

Vitamin D: Stürze verhindern und Pflegebedürftigkeit vermeiden

Zürcher Studie für neue Behandlungsrichtlinien bei Hüftfrakturpatienten

Zürich (pd) Eine Studie der chirurgischen Klinik und der Rehabilitationsklinik des Stadtspitals Triemli untersucht, wie Vitamin D und Früh-Rehabilitation optimal eingesetzt werden müssen, um Sturzunfälle zu vermeiden. Davon können nicht nur Patienten profitieren, auch das Gesundheitswesen könnte deutlich entlastet werden. Die Resultate der Studie werden in zwei Jahren erwartet.

Sturzunfälle im höheren Lebensalter sind relativ häufig. Bis zu 30 Prozent aller 65-Jährigen stürzen einmal pro Jahr, und die Sturzhäufigkeit steigt mit zunehmendem Alter. Eine Ursache für das erhöhte Sturzrisiko ist eine schwache Muskulatur und dadurch ein vermindertes Gleichgewicht. Auch diverse Medikamente, welche ältere Menschen einnehmen – etwa zur Blutdrucksenkung – können das Gleichgewicht negativ beeinträchtigen und einen Sturz begünstigen.

Gerade im hohen Alter führen Stürze aufgrund verminderter Knochenfestigkeit (Osteoporose) oft zu Knochenbrüchen. Diese heilen im Alter zumeist nur langsam. Leider ist es oft so, dass alte Menschen anschliessend nicht mehr selbstständig haushalten können und nach einem Spitalaufenthalt in ein Alters- und Pflegeheim umziehen müssen.

Jährlich 12 000 Hüftbrüche

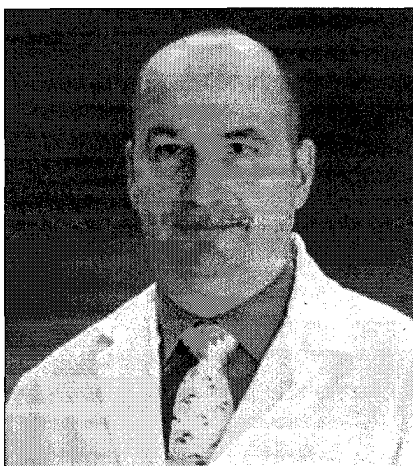
Eines der grössten Risiken für die Einschränkung der Bewegungsmöglichkeiten alter Menschen ist ein Bruch der Hüfte. In der Schweiz ereignen sich Jahr für Jahr etwa 12 000 Hüftbrüche (Schenkelhalsfrakturen), die Kosten von rund 600 Millionen Franken verursachen. Auch wenn der Hüftbruch heilt, stürzt die ältere Person danach häufig erneut; diesmal mit weit schlimmeren Folgen. Bis heute weiss man nicht genau, wie man Hüftfraktur-Patientinnen behandeln kann, dass ein erneuter Sturz

nicht mehr vorkommt.

«Es ist zwar bekannt, dass Vitamin D eine wichtige Rolle einnimmt und Muskeln und Knochen stärkt. Auch ist bekannt, dass Bewegungstraining (Physiotherapie mit Kräftigungs- und Gleichgewichtstherapie) den gesamten Bewegungsapparat unterstützt. Bis heute wurde aber weltweit noch nie untersucht, welches die richtige Kombination von Vitamin D und Früh-Rehabilitation ist», sagt Robert Theiler, Chefarzt der Klinik für Rheumatologie und Rehabilitation am Stadtspital Triemli.

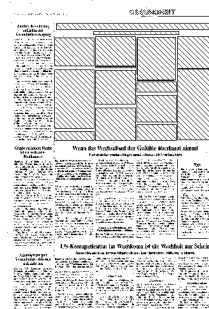
300 Patienten des Kantons Zürich – Grosser Nutzen für die Zukunft

Eine Zürcher Studie unter der Leitung von Robert Theiler, Andreas Platz und Heike A. Bischoff will diese Situation ändern: Zwei Gruppen mit unterschiedlichen Dosierungen einer täglichen Vitamin D-Supplementation (entweder 800 oder 2000 Einheiten) als auch einer unterschiedlich intensiven Frührehabilitation unter Einbezug von geriatrischen Abklärungsmethoden werden miteinander



PD Dr. med. Robert Theiler, Chefarzt der Klinik für Rheumatologie und Rehabilitation am Stadtspital Triemli.

(Bild: zvg)



der verglichen. Im darauf folgenden Jahr werden mehrere Faktoren dokumentiert: die neu auftretenden Stürze, die Verletzungen aufgrund der Stürze, die Anzahl Personen die gestürzt sind, die Anzahl aufgetretener Knochenbrüche, die Veränderungen der Behinderungen im Alltag und der Lebensqualität sowie die Sterblichkeit und die Benutzung von medizinischen Ressourcen.

Auch die Stationen in der Behandlungskette vom Akutspital mit Frührehabilitation bis zur Nachbehandlung entweder zu Hause oder an einer weiterführenden Rehabilitationsstätte oder in einer Institution (Alters- und Pflegeheim) werden dokumentiert. An der Studie nehmen 300 Patienten teil, die wegen einer Hüftfraktur in der chirurgischen Klinik des Stadtsitals Triemli in Zürich behandelt werden.

«Wir haben im Januar begonnen, Patienten, die Ihr Einverständnis erteilt haben, für diese Studie zu rekrutieren und hoffen, die ersten Resultate im Jahr 2007 veröffentlichen zu können», sagt Theiler. «Diese Studie soll Grundlagen für neue, optimierte Behandlungsrichtli-

nien erarbeiten. In Zukunft können wir dank dieser Studie Hüftbrüche im Spital noch besser versorgen. Damit werden nicht nur die Ressourcen im Spital und der weiteren Behandlungskette optimal eingesetzt, sondern auch die Aussichten für die Patienten verbessert.» In Zukunft können dadurch möglicherweise erneute Hüftfrakturen und deren schwerwiegende Folgen verhindert werden.

Die Zürcher Hüftfraktur-Studie findet im Rahmen des Nationalen Forschungsprogrammes «Muskuloskelettale Gesundheit – Chronische Schmerzen» (NFP 53) des Schweizer Nationalfonds statt. Mit seinen sechs Modulen und vorerst 22 Projekten sollen die komplexen Ursachen von Krankheiten des Bewegungsapparates erforscht und praxisrelevante Resultate für die Behandlung und Vorsorge geliefert werden. Für die Durchführung des NFP 53 Programms steht für die Dauer von fünf Jahren (2004 bis 2009) ein Betrag von 12 Millionen Franken zur Verfügung.

Weitere Informationen: www.nfp53.ch