der Geriatrie lässt sich mit einer gelungenen Innenarchitektur hinsichtlich der Sturzprophylaxe viel bewirken. Besonders Multimorbidität, die häufig mit unsicherem Gang und fehlender Stabilität verbunden ist und manchmal ein äußerst eingeschränktes Sehvermögen bedeuten kann, ist zu berücksichtigen. Starke Kontraste auf dem Boden werden für Stufen gehalten und die Menschen beginnen das Steigen. Bei tatsächlich

Wer soll da noch stürzen? Dieser Flur ist schön, sauber und sicher.

vorhandenen, wenig kontrastierenden Treppenstufen unterlassen sie es mit entsprechend unangenehmen Folgen. Das Resultat ist jeweils Stolpern oder Hinfallen, wenn nicht glücklicherweise ein vorhandener rettender Handlauf oder das Treppengeländer rechtzeitig gegriffen werden kann.

Profile an Treppenstufen, die Stürze eigentlich vermeiden sollen, verursachen zuweilen allerdings sogar Unfälle durch Hängenbleiben und sind daher nur geeignet, wenn sie lediglich geringfügig hervorstehen.

Kontrastarme Bodenbeläge und solche, die wenig glänzen und kaum störende Reflexionen hervorrufen, sind günstiger für die daraus resultierende Trittsicherheit.
Unterstützende Haltegriffe, stabile Möbel, der Verzicht auf lose Teppiche, Schwellenlosigkeit usw. sind ebenfalls hilfreich.

Demenziell Erkrankte leiden generell an großem Bewegungsdrang, an Orientierungslosigkeit sowie Hinlauftendenzen, die zu Sturzrisiken führen. Angepasste Farben können beispielsweise Türen, die ins Treppenhaus führen, optisch verschwinden oder auch kontrastierend deutlich hervortreten lassen. Farbige schwellenlose Bodenbeläge – oder auch Mobiliar – steuern gezielt die Wegeführung, um zum Beispiel am Ende eines Flures zum Umkehren zu veranlassen, statt Unsicherheit zu erzeugen.
Die beste Wirkung entfaltet eine räumliche Umgebung, in der man sich wohl und heimisch fühlt. Dies erfordert eine Gestaltung, die Stressfreiheit und den Verzicht auf Reizüberflutung berücksichtigt, aber dennoch inspirierend wirkt und Orientierung ermöglicht. So kann man sicheren Schrittes in Bewegung bleiben.

Farbkonzepte sind sowohl atmosphärisch als auch im Hinblick auf die Sturzprophylaxe entscheidend. Insbesondere Senioren mit eingeschränktem Sehvermögen benötigen Kontraste, um Gegenstände, wie einen Stuhl, rechtzeitig erkennen zu können. Tische und Stühle, die gut wahrnehmbar und kontrastreich platziert sind, Haltegriffe, die deutlich sichtbar zur Nutzung einladen und generell unterstützen, sind hilfreich. Armlehnen mit gut greifbaren Haltepunkten erleichtern das Aufstehen genauso wie rutschfeste Schuhe.

Das Material des Bodens bedingt den Rollwiderstand, z. B. beim Schieben von Rollatoren. Es macht einen Unterschied, ob es sich beispielsweise um hochflorigen Teppich oder Kautschukbahnenware handelt. Das Risiko, auf Böden mit der unpassenden Rutschhemmung zu Stolpern oder Auszurutschen, lässt sich durch einen sorgsam ausgewählten Bodenbelag reduzieren.
Auch Höhendifferenzen wollen überwunden werden und sind durch eine nicht zu steile Rampe leichter zu bewältigen.

Bäder bzw. Nassräume sind weitere Bereiche, die nach Maßnahmen zur Sturzprophylaxe verlangen. Es ist guter Standard, dass Duschen bodengleich eingebaut sein sollten, soweit es das Gesamtkonstrukt zulässt. Nasse Böden erfordern Beläge mit erhöhter Rutschhemmung, insbesondere im Barfußbereich.
Das gilt übrigens auch für Kantinen, wo die Gefahr besteht, auf verschüttetem Essen auszurutschen und es in der Profiküche hinsichtlich der Arbeitssicherheit gar um den Verdrängungsfaktor des Bodens geht. Wichtig ist hier wiederum zu wissen, dass zu große Kontraste zwischen den Rutschklassen eine Stolpergefahr darstellen und unzulässig sind. Ich möchte hier keine DIN vortragen und verweise daher auf die einschlägigen DIN-Sammlungen, wie z. B. die DIN 51130 und auch die Erläuterungen der VBG, die ASR und Prüfverfahren.

Handläufe und Haltegriffe helfen nur dann, wenn sie gut sichtbar sind, – statt Ton in Ton gehalten – optisch zu verschwinden. Sie nützen auch nichts, wenn man sie zustellt oder zu schlecht erreichbar anbringt.
In Bädern sind Haltegriffe, sowohl am WC als auch in der Dusche, Standard. Aber auch am Waschbecken braucht es Halt, wobei übrigens Handtuchhalter zu sehr nachgeben und deshalb als Stütze ungeeignet sind. Stabiles und kippsicheres Mobiliar ist ebenso angezeigt, damit aus dem vermeintlich sicheren Halt kein Unglück resultiert.

