



REDOVISNING AV AVSLUTADE PROJEKT

Projekt Fallprevention Rehabilitering

Start 2009 avslut 2010

Vad var problemet som skulle åtgärdas?

Minska den äldres risk för fall, förbättra gångförmåga/förflyttningsförmåga. Att medarbetarna hade för dålig kännedom om balanssystemets fysiologiska och anatomiska uppbyggnad.

Vad gjorde vi?

De äldre boende som bedömdes vara i riskzonen delades in i två träningsgrupper med 5-7 deltagare i varje grupp. Träningen genomfördes två gånger i veckan, ca 40 minuter vid varje tillfälle. Träningen bestod av styrka, koordination, balans, fallreflektioner och förflyttnings teknik.

Grupperna leddes av legitimerad sjukgymnast/projektledare, undersköterska. Fyra undersköterskor genomgick föreläsningar och deltog regelbundet i projektet.

Vilket resultat uppnådde vi?

Uppföljningen visar att projektet i dess enkla form har kunnat påverka samtliga deltagare positivt. Deltagarna uppvisade mätbara förbättringar i något eller flera avseenden gällande fysisk förmåga, förflyttningsförmåga och balans. Majoriteten av de testade deltagarna uppvisade även minskad rädsla för fall. Således kan konstateras att deltagarna är i fas i strävan mot upprättad målsättning.

Samtliga deltagare har i såväl mätbar som genom subjektiv bedömning förbättrad förmåga i något avseende. Den enskilda individens risk för fall har minskat. Grupperna har ökat den sociala samvaron och tillhörigheten hos dem som deltagit.

Vilken nytta har vi haft av projektet inför framtiden?

Projektet har från och med 2011 införlivats i den ordinarie verksamheten. Projektet har visat att med föreläsningar och god handledning kan man på ett enkelt sätt engagera samtlig omvårdnadspersonal att verka vardagsrehabiliterande i den dagliga omvårdnadssituationen. Med små medel är det möjligt att påverka äldre personer i riskzonen för fall till förbättrad förmåga och ökat självförtroende.

Projektledare Joel Berglund
Akalla vård- och omsorgsboende
Attendo