

Dank Sturzsensoren sicher zu Hause leben

Digitale Technologien und damit verbundene Gesundheitservices ermöglichen es, möglichst lange in den eigenen vier Wänden zu leben

VON PROF. DR. MED. CHRISTIANE BROCKES

Sandra Möller ist 68 Jahre alt und lebt allein in ihrem Haus am Dorfrand. Auch den Haushalt erledigt sie tadellos und völlig selbstständig. Seit dem Frühling ist ihr Zuhause mit einem neuen Sicherheitssystem ausgestattet: Sensoren im Schlafzimmer, im Flur, Bade- und im Wohnzimmer registrieren die Bewegungen der Bewohnerin und reagieren bei Veränderungen des Gangbildes und bei einem allfälligen Sturz.

Alarm bei Ausrutschen im Bad

Würde Sandra Möller im Bad ausrutschen und nicht mehr aufstehen können, würde der Sturzsensoren die Zentrale automatisch alarmieren. «Zum Glück ist noch nie so etwas passiert», sagt die

vitale Dame. Sie sei nicht ängstlich und fühle sich gesund. «Doch man weiss ja nie», fügt sie mit einem Lächeln an. Die Sturzsensoren in ihrem Haus fallen auch gar nicht auf, denn sie sind bloss so gross wie ein Tennisball und können einfach an die Wand geklebt werden. Sollte sich Frau Möller davon gestört fühlen, kann sie diese Sensoren auch selber ausschalten. Man habe ihr erklärt, dass es keine Kameras seien und man sie nicht beobachten könnte. Die kleinen Geräte hinderten sie nicht daran, sich auch mal unbekleidet zwischen Bad und Schlafzimmer zu bewegen, lacht die lebensfrohe Frau. «Ich hatte nie das Gefühl, dass mich jemand überwachen will.»

Möglichst lange eigenständig leben

Frau Möller möchte in ihrem Zuhause wohnen bleiben, solange es die Gesundheit zulässt. «Und natürlich möchte ich mich sicher fühlen», betont sie klar. Wenn aber doch etwas passiert, werden die Veränderungen wahrgenommen, die Daten an eine Überwachungszentrale weitergeleitet, und Hilfe kommt. Im Gegensatz zu den bekannten Notfallarmbändern funktioniert diese Alarmierung passiv. Das bedeutet, man muss nicht einen Knopf bedienen. Es funktioniert eben auch, wenn jemand zum Beispiel in Ohnmacht fällt und den Notfallknopf auf dem Armband nicht mehr drücken kann. Damit kann man sicher sein, dass bei einem Sturz sofort Hilfe kommt und man nicht längere Zeit auf dem Boden liegen bleibt. «Meistens vergesse ich die Sensoren und denke gar nicht mehr daran – ich fühle mich damit sehr wohl», gibt Frau Möller an.

In der Schweiz gibt es verschiedene Anbieter von Sturzsensoren. Das Paket «Rund um die Uhr versorgt sein» wird ab CHF 70.–/Monat angeboten und variiert insbesondere je nach Grösse des eigenen Zuhauses. Mehr Information zu den Sensoren erfahren Sie unter <https://alcare.ch/de/patient>. Der Marktplatz bietet einen ersten Überblick über konkrete Firmen, auch kann man eine individuelle Beratung in Anspruch nehmen: www.smartcare365.ch.

Prof. Dr.med. Christiane Brockes ist Co-Gründerin, CEO und ärztliche Direktorin der alcare AG.



Bei einem Sturz wird via Sensor automatisch die Zentrale alarmiert.