



# Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto (AKE)

Toimintakertomus vuosilta 2020–2022

Koonnut AKE verkoston jäsenet

Hyväksytty 14.3.2023



## Sisällys

1.	Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE jäsenet 2020–2022 .....	2
2.	AKEn tavoite ja visio toimikaudelle 2020–2022.....	2
3.	AKEn kokoontuminen toimikaudella 2020–2022.....	2
4.	Yksilöidyt tavoitteet ja toimenpiteet vuosille 2020–2022.....	2
5.	Kaatumiset ja putoamiset valtakunnallisten tilastojen valossa.....	8
	Organisaatiokohtaiset kertomukset.....	12
	AKE-Koulutusorganisaatiot.....	32



## 1. Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE jäsenet 2020–2022

Alueellisessa kaatumisten ehkäisyverkostossa oli vuoden 2020–2021 vaihtuessa 45 jäsentä ja 2021–2022 vaihtuessa 54 mukaan lukien puheenjohtaja. Jäsenet edustivat 19 eri organisaatiota, sairaanhoitopiiriä tai sote-aluetta. Jäseniin kuului maallikkojäsen. Jäsenet edustivat laajalti eri organisaatiotasoja kotihoidosta erikoissairaanhoidon ja koulutukseen sekä niiden kautta myös eri ammattiryhmiä.

## 2. AKEn tavoite ja visio toimikaudelle 2020–2022

**Toimikauden päätavoitteena** oli toimia tiedon ja hyvien käytäntöjen levittäjänä sekä asiantuntijana kaatumisten ehkäisyssä toiminta-alueellaan niin sosiaali- kuin terveydenhuollossa ja tehdä yhteistyötä eri yhteistyökumppaneiden sekä sidosryhmien kanssa. Kaatumisten ehkäisy on painopiste alueellisessa hyvinvoinnin edistämistyössä.

**Visiona** oli, että AKEn jäsenet toimivat aktiivisesti verkostossa. Jäsenet levittävät tietoa kaatumisten ehkäisystä omalla alueellaan / organisaatioissaan ja näin vaikuttavat aktiivisesti, jotta vakavien kaatumistapaturmien määrän kasvu pysähtyy.

## 3. AKEn kokoontuminen toimikaudella 2020–2022

Verkosto kokoontui suunnitellusti neljännesvuosittain etäyhteyksin. Koollekutsujana ja puheenjohtajana toimi klinisen hoitotyön asiantuntija Tarja Tervo-Heikkinen ja 19.5.2021 lähtien Säde Rytönen. Kokouksiin osallistui vuonna 2020 noin 20 jäsentä/kokous, vuonna 2021 noin 23 jäsentä/ kokous ja vuonna 2022 noin 21 jäsentä/kokous. AKE:n pääverkoston henkilöjäsenmäärä oli vuoden 2021 lopussa 50 ja vuoden 2022 lopussa 54. Tämän lisäksi suurimmassa osassa AKE-organisaatioita oli omat alaverkostonsa, joiden jäsenmäärät vaihtelivat alueittain.

## 4. Yksilöidyt tavoitteet ja toimenpiteet vuosille 2020–2022

### Verkosto on avoin ja kehittyvä.

Verkostoon kuuluu kaikki Kuopion yliopistollisen sairaalan erityisvastuualueen sairaanhoitopiirit ja sote-alueet (kuva 1). Verkostoon toivotetaan yhä tervetulleiksi uusia organisaatioita KYS-ERVA:n alueelta.

### Jäsenorganisaatiot

Essote, Etelä-Savon sosiaali- ja terveystalvet

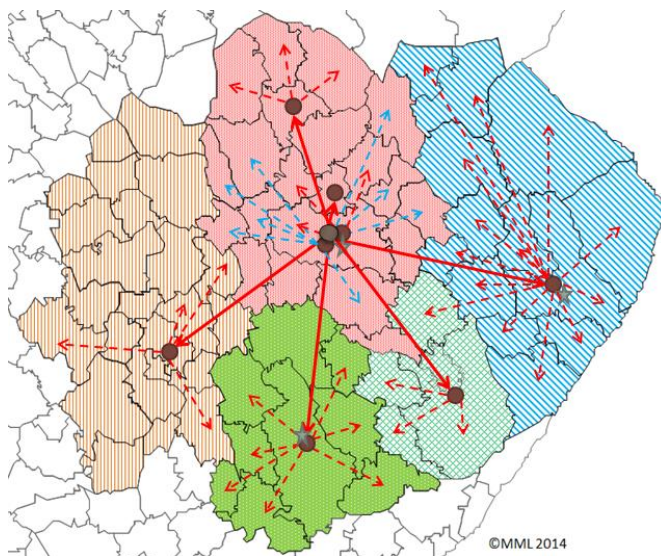
Itä-Suomen yliopisto, ISY (UEF)

Jyväskylän kaupunki

Keski-Suomen keskussairaala, sairaala NOVA ja sairaanhoitopiiri, KSSHP



Koulutetut Kokemusasiantuntijat ry (KoKoA)  
 Kuopion kaupunki  
 Kuopion yliopistollinen sairaala, KYS ja Pohjois-Savon sairaanhoitopiiri, PSSHP  
 Kysteri, Perusterveydenhuollon liikelaitos  
 Lapinlahden kunta  
 Niuvan sairaala  
 Sakky, Savon ammattiopisto  
 Savonia-ammattikorkeakoulu  
 Siilinjärven kunta  
 Siun SOTE, Pohjois-Karjalan sosiaali- ja terveyspalvelujen kuntayhtymä  
 Sisä-Savon terveydenhuollon kuntayhtymä  
 Suonenjoen kaupunki  
 Sosteri, Itä-Savon sairaanhoitopiirin kuntayhtymä  
 Ylä-Savon SOTE kuntayhtymä  
 Yksityisen terveyspalvelun tuottaja, Attendo



**Kuva 1.** AKE:n toiminta-alue 2020–2022

AKE:n kokouksiin on ollut mahdollisuus osallistua etäyhteydellä jo useita vuosia. AKE:n alaverkostojen jäsenet ovat voineet osallistua halutessaan pääverkoston kokouksiin.

