

Uusi asukas asumispalveluissa

1

Mahdollisimman nopeasti asukkaan muuttaessa

1. Tarkasta ja kysy kaatumishistoria viimeisen 6 kk:n ajalta
2. Arvioi toimintakykyä moniammatillisesti
3. Kartoita apuvälinetarve. Ovatko olemassa olevat apuvälineet sen hetkiseen toimintakykyyn parhaimmat?

2

Mitkä tekijät juuri tällä asukkaalla lisäävät kaatumisen riskiä?

1. Kun RAI-raportti valmistuu, muodosta RAI-henkilöraportti.
2. Tarkastelkaa moniammatillisesti raportin avulla kaatumisen riskitekijöitä.
3. Hyödyntäkää lisäksi kaatumisten ehkäisyn tarkistuslistaa (alla ja erillisenä saatavilla).

3

Toimenpiteet ja toteutus

Valitkaa tarvittavat toimenpiteet tarkistuslistasta (alla ja erillisenä saatavilla) ja sopikaa työyhteisössä niiden toteuttamisesta moniammatillisesti. Tee/päivitä hoitosuunnitelma.

Nykyinen asukas asumispalveluissa

1

Toista kohdat 2 ja 3 puolen vuoden välein RAI seuranta-arvion yhteydessä, tai toimintakyvyn oleellisesti muuttuessa.

Esimerkkejä kaatumisten ehkäisyssä huomioitavista asioista (tarkistuslista):

- **Arjen toimintakykyä edistävä toiminta:** ei tehdä puolesta, lähdetään liikkeelle, yhdessä ruokailu, kotiaskareet, ulkoilu, harrastustoiminta
- **Aistit:** ajan tasalla olevat silmälasit ja kuulolaite, valaistuksen huomiointi
- **Apuvälineet:** ajantasaiset ja oikein säädetyt apuvälineet, ft:n konsultointi
- **Asentohuimaus:** asentohuimauksen testit
- **Jalkineet:** turvalliset sisäjalkineet tai jarrusukat
- **Lihaskoivu ja tasapaino:** Lisätään arkeen liikettä, harjoittelu fysioterapeutin kanssa
- **Lääkitys:** Lääkityksen muutokset ja vaikutusten arviointi ja ennakointi, lääkelistojen ajantasaisuus, kaatumisriskiä lisäävät lääkkeet, osteoporoosihoidon ja -lääkityksen arviointi
- **Ortostaattinen hypertensio:** Ortostaattinen koe
- **Ravitsemus:** riittävä energian ja proteiinin saanti, nesteytys, D-vitamiini
- **Turvallinen ympäristö ja esteetön liikkuminen:** siisteys, matot, hoitajakutsu saatavilla, valaistus, sängyn jarrut lukittu, liikkumisen apuvälineet saatavilla
- **Yleinen terveydentila:** perussairauksien hoitotasapaino ja akuutit muutokset voinnissa