

## Das Frailty-Syndrom

Unter dem Begriff **„Frailty“** (Gebrechlichkeit) wird das gleichzeitige Auftreten verschiedener, zum Teil krankheitsbedingter Einschränkungen verstanden, die ältere Menschen weniger belastbar und damit anfälliger für Erkrankungen, Behinderungen oder Stürze machen. Daraus können wiederholte Krankenhausaufenthalte, Pflegebedürftigkeit sowie erhöhte Sterblichkeit resultieren.



### **Symptome**

verminderte Kraft und Ausdauer, schnelle Erschöpfung, verlangsamtes Gehen, reduzierte Greifkraft, Abbau von Muskelmasse, ungewollter Gewichtsverlust, eingeschränkte Organfunktionen

### **Ursachen & Risikofaktoren**

höheres Alter, typische Erkrankungen (Bluthochdruck, Schlaganfall, Herzinfarkt, Krebs, Diabetes, Demenz) Mangelernährung, soziale Isolation

### **Risikoerfassung/ Screening**

Phänotyp nach Fried, CSHA-Frailty-Index, CSHA Frailty Scale, Edmonton Frail Scale, LUCAS-Funktionsindex, MAGIC

### **Behandlung und Prophylaxe**

Kraft- und Ausdauertraining, Sturzprophylaxe, eiweiß- und vitaminreiche Ernährung, ausreichende Flüssigkeitszufuhr (ca.1,5-2l), Behandlung von bestehenden Kau- und Schluckproblemen sowie Begleiterkrankungen, Vermeidung unnötiger körperlicher und seelischer Belastungen



# Das Frailty-Syndrom

## **Quellen:**

Benzinger, P., Eidam, A., Bauer, J. (2021). Klinische Bedeutung der Erfassung von Frailty. Gerontologie und Geriatrie, 54, 285-296. <https://doi.org/10.1007/s00391-021-01873-z> - Groß, P. (2009). Von Selbstständigkeit zu Abhängigkeit – das Frailty-Syndrom. Arthritis und Rheuma, 29 (01), 13-16. DOI: 10

<https://www.aerzteblatt.de/archiv/204956/Gebrechliche-aeltere-Patienten>

[https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsF/degs1/gebrechlichkeit\\_frailty.pdf?\\_\\_blob=publicationFile](https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBEDownloadsF/degs1/gebrechlichkeit_frailty.pdf?__blob=publicationFile)

## **Bild-Quelle:**

<http://www.lauriemillotte.com/design-chronicles/2015/6/3/sign-of-the-times-rethinking-the-elderly-people-road-sign>

Erstellt:

N. Dirks & S. Hamacher, A.

Flaming,

Praxisanleiter/Pflegeentwicklung

Freigegeben:

Prof. Dr. med. P. Kermer

Chefarzt

Neurologische Klinik

Geltungsbereich:

NWK

Stand:

03.03.2022

Eine Einrichtung der

Friesland  
KLINIKEN