AKE-verkoston yhteinen työtila PSSHP:n teamsissa on palvellut vuodesta 2021. Työtilaan on viety kokousmateriaali sekä esityksiä, julkaisuja ja yhteisesti muokattavia dokumentteja yms., jotka voidaan näin jakaa koko verkoston kesken.

### **Moniammatillista, paikallista ja alueellista koulutusta järjestetään säännöllisesti.**

Eri AKE-organisaatiot ovat järjestäneet omia koulutuspäiviään / -iltapäiviä tai kaatumisen teemaa on nostettu esille erilaisissa tilaisuuksissa. Tavoitteena oli laatia systemaattinen malli henkilöstön koulutukseen, sekä yhtenäisiä materiaaleja, mutta alueellista mallia henkilöstön koulutukseen ei ole tehty, koska kansallisella tasolla on hyvää koulutusta (Duodecim Oppiportti, UKK-instituutin laaja verkkokoulutus, Terveyskylän kuntoutusmateriaali).

Videoita kansalaisten, ammattilaisten ja ammattiin opiskelevien käyttöön on julkaistu eri organisaatioiden toimesta.

AKE verkostossa on järjestetty yhteistyössä Kuopion yliopistollinen sairaalan (KYS) ja Pohjois-Savon sairaanhoitopiirin HYTE-tiimin kanssa kaatumisvaaran vähentäminen luentosarjaa syksystä 2020 lähtien. Sarjan luennot on lähetetty noin kerran kuukaudessa Teams-etäyhteydellä ja linkit tallenteisiin on lisätty verkoston materiaalipankin sivuille. Tilaisuudet



ovat olleet avoimia sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille ja kaikille asiasta kiinnostuneille. Osallistujamäärät vaihtelivat reilusta 12 henkilöstä yli 120 henkilöön/ luento.

Vuonna 2020 luentosarjan aiheina olivat:

- Kuinka tunnistan kaatumisvaaraa lisäävät lääkkeet
- Kaatumisvaaran ennaltaehkäisy; KaatumisSeula itsearviointiin
- Kaatumisvaaran puheeksiotto; miten tuen asiakasta/potilasta fyysisen toimintakyvyn ylläpitoon?

Vuonna 2021 aiheina olivat:

- Turvallinen koti ja liikkumisympäristö iäkkäiden kaatumisten ennaltaehkäisytyössä.
- Voima- ja tasapainoharjoittelu ehkäisee kaatumisia
- Kaatumisen ehkäisy biomekaniikkaan (kävelyyn) vaikuttavilla apuvälineratkaisuilla (jalkineet, ortoosit)
- Ikääntyneiden päihteidenkäyttö ja kaatumisvaaran vähentäminen
- OTAGO kotiharjoitteluohjelma ja kaatumisvaaran vähentäminen
- Kaatumisvaaran vähentäminen – Toimintakyky ja murtumat ikääntyneillä
- Iäkkään kaatumisvaara – geriatrin käytännön tärpit tunnistamiseen ja puuttumiseen
- Kaatumisvaaran vähentäminen ja apuvälineet
- Ravitsemus ja kaatumisten ehkäisy

Vuonna 2022 aiheina olivat:

- Vakava vaarantapahtuma selvitys, HairPro
- Turvallisesti jalan ja pyöräillen
- Pysytään pystyssä opas
- Fall T.I.P.S mallin esittely ja kokemuksia
- Teknologia osana kaatumistapahtumien ennaltaehkäisyä
- Case Etelä-Karjala: Kaatumisen ehkäisy on meidän kaikkien yhteinen asia

AKE verkostossa on hyödynnetty UKK-instituutin järjestämää verkkokoulutusta kaatumisten ehkäisystä. Maksuton, itsenäisesti verkossa opiskeltava koulutus- ja tietopaketti on iäkkäiden parissa työskenteleville sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille. Koulutuskokonaisuuden tavoitteena on lisätä tietoutta iäkkäiden kaatumisten ja kaatumisvammojen ehkäisystä. [https://ukkinstituutti.fi/liikkumisen-turvallisuus/kaatumisten-ehkaisy-ammattilaisille/verkkokoulutus-kaatumisten-ehkaisyysta/?utm\\_source=creamailer&utm\\_medium=email&utm\\_campaign=Elintapaohjauksen+verkostokirje+1%2F2020&utm\\_content=%5Bemail%5D](https://ukkinstituutti.fi/liikkumisen-turvallisuus/kaatumisten-ehkaisy-ammattilaisille/verkkokoulutus-kaatumisten-ehkaisyysta/?utm_source=creamailer&utm_medium=email&utm_campaign=Elintapaohjauksen+verkostokirje+1%2F2020&utm_content=%5Bemail%5D)

Duodecimin Oppiportissa on jo vuonna 2015 julkaistu ”Kaatumisten ehkäisy” –verkkokurssi <https://www.oppiportti.fi/op/dvk00052>, jota on päivitetty 2018. Tämä kurssi on toiminut hyvin henkilöstön kouluttamiseen kaatumisten ehkäisyssä.

UKK-instituutti koordinoi kaatumisten ehkäisyn VAKAA –asiantuntijaverkostosta. Verkosto edistää valtakunnallista kaatumisen ehkäisytyötä <https://ukkinstituutti.fi/liikkumisen-turvallisuus/kaatumisten-ehkaisy-ammattilaisille/kaatumisten-ehkaisy-verkosto/>



AKE osallistui muutamien jäsenten kautta Terveyskylän kaatumisten ehkäisyn sivujen koostamiseen. Näiden sivujen tavoitteena on tuoda kansalaisille tietoa kaatumisten ehkäisystä. Sivut ovat olleet valmiita jo useita vuosia, mutta sopimusteknisten asioiden vuoksi niitä ei ole voinut julkaista.