Um auf die zu Beginn erwähnten zugestellten Räume zurückzukommen: Was für die Horizontale gilt, gilt ebenso für die Vertikale. Arbeitsgerät, schlecht erreichbar in der Höhe platziert, provoziert abenteuerliche Versuche, dieses zu erreichen – verbunden mit der entsprechenden Sturzgefahr.

Gute Beleuchtung darf nicht grell wie im Fußballstadion wirken, sondern sollte insbesondere Schlagschatten vermeiden, um ohne optische Hindernisse den Weg zu führen. In der Dunkelheit hilft ein sensorgesteuertes Licht in Bodennähe weiter, genauso wie intelligente Böden mit smarter Steuerung, die Stürze automatisch registrieren und melden.

Das Bad dieser Wahlleistungsstation im Krankenhaus gibt Sicherheit. Es verfügt über eine barrierefreie schwellenlose Dusche und bestens integrierte Haltegriffe.

Sicheres Gesamtkonzept

Die Vermeidung von Stolperfallen, Ausrutschern und Stürzen erfordert eine saubere Aufteilung der Räume, bewusste Farbgebung und Kontraste, Sicherheit durch Haltegriffe, gute Beleuchtung, intakte Böden und eine passende Rutschhemmung. Eingebunden wird dies alles in ein gestalterisches Konzept, das auch den Anforderungen an Aufenthaltsqualität, Arbeitsprozesse, Hygiene und Brandschutz gerecht wird.
Im Falle eines Falles kommt nicht nur der Ruf zu Schaden, auch die Versicherungen haben zu tun und die Berufsgenossenschaft wird auf den Plan gerufen. Selbst in einem bereits laufenden Betrieb können Teilbereiche rechtzeitig repariert oder saniert werden, bevor es zu voraussehbaren Stürzen kommt.

Buchtipp

Heilende Räume

Von der Pädiatrie bis zur Geriatrie stehen die Wirtschaftlichkeit und gleichzeitig die Zufriedenheit der Patienten weltweit zunehmend im Mittelpunkt von Behandlung, Heilung und Pflege. Ein sorgfältig durchdachtes, innenarchitektonisches Gesamtkonzept für das Patientenzimmer kann den Genesungsprozess nachhaltig fördern und die Aufenthaltsqualität verbessern.

Das Buch dokumentiert die Gestaltung des Patientenzimmers als Herzstück eines Krankenhauses. Es erläutert die verschiedenen Gestaltungskomponenten, wie Material, Farbe, Licht, Oberfläche etc., und widmet sich den Notwendigkeiten der Hygiene, aber auch den Fragen des Workflows und der Wirtschaftlichkeit. Vierzehn internationale Projektbeispiele ergänzen die Darstellung.

Titel: „Das Patientenzimmer der Zukunft: Innenarchitektur für Heilung und Pflege"
Autorin: Sylvia Leydecker
Verlag/ISBN: Birkhäuser / 978-3038214922
Preis/Umfang: 59,95 Euro/176 Seiten

Der ökonomische Druck im Gesundheitswesen ist gewaltig, Personal wird reduziert, was die Rahmenbedingungen für reibungslose Arbeitsprozesse umso wichtiger erscheinen lässt. Gleichzeitig gewinnt – angesichts des Fachkräftemangels – die Attraktivität von Arbeitsplätzen an Bedeutung.

Nicht nur das Personal, auch die Patienten möchten sich wohlfühlen. Dazu gehört schon immer eine gute Innenarchitektur, die ganz selbstverständlich die Sturzprophylaxe integriert und sich auf das Wohlbefinden der Menschen positiv auswirkt. Das Gefühl von Sicherheit ist ein bedeutsamer Faktor für die emotionale Befindlichkeit und damit auch für den natürlichen Heilungserfolg. Patienten schöpfen Vertrauen in die medizinische Leistung, fühlen sich gut aufgehoben, sind positiv gestimmt, weniger besorgt und kommen gerne wieder.

In vielen Fällen passt sich die Architektur leider nicht an den Menschen an, sondern umgekehrt. Ein Neubau erfordert oftmals Kompromisse in der Planung, der Altbaubestand sowieso, aber alle haben ihren Charme und ihre Daseinsberechtigung. Idealerweise geht die Gestaltung und Ausstattung von Immobilien Hand in Hand mit guter Innenarchitektur und schafft einen Mehrwert für alle. Ob flächeneffizienter Neubau, luxuriöse Verhältnisse oder gewachsene Historie im Bestand – die Kunst ist es, mit einer klugen Innenarchitektur das Beste für die Zukunft herauszuholen und dabei die Komplexität im Gesundheitswesen zu berücksichtigen. Bewusste Sturzprävention gehört auf jeden Fall dazu.

Bilder: © Sylvia Leydecker

Kontakt

Sylvia Leydecker
Diplom-Ingenieurin
Innenarchitektin bdia AKG
100 % interior
50735 Köln
info@100interior.de
www.100interior.de