

onsdag 2024-02-28 15:50

Inkommande e-post

Till: kommun@tyreso.se <kommun@tyreso.se>

Från: information@socialstyrelsen.se

Skickat: 15:50

Förebygg fallolyckor minska lidande och kommunens kostnader

2024-02-28

[Klicka här för att läsa brevet i din webbläsare](#)



Mottagare

Registrator i kommunen

Vänligen vidarebefordra till

Socialnämndens ledamöter, förvaltningschef, socialchef, avdelningschef för äldreomsorg, avdelningschef för samhällsbyggnad eller motsvarande samt verksamhetsutvecklare inom äldreomsorgen

Till dig som fattar beslut om budget

Förebygg fallolyckor och minska både personligt lidande och samhällskostnader



Fallolyckor bland äldre personer orsakar mänskligt lidande och medför också stora kostnader för samhället. Både lidande och kostnader skulle kunna minska eftersom de flesta fallolyckor kan förebyggas. Genom att arbeta förebyggande kan kommuner och regioner undvika stora kostnader.

Omkring 2000 äldre personer avlider varje år till följd av fallskador. Det är nio gånger fler än som dör i trafiken. Fallolyckor är den vanligaste orsaken till att äldre personer skadar sig. Omkring 70 000 personer, de flesta av dem är äldre, skadas varje år så illa att de behöver läggas in på sjukhus. Efter en fallolycka blir man ofta mindre självständig och livskvaliteten kan försämrans.

Fallskador medför också stora kostnader för samhället. I takt med att andelen äldre personer blir fler, väntas också antalet fallolyckor öka. År 2020 kostade fallolyckor bland äldre 16,8 miljarder kronor - varav 11,3 miljarder var direkta kostnader för regioner och kommuner. Den största delen av kostnaderna hamnar hos kommunerna och utgörs bland annat av ökade kostnader för äldreomsorg. I regionerna är det slutenvården som utgör den största utgiftsposten för fallolyckor.

Både lidande och kostnader skulle kunna minska eftersom de flesta fallolyckor kan förebyggas! Därför är det viktigt att kommuner och regioner prioriterar förebyggande åtgärder. Det kan innebära en ekonomisk besparing på några års sikt.

Äldre personer faller oftast i sin bostad eller i närheten av den. Det kan till exempel bero på nedsatt styrka och balansfunktion, sjukdomar, omgivningsfaktorer eller bristande kost. Många fall och frakturer kan förebyggas med fysisk träning. Bra matvanor, en säker miljö och läkemedelsgenomgångar är exempel på andra åtgärder som minskar fallrisken.



Satsning på förebyggande åtgärder kan betala sig på några års sikt

En kommun som till exempel satsar på fysisk träning ledd av fysioterapeut, för personer som är 80 år och äldre, kan efter fyra år se en besparing i kommunens ekonomi till följd av minskat antal fallolyckor. Det visar hälsoekonomiska beräkningar från Socialstyrelsen.

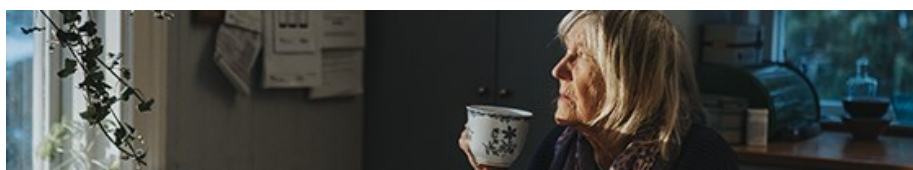
Den fysiska träningen kan förebygga ett antal fallolyckor och kostnaderna för dessa kan därmed undvikas. Den minskade kostnaden för färre fallolyckor för personer som är 80 år och äldre beräknas vara så stor att den väger upp kostnaden för investeringen. Den fallpreventiva insatsen har alltså totalt inneburit en besparing i den kommunala ekonomin på fyra år.

Även andra fallpreventiva satsningar såsom broddar på vinterväglag och anpassning av bostäder kan medföra besparingar. Beräkningsunderlag finns för små, medelstora och stora kommuner på sidan 63 i [Socialstyrelsens rapport Fallprevention – en kostnadseffektiv åtgärd?](#)

Hämta inspiration från Falun

I Falu kommun har man genom strukturerade uppföljningar för ledning och politiker kunnat tydliggöra hälsoekonomiska vinster med fallförebyggande arbete. Det har lett till att kommunen fortsätter att satsa på det uppsökande och fallförebyggande arbetet.

[Lyssna till en presentation från Falun](#)



Bra mat och fysisk träning förebygger fall

Bra mat och fysisk aktivitet är viktiga hörnstenar för ett rikt liv även långt upp i åldern. Energi- och proteinrik kost och fysisk träning med balans- och muskelstärkande övningar minskar risken för fall.

Undernäring är en stor utmaning inom vården och omsorgen för äldre. Det leder ofta till en minskad muskelmassa som kan vara svår och mödosam att återuppbygga. Därför är det viktigt att förebygga risken för undernäring så tidigt som möjligt. Bra rutiner är viktiga nycklar.

[Till kunskapsstöd för att förebygga och behandla undernäring](#)

Här finns samlad kunskap om hur fallolyckor kan förebyggas

På [Kunskapsguiden](#) hittar du:

- samlad kunskap om åtgärder som förebygger fallolyckor.
- statistik, indikatorer och nyckeltal som kan användas vid uppföljning och utveckling av arbetet.
- webbutbildningar för medarbetare och chefer inom vård och omsorg.

Har du frågor?

Skicka e-post till fallprevention@socialstyrelsen.se

Hantering av personuppgifter

Här kan du läsa mer om hur Socialstyrelsen [hanterar personuppgifter](#).
Socialstyrelsen, 106 30 Stockholm, 075-247 30 00