Vuoden 2019 alussa käynnistyi Sosiaali- ja terveysministeriön sekä Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen koordinoima Työkäisten ja ikääntyneiden kaatumistapaturmien ehkäisyn projekti, joka tavoitteena on päivittää kansallinen Turvallisesti kaiken ikää - koti- ja vapaa-ajan tapaturmien ehkäisyn tavoite- ja toimenpideohjelma 2021–2030<sup>1</sup>. Toimenpideohjelman kautta voidaan vaikuttaa kansalliseen ennaltaehkäisevään työhön ja seurantaan. Tarja Tervo-Heikkinen ja joitakin muita AKE:n edustajia oli mukana ohjelman laatimisessa. Marraskuussa 2021 Sosiaali ja terveysministeriö (STM) julkaisi selvityksen: Turvallisesti kaiken ikää: Koti- ja vapaa-ajan tapaturmien ehkäisyn ohjelma 2021–2030 sekä selvitys kustannuksista<sup>2</sup>. Vuoden 2021 lopussa tehtiin myös toimeenpanosuunnitelmaa, joka julkaistiin toukokuussa 2022 STM:n toimesta<sup>3</sup>.

#### **Yhtenäiset käytännöt, ohjeet ja mittarit ovat käytössä.**

- Pysytään pystyssä -opas on päivitetty suomen, ruotsin ja englannin kielelle vuonna 2022. Turkin-kielisen oppaan päivitys on aloitettu. Opas on saatavilla painettuna versiona ja verkon kautta. Opasta on markkinoitu.
- AKE-materiaalin käyttö ja mittareiden (esim. FRAT, FROP-com, SPPBn, NRS2002, MNA, Kaatumisvaaran itsearviointilomake) systemaattista käyttöä on tuettu. Tarkempi käyttö tulee ilmi organisaatiokohtaisissa kuvauksissa.
- Menettelytapaohjeet kaatumisen / kaatumisvamman vuoksi hoitoon hakeutuvan ja sairaalassa kaatuvan potilaan vastaanottamiseksi. Menettelytapaohjeiden laatiminen ja implementointi käytäntöön ei ole toteutunut, mutta tarkistuslista kaatuneen kohtaavalle on tehty.
- Tarkistuslista kaatumisten vähentämiseen eri toimipisteissä ohjeistus on päivitetty v.2022
- Yksilölliset toimenpiteet kaatumisvaarassa oleville eri toimipisteissä ohjeistus on päivitetty v. 2022
- Lääkehoidon arviointi (vakioitu lääkehoidon arviointi) kaatumisen takia hoitoon tulleilla ja korkean kaatumisriskin potilailla.
- Kaatumisvaaraa lisäävät lääkkeet –kortin implementointia on tehty aktiivisesti
- Työstettiin Yhteistyö aikuisten kaatumisten ehkäisyn yhdyspinnoilla kuvio valmiiksi vuoden 2022 päätteeksi. Kuvio kokoaa kaatumisten ehkäisyn toimijat ja kuvaa kunkin toimijan tehtäviä kaatumisten ehkäisemiseksi.

Näiden tavoitteiden toteutumista on kuvattu kunkin organisaation oman toteutumisen yhteydessä myöhemmin.

<sup>1</sup> <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/162537>

<sup>2</sup> Turvallisesti kaiken ikää: Koti- ja vapaa-ajan tapaturmien ehkäisyn ohjelma 2021–2030 sekä selvitys kustannuksista. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-8343-4>

<sup>3</sup> Turvallisesti kaiken ikää -ohjelman toimeenpanosuunnitelma vuosille 2021–2025. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-8683-1>



Vuoden 2020 alussa on valmistunut [Kaatumisvaaraa lisäävät lääkkeet -tarkistuslista](#). Listan ovat laatineet proviisorit Anu Pitkonen (Ylä-Savon Sote), Kirsi Pesonen (Siun Sote) ja Raimo Ojala (KYS). Lue lisää listan taustasta ja käytöstä [täältä](#). Kaatumisvaaraa lisäävät lääkkeet lista on päivitetty vuonna 2022, päivityksen tekivät proviisorit Kirsi Pesonen (Siun Sote) ja Raimo Ojala (KYS). Lista päivitetään suunnitellusti kahden vuoden välein.

### **Kaatumisten ehkäisykysely ammattilaisille 2022**

AKE toteutti kaatumisten ehkäisyn toteutumista selvittävän kyselyn marras-joulukuussa 2022 toiminta-alueellaan KYS ervassa. Kyselyn tarkoituksena oli saada tietoa, kuinka hyvin alueen ammattilaiset tuntevat kaatumisten ehkäisyn toimintaa ja sen toimintatapoja sekä kuinka laajalti toimintatavat ovat vakiintuneet eri toimintaympäristöissä. Kyselyllä haluttiin saada näkyvyyttä myös Alueellisen kaatumisten ehkäisyverkoston toiminnalle.

Kysely toteutettiin AKE-toimijoiden toimesta KYS ervassa seuraavissa organisaatioissa; ES-SOTE, SOSTERI, KSSHP, Kuopion kaupunki, KYS, Kysteri, Lapinlahden kunta, Siilinjärven kunta, Sisä-Savon terveydenhuollon ky, Siun Sote, Suonenjoen kaupunki ja Ylä-Savon Sote. Vastauksia tuli määräpäivään (18.12.2022) mennessä yhteensä 626 kappaletta. Tuloksista raportoidaan vuoden 2023 alkupuolella suoraan organisaatioihin ja AKEn julkisilla verkkosivuilla.

