

Hofmann Verlag, Dez 2012, Sport in Hessen Nr. 24/2012, Sportfachbücher von Hofmann

Hausaufgaben für sturzgefährdete Patienten, Übungen und Hilfestellungen für Betroffene und Angehörige

Dieses Buch wurde gezielt für Betroffene geschrieben. Die Inhalte sind praxisorientiert und beschreiben die Vorgangsweise beim Üben im Detail. Bei den Selbsttests zur Einschätzung des Sturzrisikos hat der Betroffene die Möglichkeit, den derzeitigen Leistungszustand zu bestimmen. Des Weiteren werden in den einzelnen Kapiteln Übungen gezeigt, die das Sturzrisiko verringern. Der Leser bekommt auch Hinweise und Tipps wie die Wohnung gestaltet werden sollte. Sturzprophylaxe ist nur durch ständiges Üben zu gewährleisten, gleichzeitig wird dadurch auch die Mobilität sowie die Lebensqualität der Betroffenen erhöht.