



FREDENSBORG
KOMMUNE

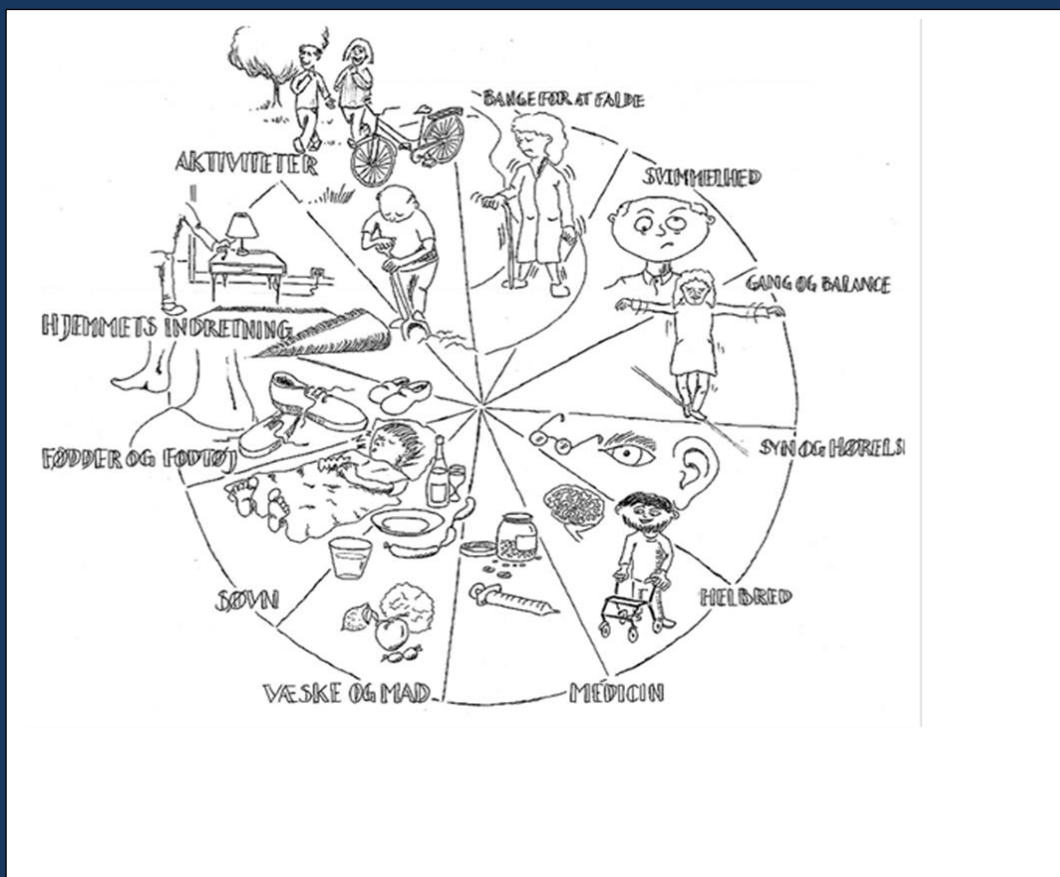
Forebyggelsesrådet for Ældrebeholdningen I Fredensborg Kommune

5-årig plan for faldforebyggelse

Borger- og patientrettet

forebyggelse

Sygdomsmestring



Indholdsfortegnelse

Indholdsfortegnelse.....	1
Indledning	3
Baggrund for handlingsplanen	3
Problemets omfang.....	3
Byrådets pejlemærker.....	5
Synliggørelse af problemets omfang	5
Formål.....	5
Handlingsplan.....	6
Kortsigtet handlingsplan.....	6
Langsigtet handlingsplan	6
Samarbejde.....	7
Implementering	7
Specifikke budgetkategorier.....	8
Tidsplan	8
Litteratur	8
Baggrundslitteratur	9