### **Kaatumisten ja putoamisten määrää alueella, eri organisaatioissa ja yksiköissä seurataan järjestelmällisesti, tavoitteina määrän väheneminen.**

Vuosittain vuoden kolmannessa kokouksessa (syyskuu) verkoston organisaatioiden jäsenet esittelevät oman organisaationsa tilannetta. Samalla jokaisen organisaation omaa ensimmäisen vuosipuolikkaan trendiä on seurattu edellisiin vuosiin. Tässä on hyödynnetty HaiPro-ilmoituksia ja organisaatiokohtaisia johtamisjärjestelmästä tuotettuja tietoja, siinä määrin kuin ne eri organisaatioista on saatavissa. Samanaikaisesti on tarkasteltu myös koko maata koskevaa tilastotietoa.

### **Tutkimuksen avulla tuotetaan tietoa kaatumisten ja putoamisten määrän vähentämisen tueksi.**

Opinnäytetöitä kaatumisista ja kaatumisten ehkäisyyn liittyvistä aiheista on valmistunut muun muassa seuraavia:

- Lundgren, Laura. 2021. Lääkehoitojen arvioinnit osana traumapotilaiden hoitoa. Pro gradu -tutkielma, Itä-Suomen yliopisto, farmasian laitos. [https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/25407/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20210828.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/25407/urn_nbn_fi_uef-20210828.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Virnes, Roosa-Emilia. 2021. Opioidit ja kaatuminen iäkkäillä. Kliininen katsaus. Itä-Suomen yliopisto, farmasian laitos. <https://erepo.uef.fi/handle/123456789/25582>



- Pitkänen Anne & Lindfors, Taina. 2021. Fall T.I.P.S. kaatumisten ennaltaehkäisymalli - Ohjevideo Kuopion yliopistollisen sairaalan henkilökunnan käyttöön. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2021122190333>
- Virnes, Roosa-Emilia. 2021. Opioidit ja kaatuminen iäkkäillä – kliininen katsaus. Pro gradu -tutkielma. Itä-Suomen yliopisto. Terveystieteiden tiedekunta, Farmasian laitos. [eRepo - Opioidit ja kaatuminen iäkkäillä - kliininen katsaus \(uef.fi\)](https://erepo.uef.fi/handle/123456789/28946c)
- Korkatti, Netta. 2022. Antipsykootit ja kaatuminen iäkkäillä -kliininen katsaus. Pro Gradu tutkielma. Itä-Suomen yliopisto. Terveystieteiden tiedekunta, Farmasian laitos. <https://erepo.uef.fi/handle/123456789/28946c>
- Auvinen, Kati. 2022. Interprofessional Medication Assessment in older people. Findings from Finnish home care. Iäkkäiden lääkehoidon moniammatillinen arviointi kotihoidon potilailla. Väitöskirja. Yleislääketiede. Itä-Suomen yliopisto. [eRepo - Interprofessional medication assessment in older people: findings from Finnish home care \(uef.fi\)](https://erepo.uef.fi/handle/123456789/28946c)

#### Artikkeleita kaatumisista ja kaatumisten ehkäisyyn liittyvistä aiheista verkoston jäseniltä:

- Koivula R. THL & asiantuntijatyöryhmä ”Iäkkäät, kaatumiset ja putoamiset” mukana Rytönen S, Tervo-Heikkinen T. ja Äijö M. 2020. Iäkkäiden henkilöiden tapaturmat: taustoitus tapaturmatyypeittäin. Korpilahti U, Koivula R, Doupi P, Jakoaho V, Lillsunde P. (toim.). Turvallisesti kaiken ikää. Koti- ja vapaa-ajan tapaturmien ehkäisyn ohjelma 2021–2030 sekä selvitys kustannuksista. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:33. Helsinki:STM. 171-201.
- Pisa F, Reinold J, Lavikainen P, Koponen M, Taipale H, Tanskanen A, Tiihonen J, Hartikainen S, Tolppanen AM. Hip fracture risk in antiepileptic drug initiators and non-initiators with Alzheimer’s disease. *Clinical Epidemiology* 2021; 13:295-307.
- Seppälä LJ, Petrovic M, Ryg J, Bahat G, Topinkova E, Szczerbińska K, van der Cammen TJM, Hartikainen S, Ilhan B, Landi F, Morrissey Y, Mair A, Gutiérrez-Vallencia M, Emmelot-Vonk MH, Mora MÁC, Denking M, Crome P, Jackson SHD, Correa-Pérez A, Knol W, Soulis G, Gudmundsson A, Ziere G, Wehling M, O’Mahony D, Cherubini A, van der Velde N. STOPPFall (Screening Tool of Older Persons Prescriptions in older adults with high fall risk): a Delphi study by the EuGMS Task and Finish Group on Fall-Risk-Increasing Drugs. *Age & Ageing* 2021; 50:1189-1199. doi: 10.1093/ageing/afaa249.
- Tapiainen V, Lavikainen P, Koponen M, Taipale H, Tanskanen A, Tiihonen J, Hartikainen S, Tolppanen A-M. The risk of head injuries associated with antipsychotic use among persons with Alzheimer’s disease. *Journal of American Geriatrics Society*. 2020; 68:595-602.
- Turjamaa R, Äijö M, Tervo-Heikkinen T, Silén-Lipponen M. 2020. A Qualitative Study of Nursing Students’ Experiences in Fall Prevention for Older Home Care Clients. *Journal of Aging Research* Volume 2020, Article ID 7652623. <https://doi.org/10.1155/2020/7652623>





