



## FRAGEBOGEN zur persönlichen Sturz-Risiko Einschätzung

Mit ehrlich-kritischer Beantwortung der folgenden Fragen finden Sie schnell heraus ob Sie (oder Ihre Angehörigen) sturzgefährdet sind.

- |   | JA                       | NEIN                     |
|---|--------------------------|--------------------------|
| • Sind Sie altersentsprechend „fit“ und 75 Jahre oder älter?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Leben Sie allein oder über weite Teile des Tages alleine in der Wohnung?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Bereitet es Ihnen Probleme, ca. 20 Sekunden auf einem Bein zu stehen?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Hatten Sie schon einmal einen Schwächeanfall oder hatten Angst - oder fühlten sich unsicher, weil Sie alleine in der Wohnung waren?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Leiden Sie an Erkrankungen, die die Funktion des Bewegungsapparates beeinträchtigen wie z. B. Osteoporose, Rheuma, Schlaganfall etc.? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Leiden Sie an einer der folgenden Erkrankungen:<br>Asthma, Epilepsie, Herz-Kreislauf-Beschwerden, MS oder Spastiken?                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Sind Sie während der letzten 6-12 Monate schon mal gestürzt?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| • Ist Ihre Seh- oder Hörfähigkeit stark eingeschränkt oder leiden Sie sogar unter massiven Seh- oder Hörstörungen?                      | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Haben Sie auch nur eine Frage mit >>JA<< beantwortet, besteht für Sie grundsätzlich ein gewisses Sturz-Risiko.

**Bitte bedenken Sie: Je mehr Fragen sie mit >> JA<< beantwortet haben, desto höher ist Ihr persönliches Sturz-Risiko.**

Dann sollten Sie sich baldmöglichst über die Möglichkeit jederzeitiger schneller Hilfe durch ein Hausnotrufgerät Gedanken machen!

Wir raten Ihnen:

**Informieren Sie sich jetzt über den Hausnotruf!**



Wir beraten Sie gerne, rufen Sie uns unverbindlich an:



**Hausnotruf und PflegeergänzungService HuPS24® e.K.**

Hausnotrufdienst im Großraum Esslingen – Waiblingen – Stuttgart – Sindelfingen  
Heiligenwiesen 8 in 70327 Stuttgart

**Telefon: 0711 / 342 13 - 0**

Die HuPS24-Verwaltung ist erreichbar: Montag – Freitag je von 8 bis 18 Uhr