Indledning

Dette er et oplæg til en handlingsplan for faldforebyggelse i Fredensborg Kommune. Handlingsplanen giver forslag til, hvordan Fredensborg Kommune mere målrettet kan arbejde med faldforebyggelsesindsatser over en 5-årig periode. Dette involverer såvel en toning af den allerede eksisterende faldforebyggelsesindsats som nye tiltag, der skal indarbejdes i den samlede indsats. Udover den eksisterende faldforebyggelsesindsats, der i dag varetages af 2 faldforebyggelsesfysioterapeuter fra Træning & Rehabilitering ønskes en bredere tilgang til området og en samlet plan for udviklingen af kommunens tilbud på faldområdet herunder en mere detaljeret plan for, hvordan kommunale midler samt evt. fondsmidler eller anden ekstern finansiering vil kunne spille sammen i en samlet handleplan.

Handlingsplanen er opdelt i flere områder – nogle kortsigtede til hurtig realisering – samt nogle mere langsigtede planer.

Baggrund for handlingsplanen

Der er ultimo 2018 kommunalt ansat to personer til faldforebyggelse. Målgruppen er 65+, hjemmeboende og som har balancemæssige udfordringer eller fald. Indsatsen består af samtale og rådgivning, vurdering af hjem og omgivelser, hjælpemidler, træning enten individuelt eller som holdtræning, vestibulær behandling og rehabilitering viderehenvisning til andre kommunale tilbud samt opfølgning.

Der henvises ca. 200 borgere årligt til dette tilbud, især fra kommunens forebyggelseskoordinatorer, der udfører forebyggende hjemmebesøg – samt via henvisninger fra kommunens øvrige fysioterapeuter. Samarbejdet med almen lægepraksis er svingende med variationer fra praksis til praksis. Der har været lavet PR for kommunens tilbud, og dette er fortsat en nødvendighed for at sikre udnyttelse af det kommunale tilbud.

Hvis målgruppen eller arbejdsområdet fremadrettet ønskes udvidet eller væsentligt ændret, vil der være behov for at tænke på normeringen/økonomien på området. Der ydes i dag ikke faldforebyggende tiltag på kommunens plejecentre.

Udover den igangværende indsats, som borgerne angiver stor tilfredshed med, er der brug for at udvide indsatserne. Dette gælder ikke mindst i forhold til en synliggørelse af faldforekomsten bredt i kommunen.

Problemets omfang

En opgørelse fra Sundhedsstyrelsen fra 2006 viser forekomsten af fald. Se figur 1.

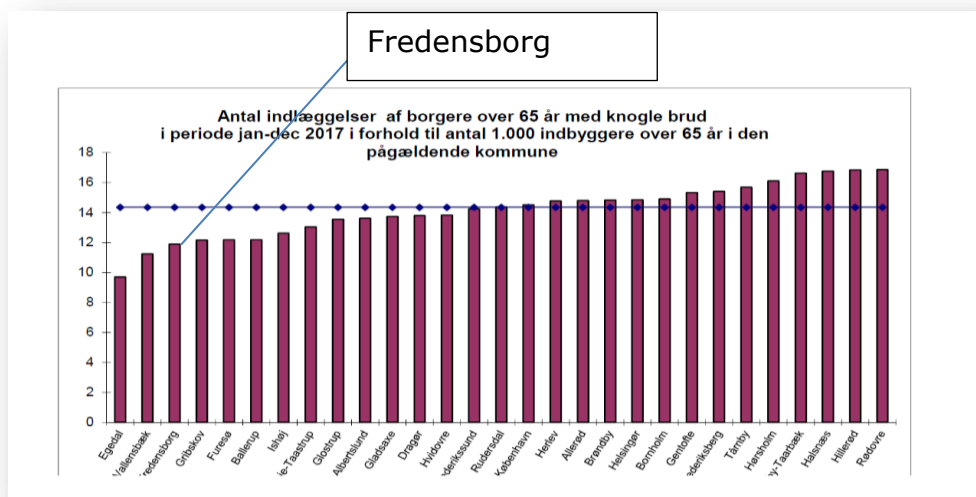
Figur 1

- Forekomsten af fald hos ældre er høj
- Fald pr år

65+ år	30 %
80+ år	50 %
Plejehjem	>50 %
Tidligere Fald	>50 %
- 20% af fald medfører kontakt til sundhedssystemet
- Faldrelaterede ulykker er den hyppigste årsag til henvendelse på skadestuen
- 40.000 skadestuebesøg/år efter fald hos +65 årige
- Største årsag til død ved ulykke hos +65 årige

