

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). Sie stößt jedoch aufgrund der Handhabung beim An- und Ausziehen von medizinischen Kompressionsstrümpfen (MKS) auf Skepsis.

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



Studie 1 MKS und 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.

Studie 2 MKS und 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.



Versuchsdurchführung¹

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

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

Versuchsdurchführung²

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

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

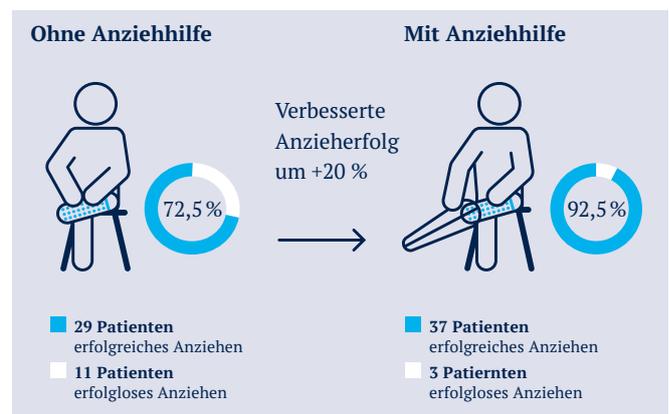
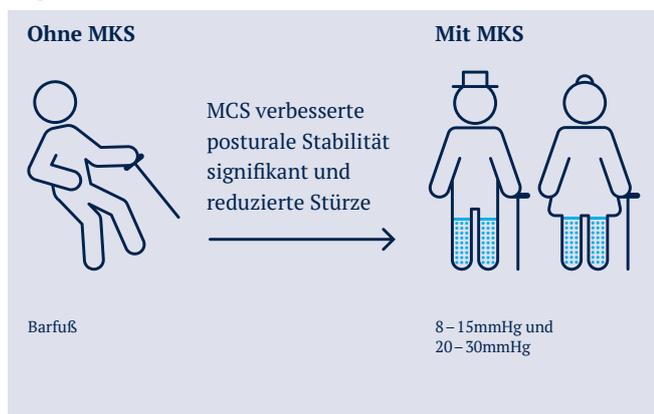


Ergebnisse¹

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

Ergebnisse²

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



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.

Kernbotschaft

Anziehhilfen sollten von Ärzten erwähnt werden, um ältere Patienten und ihre Betreuer zu ermutigen, Kompressionsstrümpfe zu tragen und die Kompressionstherapie zu befolgen.

Referenzen (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. Oct;66:63-69. doi: 10.1016/j.gaitpost.2018.08.011. Epub 2018 Aug 16. (2) Donning devices (foot slips 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.jvs.2014.11.005. Epub 2015 Jan 8.