- Äijö M & Eklund P. 2020. Kaatumisten ehkäisytyötä EIP on AHA:n kautta. Kuntoutuksen verkkoja kutomassa: Savonian kuntoutuksen koulutukseen liittyvää tutkimusta, kehittämistä ja uuden tiedon jakamista blogi, Savonia-ammattikorkeakoulu. Saatavissa: <https://blogi.savonia.fi/kuntoutuksenverkkojakutomaassa/2020/05/25/kaatumisten-ehkaisytyota-eip-on-ahan-kautta/>
- Äijö M, Abreu C da CF, Goswami N. 2021. Fall Prevention Education: Good Examples From Higher Education. In the book Eklund P (editor). Integrated Care and Fall Prevention in Active and Healthy Aging. 171–181.
- Äijö M, Havulinna S, Karinkanta S, Tervo-Heikkinen T, Lönnroos E. 2021. Fall Prevention in Education and Training of Healthcare Students, Professionals, and Non-Professionals. In the book Eklund P. (editor) Integrated Care and Fall Prevention in Active and Healthy Aging. 157–170.
- Ojala, R. & Pennanen, E. 2022. Tavallisimmat interaktiot ja lääkehoidossa piilevät vaarat. Lääkärilehti 9-10/2022. vsk 77.
- Ikäihmisen kaatuminen voi tulla kalliiksi. Paikallislehti Matti ja Liisa 12.1.2023.

## 5. Kaatumiset ja putoamiset valtakunnallisten tilastojen valossa

Koko Suomea kattavia tilastotietoja voidaan käyttää lähtökohtana seurattaessa kaatumisiin ja putoamisiin liittyvää kehitystä. Näistä tilastotietoa tuottaa Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos (THL) muun muassa Sotkanet-tietokannan avulla.

Tapaturmat luokitellaan Suomessa koti- ja vapaa-ajan tapaturmiksi, liikennetapaturmiksi sekä työtapaturmiksi. Kaatumiset ja putoamiset ovat olleet meillä jo vuosia merkittävin tapaturmaisen kuoleman syy ja aiheuttavat eniten hoitopäiviä. Myös Euroopan mittakaavassa Suomi sijoittuu tapaturmakuolleisuudessa kärkisijoille<sup>4</sup>. Erityisesti iäkkäillä yleisin tapaturman aiheuttaja on kaatuminen tai matalalta putoaminen.

Vuosittain noin 1200 ihmistä kuolee kaatumisesta tai putoamisesta johtuen. Iäkkäillä kaatumiset ja putoamiset ovat ylivoimaisesti suurin tapaturmakuolemien syy. Kuolemaan johtavia kaatumisia ja putoamisia tapahtuu enemmän miehille, mutta iäkkäämpien kohdalla taas yli 85-vuotiaiden ryhmässä naisille. Kuolemaan johtaneet kaatumiset ja putoamiset työikäisillä ovat melko harvinaisia nuorilla työikäisillä, mutta riski nousee merkittävästi 45–64-vuotiailla, erityisesti miehillä. ([Kaatumiset ja putoamiset - THL.](#)) Erityisesti ikääntyneille henkilöille tapahtuneet kaatumiset aiheuttavat usein kaatumisen pelkoa, joka puolestaan vähentää liikunnasta ja sitä kautta heikentää toimintakykyä<sup>5</sup>

<sup>4</sup> Tapaturmat Suomessa (16.3.2021) <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtamien/turvallisuuden-edistaminen/tapaturmien-ehkaisy/tapaturmat-suomessa>

<sup>5</sup> Pajala S. 2016. Iäkkäiden kaatumisten ehkäisy. THL, Opas 16. (16.3.2021). [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/79998/THL\\_Opas\\_16\\_verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/79998/THL_Opas_16_verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y)



Tarkasteltaessa KYSin erityisvastuualueen kaatumisiin ja putoamisiin liittyviä hoitojaksoja / 10 000 asukasta hoitojaksojen määrä on vuosien 2015–2021 välillä vaihdellut 122 ja 153 välillä /10 000 asukasta, ollen matalin vuonna 2021. Näissä luvuissa on huomioitu kaikki ikäryhmät. Tarkasteltaessa yli 65-vuotta täyttäneiden kaatumisia ja putoamisia, määrät ovat vaihdelleet 465–354 välillä/ 10 000 asukasta kohden, ollen vuonna 2021 matalin.

**Taulukko 1.** Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitojaksot/ 10 000 asukasta AKE:n toiminnassa olevien sairaanhoitopiirien, KYS-ervan alueella ja koko Suomessa vuosina 2015–2021 (Sotkanet)

Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitojaksot / 10 000 asukasta							
	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Koko maa	105	111,6	110,3	113,4	116,6	109,6	104,7
Kuopion Yliopistosairaalan erityisvastuualue	136,8	148	153	143,4	146,1	142,4	122,1
Etelä-Savon sairaanhoitopiiri	132,9	146,3	152,9	137,4	135,8	133,3	127,9
Itä-Savon sairaanhoitopiiri	137,6	156,4	159,3	132,6	164,3	160,7	152,4
Keski-Suomen sairaanhoitopiiri	129,8	134,9	135,9	132,8	130,2	126,7	120,7
Pohjois-Karjalan sairaanhoitopiiri	158,9	170,1	184,9	170,8	168,9	158,6	121,7
Pohjois-Savon sairaanhoitopiiri	130,5	145,6	147,9	140,1	148,2	148,3	116,5

**Taulukko 2.** Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitojaksot 65 vuotta täyttäneillä/ 10 000 asukasta AKE:n toiminnassa olevien sairaanhoitopiirien, KYS-ervan alueella ja koko Suomessa vuosina 2015–2021 (Sotkanet) <sup>6</sup>

Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitojaksot 65 vuotta täyttäneillä / 10 000 vastaavan ikäistä							
	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Koko maa	354,2	376,3	368	375,6	380,8	359,5	342,7
Kuopion Yliopistosairaalan erityisvastuualue	426,9	462,7	465,8	431,6	437,3	412,6	354,7
Etelä-Savon sairaanhoitopiiri	369,4	416,3	423,3	357,8	353,3	337,3	320,4
Itä-Savon sairaanhoitopiiri	372,1	419,3	421	360	406,8	388,6	374,7
Keski-Suomen sairaanhoitopiiri	455,3	471,6	455,1	460,2	441,6	412,5	405,5
Pohjois-Karjalan sairaanhoitopiiri	480,5	513,5	551,3	498,9	497,5	444,2	333,1
Pohjois-Savon sairaanhoitopiiri	403,4	450,7	445,5	408,7	437,8	431,6	335,4