Sundhedsstyrelsen – Faldpatienter i den Kliniske hverdag 2006

En opgørelse fra "Ulykker i Danmark 2015 opdelt på kommuner fra Statens Institut for Folkesundhed" viser, at der i Fredensborg Kommune i 2015 blev behandlet 297 skader efter faldulykker blandt ældre over 65 år, og 57 personer blev behandlet for hoftenære brud. Forekomsten af hoftenære brud blandt 65+ årige var 6,8 pr. 1.000 ældre over 65 år, hvilket er tæt på landsgennemsnittet (7,0 pr. 1.000 ældre). Den er lidt højere blandt ældre kvinder (7,6 pr. 1.000 ældre kvinder) end blandt ældre mænd (5,8 pr. 1.000 ældre mænd).



Kilde: Ledelsesoverblik over forebyggelige indlæggelser. Region Hovedstaden, Koncern Plan, Udvikling og Kvalitet. Enhed for kommunesamarbejde.

De seneste tal fra Region Hovedstaden viser, at Fredensborg Kommune har ca. 12 indlæggelser 65+ årige med knoglebrud pr. 1000 indbygger i perioden jan-dec. 2017. Tallene viser også, at Fredensborg Kommune ligger i den lave ende i forhold til de øvrige

kommuner i Region Hovedstaden.

Vi har dog ikke nyere tal på, hvor mange ældre, der falder og kommer til skade, hvor der ikke kræves indlæggelse. Dette gælder både fald i hjemmet og fald uden for hjemmet. Ligesom vi ikke har viden om, hvor og hvorfor den enkelte borger falder, medmindre borgerne henvises til kommunens faldforebyggelseskonsulenter.

For den enkelte borger kan fald og skader have store konsekvenser i hverdagen - både i form af smerter og indskrænket mobilitet og i form af utryghed og frygt for at falde igen. Sidst nævnte kan betyde, at borgeren ikke tør bevæge sig rundt i samme grad som før og dermed have risiko for at isolere sig og ikke som tidligere selv kunne håndtere de praktiske gøremål i livet.

Byrådets pejlemærker

Byrådet besluttede i 2018 et fælles arbejdsgrundlag i form af "Byrådets pejlemærker". I forhold til de ældre borgere i kommunen har Byrådet fokus på "Livskvalitet i hverdagen – et ældreliv med muligheder. Borgernes egne ressourcer skal fremmes, så de oplever selvbestemmelse og ansvar for dagens rytme og rutiner, ligesom der er fokus på at have dialog med ældre for at sætte fokus på de ældres egne muligheder og selvbestemmelse.

Synliggørelse af problemets omfang

Synliggørelse skal være et tidligt skridt for at kunne dokumentere problemets størrelse og konsekvenser, menneskeligt og kommunaløkonomisk mv. En tydeliggørelse af problemets omfang på linje med opgørelser over trafikulykker vil kunne medvirke til, at kommunen foretager prioritering af indsatser på et dokumenteret grundlag og dermed vil kunne opnå en højere grad af forebyggelse i forhold til at undgå faldulykker - med store omkostninger til følge for både borgerne og kommunen.

