



**8 anbefalinger
til forebyggelse af
ÆLDRES FALDULYKKER
- den gode kommunale
model**

8 anbefalinger til faldforebyggelse



1. Det anbefales, at kommunen udarbejder en politik og en handleplan for den faldforebyggende indsats.



2. Det anbefales, at kommunen udarbejder klare procedurer for alt samarbejde vedr. faldforebyggelse. Procedurene skal beskrive såvel det tværfaglige samarbejde internt på ældreområdet som det tværsektorielle samarbejde mellem kommunens forvaltninger, praktiserende læger og regionen.



3. Det anbefales, at kommunen opbygger faglig ekspertise om faldforebyggelse og udarbejder handleplan for implementering og kvalitetssikring af den faldforebyggende indsats.



4. Det anbefales, at kommunen udarbejder procedurer for tidlig opsporing af ældre, der er i risiko for at falde.

8 anbefalinger til faldforebyggelse... forsat



5. Det anbefales, at kommunen foretager systematisk faldregistrering og faldudredning samt sikrer sammenhængende forløb for en målrettet, faldforebyggende indsats.



6. Det anbefales, at kommunen systematisk medtænker, at ældre selvstændigt skal bevare muligheden for at opretholde et sundt og aktivt hverdagsliv.



7. Det anbefales, at kommunen formidler gerontologisk viden til såvel sundhedspersonale som befolkningen.



8. Det anbefales, at kommunens medarbejdere fokuserer på ældres muligheder og ressourcer ved at bidrage til opbygning af sociale netværk samt muligheder for, at de ældre kan dyrke interesser og forfølge personlige mål efter ønske og behov.

Fakta om fald

Fald



1.350 ældre over 65 år dør i Danmark på grund af følger efter fald (www.si-folkesundhed.dk 2003)



13.000 ældre over 65 år indlægges efter et fald (www.si-folkesundhed.dk 2003)



45.000 ældre over 65 år kommer på skadestuen på grund af fald (www.si-folkesundhed.dk 2003)



Hver tredje ældre over 65 år og hver anden over 80 år falder én gang om året (Gillespie et al. 2003)

Hoftebrud og konsekvenser

6.900 ældre får hoftebrud, hvoraf ca. 95 % sker i forbindelse med et fald (Nymark 2014)



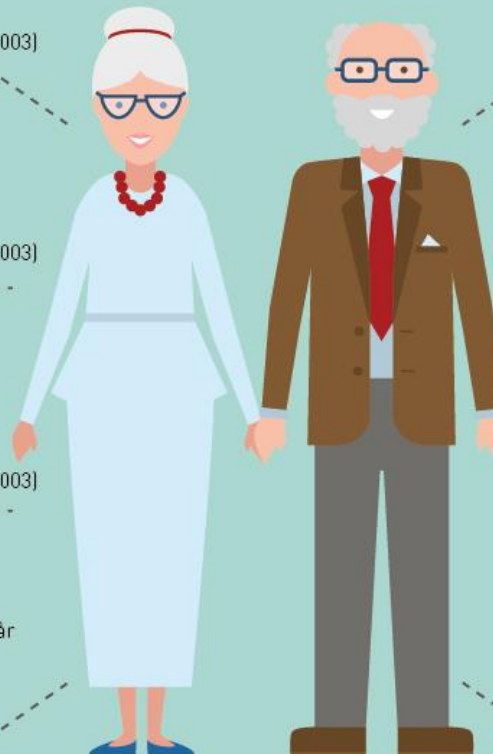
42 % af de overlevende vender ikke tilbage til deres tidligere funktionsniveau (Bertram et al. 2011)



35 % er ikke i stand til at gå selvstændigt (Bertram et al. 2011)



20 % vil inden for et år bo på et plejehjem (Bertram et al. 2011)



Forebyggelsesstrategier

- Massestrategi
- Højriskostrategi

Massestrategi

- Generel faldforebyggelse i ældrebefolkningen
- Fx. Rejse-sætte-sig test på alle borgere > 65 år
- Fokus på aktivitets- og funktionsniveau
- Sandsynligt at forebygge 1. fald
- Ressourcekrævende

Højriskostrategi

- Målrettet faldforebyggelses indsats efter 1. fald
- Systematisk registrering, risikovurdering, udredning, handleplan og dataindsamling
- Mindre ressourcekrævende
- Kan bidrage til stigmatisering af ældre som skrøbelige og svage

Anbefaling 1

- Kommunal politik og handleplan for faldforebyggelse blandt ældre
- National Klinisk Retningslinje

Anbefaling 2, note: § 86

- Den komplekse, skrøbelige borger
contra borgeren, der falder første gang.
- Rehabilitering
- Forebyggelse
- Genoptræning
- Kompensation
- Pleje og omsorg

Anbefaling 3

Opbygning og organisering af faglig ekspertise i kommunen

- Faldspecialister, tovholder og ressourcepersoner
- Indsatsniveau i forhold til forebyggelsesstrategi
- Generel faldforebyggelse

Anbefaling 7

Fokus på ressourcer i stedet for Begrænsninger

- Motivationssamtalen
- Sundhedspædagogiske udvikling
- Empowerment
- Self-efficacy

Anbefaling 7

Fokus på ressourcer i stedet for begrænsninger

Marianne Mahlers terminologi:

“At miste balance kan betyde at miste orientering i livet.”

“At rejse sig bliver til metafor for at vende tilbage til livet og at komme op igen og at kunne komme op igen”.



Litteraturliste, samt opdateret kildemateriale

- Fuldstændigt ajourført litteraturliste
- Tak til sekretariatet i Sund By Netværket
- Den samme tak i forhold til reference - opsætningen

Afrunding

- Det nære sundhedsvæsen
- Kommentarer og/eller spørgsmål
Kompensation
- TAK for jeres opmærksomhed