<sup>6</sup> Sotkanet-tietokanta. (13.2.2023) <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/taulukko/?indicator=s44KAQA=&region=s7YstzbRM4z3tjYOBgA=&year=sy5ztjbX0zUEAA==&gender=t&abs=f&color=f&buildVersion=3.1.1&buildTimestamp=202211091024>



Kaatumis- ja putoamistapaturmat erityisesti iäkkäillä tapahtuvat usein kotona tai kodin läheisyydessä. Sairaaloissa ja muissa hoitolaitoksissa hoidettavien potilaiden kaatumiset ja putoamiset tulisi kuitenkin pyrkiä minimoimaan. Lonkkamurtumat ovat erityisesti ikääntyneillä merkittävä ja elämänlaatuun suuresti vaikuttava tapaturma, joka aiheutuu usein kaatumisesta tai putoamisesta. Sotkanet-tietokannan tilastoissa voidaan tarkastella 65 vuotta täyttäneiden lonkkamurtumia määrinä ja osuutena (%) vastaavan ikäisestä väestöstä.

Koko maassa lonkkamurtumia 65 vuotta täyttäneillä tapahtuu noin 8000 vuosittain. (Taulukko 3.) Sama trendi on jatkunut koko 2000 luvun ajan samalla kun 65 vuotta täyttäneiden osuus väestöstä on kasvanut. Vuonna 2000 suomalaisista 65 vuotta täyttäneiden osuus väestöstä oli 15 % ja vuonna 2021 se oli jo 23,1 %. Sairaanhoidopiireittäin tarkasteltuna KYS-ervan alueella kaikki sairaanhoidopiirit ylittivät koko Suomen keskiarvon <sup>7</sup>. (Taulukko 4.)

**Taulukko 3.** Lonkkamurtumat 65 vuotta täyttäneillä, % vastaavan ikäisestä väestöstä ja lukumäärinä (n=).<sup>8</sup> (Sotkanet).

Lonkkamurtumat 65 vuotta täyttäneillä, % vastaavan ikäisestä väestöstä							
	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Koko maa	0,7 7739	0,7 7889	0,7 8126	0,7 7997	0,7 8035	0,6 7846	0,6 8044
Kuopion Yliopistosairaalan erityisvastuu- alue	0,7 1353	0,7 1298	0,7 1349	0,6 1285	0,6 1288	0,6 1287	0,6 1239
Etelä-Savon sairaanhoidopiiri	0,8 215	0,6 179	0,7 211	0,7 213	0,7 209	0,6 183	0,6 192
Itä-Savon sairaanhoidopiiri	0,7 83	0,7 86	0,7 93	0,6 75	0,6 80	0,7 95	0,6 78

<sup>7</sup> Sotkanet-tietokanta, taulukon URL (13.2.2023): <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/taulukko/?indicator=s073BAA=&region=s7YstzBRM4z3tjYOBgA=&year=sy5ztjbx0zUEAA==&gender=t&abs=f&color=f&buildVersion=3.1.1&buildTimestamp=202211091024>

<sup>8</sup> Sotkanet-tietokanta, taulukon URL (13.2.2023): <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/taulukko/?indicator=s06MAAA=&region=s7YstzBRM4z3tjYOBgA=&year=sy5ztjbx0zUEAA==&gender=t&abs=f&color=f&buildVersion=3.1.1&buildTimestamp=202211091024>



Keski-Suomen sairaanhoitopiiri	0,7 360	0,6 334	0,7 360	0,6 353	0,6 323	0,6 342	0,6 336
Pohjois-Karjalan sairaanhoitopiiri	0,8 311	0,8 314	0,7 288	0,6 271	0,7 286	0,6 281	0,5 233
Pohjois-Savon sairaanhoitopiiri	0,7 385	0,7 386	0,7 399	0,6 373	0,6 393	0,6 386	0,6 400

**Taulukko 4.** 65 vuotta täyttäneet, % väestöstä Suomessa, KYS ervassa ja KYS ervan sairaanhoitopiireissä (%), (Sotkanet, id:1068)

65 vuotta täyttäneet, % väestöstä							
	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Koko maa	20,5	20,9	21,4	21,8	22,3	22,7	23,1
Kuopion Yliopistosairaalan erityisvastuu-alue	23,1	23,6	24,3	24,9	25,6	26,2	26,8
Etelä-Savon sairaanhoitopiiri	26,9	27,5	28,3	29,1	30	30,9	31,7
Itä-Savon sairaanhoitopiiri	28,6	29,5	30,5	31,8	32,9	33,7	34,4
Keski-Suomen sairaanhoitopiiri	20,6	21	21,6	22	22,5	23	23,4
Pohjois-Karjalan sairaanhoitopiiri	23,7	24,3	25,1	25,8	26,5	27,3	27,9
Pohjois-Savon sairaanhoitopiiri	22,6	23,2	23,9	24,5	25,2	25,8	26,3



## Organisaatiokohtaiset kertomukset



### AKE- Keski-Suomi – toiminta vuosina 2020–2022

Vastuuhenkilö: Heidi Taskinen

AKE Keski-Suomen (K-S) toiminta on toimintakertomusvuosina, aikaisempien vuosien tavoin, keskittynyt henkilöstön osaamisen kehittämiseen jalkauttamalla eri organisaatioihin kaatumisten ehkäisyn työkaluja (AKE) ja yhtenäisiä näyttöön perustuvia toimintamalleja. Näyttöön perustuvien yhtenäisten toimintakäytäntöjen implementoinnin ohella pääpaino on ollut kaatumisten ehkäisy yksikkökohtaisessa kehittämisessä ja toimintamallien soveltamisessa toimintaympäristöön.