Sønderborg Kommune har i forbindelse med projekt "I sikre hænder" reduceret antallet af fald med 50 procent i et distrikt. Systematisk brug af forbedringsmodellen, tidstro data og tværfagligt samarbejde har ført til forbedringen. Netop det tværfaglige samarbejde mellem social- og sundhedsassistenter, sygeplejersker og social- og sundhedshjælpere er sammen med ledelsesmæssig opbakning hovedingredienserne i Sønderborgs opskrift på at forebygge fald. Det er ofte hjemmeplejen, som registrerer det første fald og udfører den initiale faldrisikovurdering (Kilde: I sikre hænder 20.12-2018).

Formål

Målsætningen for en veludviklet faldforebyggelses indsats i Fredensborg kommune er at minimere fald og faldskader blandt ældre i Fredensborg Kommune gennem en tværfaglig og flersidig forebyggelsesindsats.

Handlingsplan

Kortsigtet handlingsplan

For at synliggøre faldulykker og understøtte fremtidige indsatser, kan der anvendes flere metoder:

1. **Systematisk registrering af fald via kommunens omsorgssystem Nexus** af de borgere, der allerede er i kontakt med kommunen. Denne mulighed findes allerede, men vil kræve en fokuseret indsats af medarbejdergrupper, der i dag ikke indgår i registreringsopgaven (fx plejen).
2. Gennemførelse af en **stikprøveanalyse blandt udvalgte borgergrupper** i kommunen. Her kunne relevante medarbejdere i kommunen i en vedtagen periode på max 2 uger registrere alle faldepisoder (Hjemmepleje, plejehjemsbeboere og borgere, der har kontakt med træning).
3. Udvikle et **indberetningsmodul til kommunens hjemmeside** i stil med "indberet huller i vejen". Dette vil medvirke til at kunne skabe en bredere forebyggelsesindsats.
4. Opfordre kommunens borgere til at udfylde et **digitalt registreringsskema**, når de oplever et fald. Dette kunne ske via kommunens hjemmeside og ville kunne medvirke til en befolkningsmæssig mere repræsentativ opgørelse af faldforekomsten, og dermed medvirke til at tydeliggøre behovet for forebyggelsesindsatser.
5. Opfordringen til at **deltage i faldregistrering** vil kunne ske via det digitale nyhedsbrev 60+ og/eller via udlevering af skema i almen lægepraksis (90 % af ældre ser deres praktiserende læge årligt).
6. Anvende allerede kendte tal fra andre undersøgelser på faldområdet.

Punkterne 1, 3 og 4 vil kunne fortsætte i den langsigtede handlingsplan, hvis de permanentgøres.

Alle registreringer vil kunne blive samlet i en rapport, som gøres bredt tilgængelig for relevante politikere, forvaltningsfolk og fagfolk. Dette for at understøtte den endelige strategi på området. Hvis rapporteringerne opleves at give værdi, vil de kunne indgå i et mere permanent registreringssystem, hvor synliggørelse af problemets omfang vil kunne danne afsæt for fremtidige politiske prioriteringer. Det vil også have interesse at få tal for, hvor mange ældre, der indskrænker deres livsudfoldelse, funktioner og træning, fordi de er bange for at falde.

Langsigtet handlingsplan

7. Udarbejdelse af en **ny udvidet strategi for faldforebyggelsesindsatsen**, herunder en mere detaljeret indsatsplan i Fredensborg Kommune. Der skal ligeledes tages stilling til en evt. udvidet målgruppe.
8. Udarbejde en **årlig statusrapport i handlingsplansperioden**.
9. **Udbygge det tværfaglige samarbejde** og den habiliterende samt

rehabiliterende indsats på faldområdet.

