

Kompressionsstrümpfe bei älteren Menschen reduzieren Stürze und lassen sich dank einfacher Anziehhilfen leicht anziehen



HINTERGRUND

Die Kompressionstherapie bei älteren Menschen ist eine wirksame Behandlung für chronische venöse Insuffizienz (CVI). Auf Grund der Handhabung beim An- und Ausziehen von MKS stößt sie aber

auf Skepsis. Dieser One-Pager präsentiert die vielversprechenden Ergebnisse zweier Studien, die ältere Menschen und ihre Pflegekräfte zur Anwendung der Kompressionstherapie motivieren.



STUDIE 1: MKS & POSTURALE STABILITÄT¹

ZIEL

Ältere Menschen sind einem höheren Sturzrisiko ausgesetzt als jüngere. In dieser Studie wurde untersucht, ob eine Beinstimulation mit MKS die posturale Regulation bei älteren Menschen unterstützt.

VERSUCHSDURCHFÜHRUNG

Die Auswirkungen von MKS auf die posturale Stabilität wurden auf stabilen und instabilen Oberflächen während einer Gleichgewichtsaufgabe bewertet.

TEILNEHMER: 46 Teilnehmer; gesund; 65–84 Jahre; männlich, n = 23, weiblich, n = 23.
BEHANDLUNGEN: barfuß; Placebo; 8–15 mmHg MKS; 20–30 mmHg MKS.
PRIMÄRE ENDPUNKTE: Stabilometrische Parameter zur Messung der somatosensorischen Funktion. Ihre Abnahme ist mit einem verringerten Sturzrisiko verbunden.

STUDIE 2: MKS & ANZIEHHILFEN²

ZIEL

Das An- und Ausziehen von medizinischen Kompressionsstrümpfen ist für ältere Patienten äußerst schwierig. In dieser Studie wurde untersucht, ob Anziehhilfen das Anziehen bei älteren Menschen erleichtern.

VERSUCHSDURCHFÜHRUNG

Das erfolgreiche Anziehen von MKS wurde entweder mit oder ohne Anziehhilfen analysiert.

TEILNEHMER: 40 Patienten; > 65 Jahre; schwere CVI (C4–C6); männlich, n = 17; weiblich, n = 23.
MKS: ein Paar 40 mmHg; zwei übereinander gezogen 20+20 mmHg.
ANZIEHHILFEN: verschiedene, einschließlich EasySlide, EasySlide Caran (SIGVARIS) oder keine.
PRIMÄRE ENDPUNKTE: vollständiges Anziehen und korrekte Positionierung der MKS; subjektive Patientenbewertung.



STUDIE 1: ERGEBNISSE

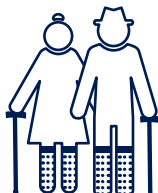
MKS reduzierten die stabilometrischen Parameter (insbesondere auf einer instabilen Oberfläche). **MKS hatten eine sofortige positive Wirkung auf die somatosensorische Funktion und die posturale Regulation.**

OHNE MKS



Barfuß

MIT MKS



8–15 mmHg und 20–30 mmHg

MKS verbesserten signifikant die posturale Stabilität und reduzierten Stürze

STUDIE 2: ERGEBNISSE

Anziehhilfen verbesserten den Erfolg beim Anziehen

erheblich. SIGVARIS Anziehhilfen gehörten zu den erfolgreichsten. Das Anziehen mit einer Anziehhilfe wurde deutlich besser bewertet als ohne.

OHNE ANZIEHHILFE



Verbesserter Anzieherfolg um +20 %

MIT ANZIEHHILFE



KERNBOTSCHAFT

Das Tragen von knielangen **Kompressionsstrümpfen** könnte als praktikable Maßnahme zusätzlich zu anderen Formen des Gleichgewichtstrainings mit einbezogen werden, **um das Sturzrisiko bei älteren Menschen zu senken.**

Anziehhilfen sollten von Ärzten vorgeschlagen werden, um ältere Patienten und ihre Betreuer dazu zu bringen, **Kompressionsstrümpfe zu tragen und die Kompressionstherapie zu befolgen.**

Literatur: (1) Immediate effects of wearing knee length socks differing in compression level on postural regulation in community-dwelling, healthy, elderly men and women. MT Woo, K Davids, J Liukkonena, JY Chowd, T Jaakkola. 2018. Okt;66:63-69. doi: 10.1016/j.gaitpost.2018.08.011. Epub 2018 Aug 16. (2) Donning devices (foot slippers and frames) enable elderly people with severe chronic venous insufficiency to put on compression stockings. K Sippel, B Seifert, J Hafner. 2015. Feb;49(2):221-9. doi: 10.1016/j.ejvs.2014.11.005. Epub 2015 Jan 8.