AKE-K-S:n verkosto on tavannut viisi kertaa toimintakaudella. AKE-K-S vastuuhenkilö vaihtui kaksi kertaa vuoden 2020 aikana, joka osaltaan vaikutti alueellisen verkoston toimintaan Uusi sairaalahankkeen ja Covid 19-tilanteen kanssa. Alueellinen verkostotyö koetaan edelleenkin keskeisenä mahdollisuutena yhtenäistää maakunnan kaatumisten ehkäisykäytäntöjä ja kehittää yhteistyötä asiakkaan/potilaan saumattoman kaatumisten ehkäisyn hoitopolun varmistamiseksi. Potilaan/asiakkaan ja omaisten ohjaukseen on edelleen panostettu ja ennaltaehkäisyn merkitystä korostettu. Syksyn 2021 aikana aloitettiin yhteistyökeskustelu Tulevaisuuden Sotekeskushankkeen kanssa, joka jatkui v. 2022 aikana yhteisten tavoitteiden määrittelyllä kohti hyvinvointialueen toimintaa. Jyväskylän yliopiston gerontologian tutkija jatkoi verkoston toiminnassa, vaikka hänen työnantajansa vaihtui v. 2021 aikana. Yhteistyön tavoitteena on kehittää yhteisiä projekteja ikääntyneen kaatumisten ehkäisyssä ja tutkimisessa.

Vuonna 2020–2021 Keski-Suomen keskussairaalan toiminnassa painottui Uusi sairaalahankkeen käyttöönoton mallit, joten vasta syksystä 2021 pystyttiin panostamaan kaatumisten ehkäisyn ker-tausosastotunteihin. Vuonna 2022 yksiköt ovat päivittäneet yksikkökohtaisia pelisääntöjään toimintamallin osalta. Kaatumisten ehkäisyn tärkeyttä on korostettu uusien ja vanhojen työntekijöiden toiminnassa osana hoitotyön laatua ja potilasturvallisuutta. KSKS kaatumisten ehkäisyn materiaali ja Oppiportin verkkokurssit kuuluvat uuden työntekijän perehdytysohjelmaan. KSKS vastuuhenkilöverkosto tapasi toimintakaudella 10 kertaa. Vastuuhenkilöverkosto ylläpitää kaatumisten ehkäisyn toiminnan edistämistä ja seurantaa yksikötasolla sekä varmistaa yhtenäisiä toimintamalleja organisaation tasolla. Vastuuhenkilöverkosto päivitti myös yksiköiden vastuuhenkilöiden roolin ja tehtäväkuvauksen.

AKE-K-S järjesti loppuvuodesta 2022 alueellisen koulutuksen alueen henkilöstölle ja opiskelijoille. Lisäksi verkosto teki myös yhteistyötä Luustoliiton Otago-toimijoiden kanssa, jonka puitteissa järjestettiin alueen ammattilaisille lisäkoulutusta. Näyttöön perustuva kaatumisten ehkäisyn materiaalia ja Duodecim Oppiportin kaatumisten ehkäisyn verkkokurssia on ohjattu hyödyntämään moniammatillisena perusosaamisen tukena alueen organisaatioiden yksiköissä. AKE-K-S verkoston tapamisissa jaettiin KYS-AKE:n ja UKK-instituutin kaatumisten ehkäisyverkoston tietoa ja aineistoa tavoitteellisesti. Yhteistyötä maakunnan potilas- ja omaisjärjestöjen, liikuntatoimen ja kansalaisopiston kanssa väestölle järjestettävissä tiedotus-/ väestö-/teemaluentotilaisuuksissa on tehty toimikaudella alueittain vaihtelevasti, johon myös Covid-19 on osaltaan vaikuttanut. Potilaille / asiakkaille / omaisille jaettavaa Pysytään pystyssä -oppaan ja Kaatumisvaaraa lisäävät lääkkeet -kortin käyttöä ammattilaisen ohjausmateriaalina on pyritty lisäämään kaikissa AKE-K-S verkoston organisaatioissa ja yksiköissä.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE

## Toimintakertomus

AKE-K-S on seurannut kaatumisen ja putoamisten määrää ja kehitystä alueella Haipro- vaaratapahtumien ilmoitusjärjestelmästä saatavalla tiedolla. Vuonna 2021 KSSH:n kaatumisten ja putoamisten ilmoitusten määrät ovat kääntyneet laskuun. KSKS kaatumisvaaratapahtumien määrä on v. 2020 kääntynyt laskuun, johon osaltaan on vaikuttanut Covid-19, uuden sairaalan toiminnan käynnistys sekä kaatumisten ehkäisyn toimenpiteiden vaikuttavuutta. Trendi on pysynyt samana toimintakertomusvuosina. Putoamisilmoitusten määrä KSKS:ssä on lisääntynyt vuosien 2017–2021 aikana. 2022 ilmoitusmäärät puoliintuivat edelliseen vuoteen verrattuna. Kaatumisen riskiarviota (FRAT / FROP Com) ei tehdä systemaattisesti maakunnan yksiköissä. Tämä on seuraavien toimintavuosien keskeinen kehittämiskohde Keski-Suomen hyvinvointialueella.



## AKE-Kuopio

Terveystuon palvelualue

**Sairaalapalvelut: Osastot 1, 2, 4, 5, Karttula, Juankoski**

Vastuhenkilöt: Markku Jokelainen, Taina Kuronen, Noora Puranen

Alueellisen kaatumisen ehkäisyverkostossa on ollut mukana toimintavuosina 2021–2022 sairaalapalveluista Harjulan sairaalan osastot 1, 2, 4, 5 sekä Karttulan ja Juankosken osastot.