10. **Optimere oplysninger om kommunens tilbud på hjemmeside** m.m. Her tænkes bl.a. i videoklip, pjecer m.m. Henvisninger til disse vil også kunne ske via det digitale nyhedsbrev 60+.
11. Tage initiativ til at sikre udarbejdelse af et **forløbsprogram for udredning af fald og faldårsager, - lokalt og regionalt**. Inddrage kommune, almen lægepraksis og særlige sygehusudredningsafdelinger.
12. **Bred oplysningsindsats**. Udarbejdelse af videoer til både borgere og personale med instruktion og gode råd om at undgå fald samt vejledning til borgerne om balancetræning og styrketræning. Oplysning herom skal ske via det digitale nyhedsbrev 60+.
13. Der vil kunne søges om **ekstern finansiering** til konkrete og afgrænsede tiltag fx via Trygfonden, patientforeningen o.a. Her vil kommunens fundraiser blive involveret.
14. Udvikling af **kursustilbud** til borgere over 65 år med henblik på at undgå fald, bl.a. gennem et pensionistkursus.
15. Eventuelt regionalt **samarbejde om udviklings- og forskningsindsatser** i forbindelse med forløb og ressourceanvendelse ved faldulykker samt evaluering af effekter ved faldforebyggende indsatser.

Der vil løbende ske en opsamling af viden på området, som vil kunne danne afsæt for justerede tiltag indenfor den afsatte økonomiske ramme. Her tænkes især på en justering af faldforebyggelsesfunktionens tilbud, der ud over den mere driftsmæssige opgave med løbende flow af henviste borgere evt. vil kunne indgå i særligt målrettede aktiviteter, hvor fokus kan variere. Dette kunne dreje sig om en øget indsats på plejecentrene, deltagelse i promovring til lægepraksis, PR og oplysningsopgaver generelt m.m.

Samarbejde

Det er et mål, at der kommer et øget samarbejde med borgerne og interesseorganisationer som fx osteoporoseforeningen, ældresagen m.fl. for, at der kan komme maksimalt fokus på faldforebyggelsen i kommunen. Dette kan være i forbindelse med supplerende tilbud til borgerne, finansiel og praktisk støtte og udvikling af nye tiltag og fokusområder. Da det ligeledes er et mål for kommunen at skabe sammenhængende forløb, er der behov for at styrke både det tværfaglige og tværsektorielle samarbejde om borgere med faldproblematikker. Det er væsentligt, at alt sundhedsfagligt personale er opmærksomt på kommunens tilbud, så borgerne kan få hjælp til at blive henvist hertil.

Implementering

Forslagene ovenfor vil blive prioriteret i den endelige handlingsplan, ligesom der vil blive sat tidsfrister på deadline for implementering af de enkelte tiltag.

