



Vad tänker anhöriga om äldres fallrisk och fallprevention?

Webbinarium 19 mars 2019

Eva Sennemark, Lennart Magnusson &
Elizabeth Hanson

Syfte



Medel från Socialdepartementet sökts för att:

1. Ta fram en kunskapsöversikt över tillgänglig forskning.
2. Ta fram en verktygslåda riktad till anhöriga gällande äldres fallprevention.



Metod



- "Scoping review" i sex steg (Arksey & O'Malley 2005).
- Ger översikt och identifierar forskningsluckor.
- 42 artiklar, sju rapporter.
- Fokusgrupper och intervjuer med 30 anhöriga.



Resultat



- Liten forskning kring anhöriga och fallprevention
- Främst internationell västerländsk forskning
- Olika typer av studier
- Fyra huvudteman, 18 underkategorier



Konsekvenser av närståendes fall för anhöriga



Ökad vårdböroda för anhöriga

- Stor påverkan på anhöriga liv
 - socialt
 - hälsa/välmående
 - inbördes relationer



Rädsla för nya fall



Konsekvenser... - konsultation



- Rädslan beroende av om den närstående fallit eller inte.
- Fall förknippas med ständig oro.
- Påverkar hälsa och socialt liv.



Man sov ju ett par centimeter ovanför sängen i och med att hon smet ut. Gick hon utanför dörren så fick jag inte in henne, då ropade hon på hjälp. Och det påverkade ju en förstås. Spänd jämt för att det skulle hända någonting. Det var jobbigt att inte få sova på nätterna, jag var ju rädd för att hon skulle ramla.

F.d. sammanboende make



Anhörigas strategier och förhållningssätt



- Beroende av om personen tror att fall går att förebygga.
- Konkreta åtgärder och strategier i hemmet.
- Förhållningssätt:
 - Diskuterar tillsammans med den äldre
 - Accepterar ett visst mått av fall
 - Säkerhet prioriteras – visst inslag av tvång
 - Oroar sig i tysthet

Strategier - konsultation



- Hög medvetenhet om fallprevention om närstående fallit.
- Olika syn på om fall går att förebygga.
- Konkreta åtgärder efter närståendes fall.



Man fick ju planera. I början hade jag en trädgårdsstol i plast i varje rum så att han sätta sig ner själv. Eller om jag var i närheten så kunde jag ta tag i honom och nå stolen. Gick inte det så fick jag följa med i fallet och ta stöten. Men sedan blev det värre och han fick en rullstol. Då fick jag plocka undan en massa saker som var i vägen. Jag fixade med hjälp av arbetsterapeuten en liten hjälm av skumgummi. Maka



Strategier - konsultation



- Prioriterar den äldres självständighet.
- Accepterar en viss fallrisk.
- Förhandlar.
- Dröjer in i det sista med inskränkningar.



Jag upplever ofta att hon är väldigt envis och vill ha det på sitt eget sätt så man får lirka. Det går inte att komma och bestämma och säga att nu gör du såhär. Det vill jag ju inte heller för hon är ju helt klar i huvudet. Det blir att jag ger tips och säger... du behöver väl inte gå upp på en stol, jag fixar det när jag kommer. Dotter



Information, utbildning och stöd till anhöriga



- Otillräcklig information till anhöriga – informationen inte alltid relevant.
- Forskare anser att anhöriga behöver utbildas.
- Få exempel på konkreta metoder/program för att utbilda anhöriga.

Information, stöd...- konsultation



- Otillräcklig information till anhöriga.
- Kommunens och sjukvårdens ansvar.
- Personlig muntlig information viktig för äldre anhöriga.
- Professionellt stöd bidrar till trygghet och minskar stress och oro.

På Dagvården var de väldigt hjälpsamma och de motiverade det med att om du inte ägnar dig lite åt dig själv så kommer du att vara patient om några månader. Där kan jag lämna henne utan att oroa mig. Make

Involvering av anhöriga



- Anhöriga bör involveras och sjukvården bör samverka med anhöriga.
- Få konkreta exempel på att detta skett.
- När anhöriga involverats systematiskt – ökad kompetens och minskad rädsla.

Involvering av anhöriga - konsultation



- Vill bli involverade!!

Jag tror det är jätteviktigt att involvera anhöriga. Dels att man har kunskap och dels det här med att det som vi tror är bäst, är inte alltid det som den äldre vill. Hur hanterar man detta? Det har nog varit en av de svåraste sakerna. Ibland står man där och vet inte vad man ska göra.

Dotter



Slutsatser



- Ganska god överensstämmelse med internationella studier men kulturella skillnader.
- Det behövs mer forskning i en svensk kontext.
- Anhöriga med olika bakgrund behöver involveras.
- Professionellt stöd gällande fallprevention till anhöriga gynnar de närstående.
- Anhöriga, äldre och professionella kan behöva olika typer av information.

En framtida verktygslåda för anhöriga



1. Vad bör en verktygslåda innehålla?
2. Hur bör informationen förmedlas?



Vad vill anhöriga ha i verktygslådan?



- Tips på vanliga fallrisker i hemmet och hur dessa kan undvikas.
 - Tips på vart anhöriga kan vända sig med frågor och för att få stöd.
 - Fallskola för äldre och anhöriga.
 - Utbildning för hemtjänstpersonal i fallprevention.
-
- Kort broschyr eller information i punktform.
 - Film och/eller bilder som illustrerar fallrisker.
 - Riktad reklam i TV gällande fallrisk.
 - Digitalt spel.
 - Hembesök av sjukgymnast eller arbetsterapeut.



Information och kontakt

Eva Sennemark, 0733-366816 eller
Lennart Magnusson, verksamhetschef
Lennart.magnusson@anhoriga.se

www.anhoriga.se