

KAATUMISEN EHKÄISY AIKUISILLA



KENELLE ALKUSEULONTA JA RISKIARVIO

- Alkuseulonta
 - Ikä 70-vuotta tai yli
 - Aiempi kaatuminen viimeisen 12 kk:n aikana
 - Ammattilaisen arvioima muu syy esim. lääkitys, muistisairaus, liikkumisvaikeus, aistitoimintojen heikkous, alkoholin käyttö
- Kaatumisriskin tason arviointi (FRAT), kun alkuseulonta osoittaa riskin

MILLOIN

- Alkuseulonta ja tarvittaessa riskiarvio 24h sisällä sairaalaan tulosta
- Avo- ja poliklinikkakäynnillä: tulossa vuodeosastojaksolle tai ammattilaisen arvioima muu syy

TÄYTÄ FRAT – KAATUMISRISKIN ARVIOINTI (Katso sivulta 2.)

- Selvitä potilaalta/omaiselta potilaan kaatumishistoria, lääkitys, henkinen tila ja kognitio/muisti
- Järjestelmä antaa automaattisesti riskiarviopisteet ja riskiluokan



KIRJAA

- Alkuseulonta hoitokertomuksen pysyväästietoihin ja hoitotaulukkoon
- FRAT hoitokertomuksen pysyväästietoihin, hoitotaulukkoon ja hoitotyön yhteenvedon



TULKITSE TULOS JA TOIMI

- Tee hoitosuunnitelma toimintaohjeiden mukaan ja tiedota asiasta
- Ohjaa potilasta/omaista ja anna kotihoito-ohje: [Kaatumisriskissä olevalle potilaalle](#)



LIEVÄSTI KOHONNUT KAATUMISVAARA	5-11	<ul style="list-style-type: none"> • Kaatumisen ehkäisykeinot käyttöön, anna kotihoito-ohje • Tiedota jatkohoitoon
KOHONNUT KAATUMISVAARA	12-15	<ul style="list-style-type: none"> • Kaatumisen ehkäisykeinot käyttöön, anna kotihoito-ohje
ERITTÄIN KORKEA KAATUMISVAARA	16-20	<ul style="list-style-type: none"> • Seuranta • Tiedota jatkohoitoon

KAATUMISEN EHKÄISYKEINOT SAIRAALASSA:

- **Tilat:** esittele potilaalle
- **Hoitajakutsu:** aseta potilaan lähelle, ohjaa hoitajakutsun käyttö
- **Henkilökohtaiset tavarat:** laita potilaan ulottuville
- **Kengät:** sopivat ja liukumattomat kengät, tarvittaessa liukuestesukat
- **Sänky:** aseta sopivalle korkeudelle, lähelle WC:tä, muista jarrut
- **Ylösnousu:** rauhallisesti, muista lukita apuvälineen jarrut
- **Apuväline:** valitse sopiva, ohjaa potilasta liikkumisessa ja tarv. fysioterapeutin arvio
- **Kuntoutus:** nopea kuntouttaminen
- **Esteettömyys:** huolehdi esteettömistä kulkuväylistä ja poista vaaratekijät
- **Valaistus:** huolehdi riittävästä valaistuksesta myös yöllä
- **Valvontaa tarvitsevat potilaat:** sijoita hoitajan lähelle

FRAT-RISKIARVIOINNIN PISTEYTYYS

- Valitse jokaisesta arvioitavasta alueesta (1-4) yksi vaihtoehto.
- Jos tila on vaihteleva, valitse heikointa tilannetta kuvaava vaihtoehto

1. KAATUMISHISTORIA					
Kaatumiset edeltävän 12 kuukauden aikana	Ei yhtään kaatumista		2 p.		
	Yksi tai useampi kaatuminen viimeisen 12 kk aikana		4 p.		
	Yksi kaatuminen viimeisen 3 kk aikana		6 p.		
	Useampia kaatumisia viimeisen 3 kk aikana		8 p.		
2. LÄÄKITYS					
Rauhoittavat-, mielialalääkkeet Parkinson-lääkitys, nesteenpoistolääkkeet, verenpainelääkkeet, uni- tai nukahtamislääkkeet	Ei mitään mainittujen lääkeryhmien lääkkeitä		1 p.		
	Yksi lääke		2 p.		
	Kaksi lääkettä		3 p.		
	Useampi kuin kaksi lääkettä		4 p.		
3. HENKINEN TILA					
Onko levottomuutta, masentuneisuutta, vaikeutta kommunikaatio- ja yhteistyökyvyssä, vaikeutta realistisesti arvioida omia resursseja, kuten liikkumis- ja toimintakykyä	Ei mitään mainituista		1 p.		
	Vähäisesti yksi tai useampia oireita		2 p.		
	Kohtalaisesti yksi tai useampia oireita		3 p.		
	Vaikea-asteista ongelmaa yhdellä tai useammalla osa-alueella		4 p.		
4. KOGNITIO/MUISTI					
Pisteytys joko MMSE* tai kysymyksen mukaan *Mini-Mental State Examination	MMSE		Onko muistivaikeuksia?		
	25–30	1 p.	TAI	Ei vaikeuksia	1 p.
	18–24	2 p.		Vähäisiä muistivaikeuksia	2 p.
	10–19	3 p.		Kohtalaisesti muistivaikeuksia	3 p.
	0–12	4 p.		Etenevä muistisairaus	4 p.
PISTEET YHTEENSÄ (1-4)			____p.		

<http://www.health.vic.gov.au/agedcare>. Suomenkielinen käännös © THL, IKINÄ

https://thl.fi/documents/966696/1449811/FRAT_.pdf/895413f0-490a-4a87-8269-cb99912453bb (ulkoasu Tyks)

HUOM! Jos potilas kaatuu tai putoaa

- kirjaa hoitotaulukkoon ja hoitopäivään
- tee HaiPro -potilasturvallisuusilmoitus