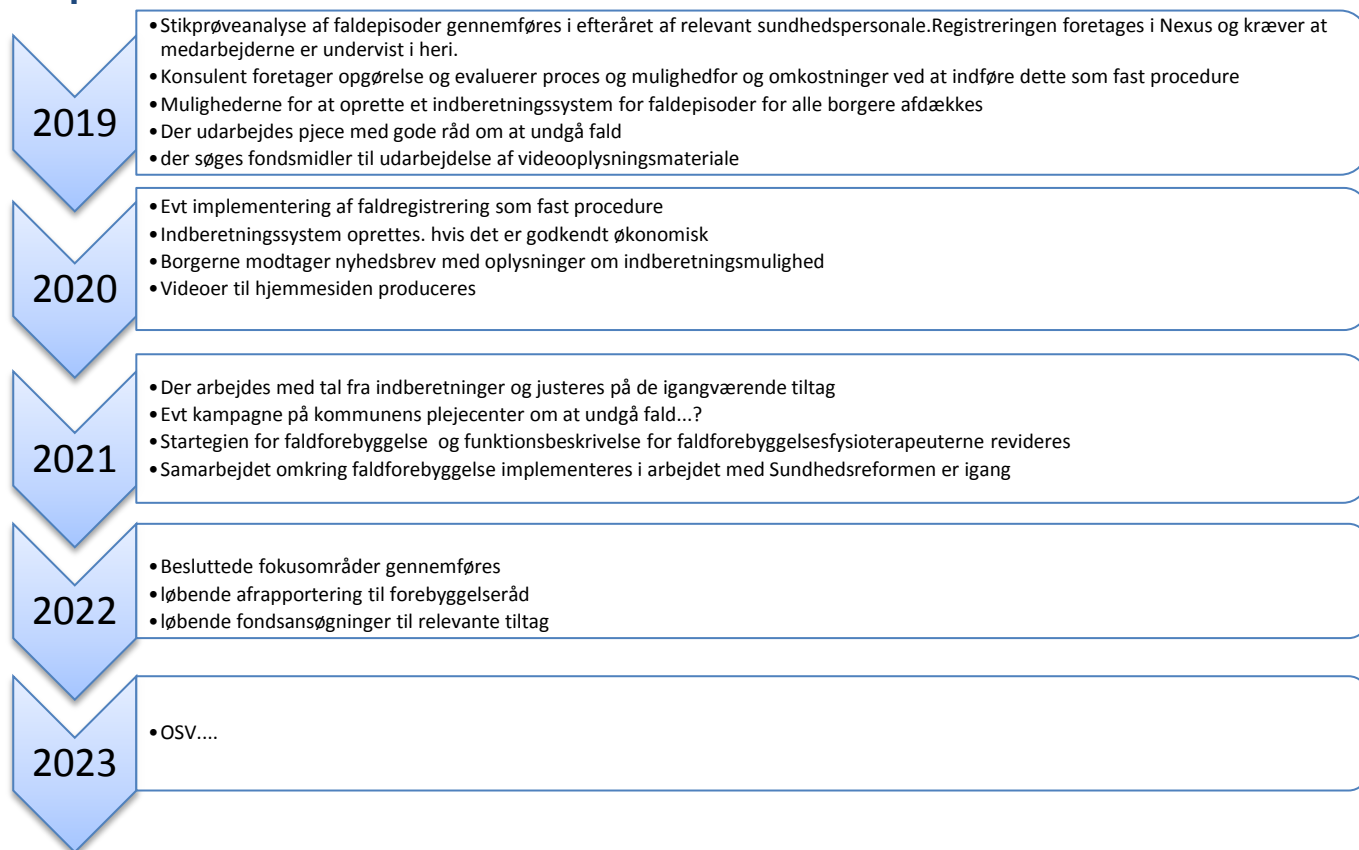
Der skal tages stilling til relevante budgetovervejelser, for at implementeringen kan blive en realitet. Opmærksomheden henledes på, at en kombination af eksisterende ressourcer i kommunen og ekstern finansiering søgt tilvejebragt via puljer eller fondsansøgninger, kan medvirke til at realisere den oven for beskrevne plan.

Specifikke budgetkategorier

Som specifikke budgetkategorier, der skal ansøges om eksternt indgår f.eks.

- Finansiering af registreringsopgaven i plejen.
- Evt. midler til øget indsats hos faldterapeuter, såfremt dette ikke kan ske som en omprioritering af opgaver.
- Konsulentstøtte til analyse af synliggørelses elementer – statistisk analyse og afrapportering.
- Midler til folkeoplysning til ældre borgere
 - Pjecer
 - Videoproduktion
 - Kurser

Tidsplan



Litteratur

Opgørelse for Fredensborg Kommune - Ulykker i Danmark 2015 opdelt på kommuner fra Statens Institut for Folkesundhed.

Indlæggelser knoglebrud 2017. Ledelsesoverblik over forebyggelige indlæggelser. Region Hovedstaden, Koncern Plan, Udvikling og Kvalitet. Enhed for kommunesamarbejde.

I sikre hænder 20/12-2018, <http://www.isikrehænder.dk/nyheder/2018/februar/soenderborg-halverer-fald-i-hjemmeplejen/>

Baggrundslitteratur

Faldulykker – 8 anbefalinger fra SundByNetværk.

Forebyggelse for ældreområdet, håndbog til kommunerne, Sundhedsstyrelsen 2015.

Handlingsplanen for Faldforebyggelse kan læses på Forebyggelsesrådets hjemmeside:
<https://www.fredensborg.dk/politik/raad-og-andre-udvalg/forebyggelsesraadet>

Udarbejdet februar 2019.