Sairaalapalveluissa pyritään arvioimaan potilaan/asiakkaan toimintakykyä laaja-alaisesti eri mittareiden avulla osastolle tullessa ja lähtiessä, puolivuositain tai tarvittaessa.

### Taulukko 5: Mittareiden käyttö.

FRAT	2016		2017		2018		2019		2020		2021		2022	
Hoitojak- sot1, 2, 4, 5, JVO, KVO	3050		3777		3554		3788		2740		2913		2759	
Mittausten lkm/%	800	26	1540	41	1790	51	2047	54	1967	72	1433	49	1172	42,5
Luokka: lievä (5-11) pt lkm/ %	583	73	1206	78	1316	74	1627	79	1581	80	1104	77	874	74,6
Luokka: ko- honnut (12- 15) pt lkm/ %	144	18	232	15	270	15	300	15%	267	14	247	17	217	18,5
Luokka: eritt. korkea (16-20) pt lkm/ %	73	9	102	7	104	6	120	6	119	6	82	6	81	6,9
<b>Barthel</b>														
Mittausten lkm/ %	1075	35	2076	55	2187	62	2433	64	2034	74	1497	51	1030	37,3
<b>5x tuoilta ylösnousu</b>														
Mittausten lkm/ %	526	17	1313	35	1391	39	1425	38	1330	48	920	32	711	25,8
<b>Kaatumiset ja putoamiset</b>														
Kaatumiset ja putoami- set yh- teensä									<b>715</b>		<b>645</b>			

- Lukumäärissä on mukana vain parilliset mittaustulokset Barthelin ja tuolistin osalta.

Potilaiden toimintakyvyn arviointi on kääntynyt laskuun vuoden 2022 aikana. Mittareiden käyttö on selvästi vähentynyt, mikä osaltaan johtuu potilasmateriaalin huonokuntoisuudesta. Etenkin tuoilta ylösnousutestiä ei ole kyetty tekemään parillisena. Mittareiden käyttöön on syytä tulevalle toimintakaudella perehtyä uudelleen ja muistuttaa koko henkilökuntaa toimintakyvyn laaja-alaisesta arvioinnista. Lisäksi on syytä muistuttaa myös 0-tulosten kirjaamisesta. Asiasta tiedotettu esihenkilöitä, jotta asiaan kiinnitettäisiin enemmän huomiota.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE

## Toimintakertomus

Koulutuksia ja tietoisukupäiviä ei ole pystytty toteuttamaan suunnitelman mukaisesti, koska henkilöstöresurssit ovat olleet riittämättömät. Tämän sijaan on pyritty pitämään esillä ja saatavilla Pysy pystyssä- opasta, jonka kautta tietoa kaatumisen ehkäisystä on pyritty levittämään mm. omaisille. Pysy pystyssä opasta pyritty jakamaan kotiutumisen yhteydessä. Lisäksi vastuuhenkilöt ovat informoineet mm. AKE-verkoston Kaatumisvaaran vähentäminen – luentosarjasta henkilöstöä.





Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE

Toimintakertomus



## AKE-KYS

Vastuuhenkilöt: Antikainen Anne (ravitseemus), Kurttila Minna ja Ojala Raimo (farmasia), Leinonen Jaana (hoitotyö), Ruuttunen Jaakko (fysioterapia), Silvasti Minna (hoitotyö, osteoporoosihoitaja), Tervo-Heikkinen Tarja (hoitotyö, asiantuntija).

Kuopion yliopistollisessa sairaalassa kaatumisten ehkäisyä on viety voimakkaasti eteenpäin. Kaatumisten ehkäisyn Fall T.I.P.S toimintamallia ([www.falltips.org](http://www.falltips.org)) pilotoitiin vuoden 2020 alussa neurologian vuodeosastolla. Mallista saadut kokemukset tukivat mallin laajentamista kaikille aikuisten vuodeosastoille KYSissä. Vastuuhenkilökoulutukset aloitettiin keväällä 2020 ja syksyyn mennessä vastuuhenkilöiksi oli koulutettu hoitotyöntekijöitä ja johtajia yhteensä 95 henkilöä. Koulutus muutettiin syksyllä 2020 videokoulutukseksi. Yhteensä vastuuhenkilöitä on koulutettu yli 100 henkilöä. Vastuuhenkilöt kouluttavat aina omien yksiköidensä koko henkilökunnan ennen mallin käyttöönottoa.

Malliin kuuluu koko työyksikön henkilöstön kouluttaminen, jokaisen potilaan kaatumisvaaran arviointi ja yksilöllisen kaatumisten ehkäisyn suunnitelman laatiminen yhdessä asiakkaan kanssa. Mallin suunnitelmallisen käyttöönoton jälkeen aloitetaan auditoinnit, jotka raportoidaan kuukausittain. Fall T.I.P.S. vastuuhenkilöille perustettiin Teams-työtila, jossa on tukimateriaalia ja jossa on mahdollista kysyä ja jakaa kokemuksia mallin käytöstä. Ensimmäiset auditoinnit pilottien jälkeen toteutuivat joulukuussa 2020. Mallin implementointi vuodeosastoille jatkui vuonna 2021. Auditoinnit toteutuivat kuukausittain ja ne raportoitiin avoimesti Syke-intrassa.

Pilotti kameravalvonnan käytöstä kaatumisten ehkäisyssä alkoi marraskuussa 2020. Pilotti toteutettiin neurologian osastolla, jossa Fall T.I.P.S. toimintamalli oli jo jatkuvassa käytössä. Kameravalvonta perustuu riskin arviointiin ja Fall T.I.P.S. mallista saatuun tietoon valvonnan tarpeesta. Pilotissa testattiin Verso Visionin teknologiaa (<https://www.versovision.com/fi>). Pilotti päättyi loppusyksystä 2021. Kameravalvontaa on suunniteltu laajennettavan pilotista saatujen positiivisten tulosten johdosta Uusi Sydän-hankkeen valmistumisen myötä eri osastoille.

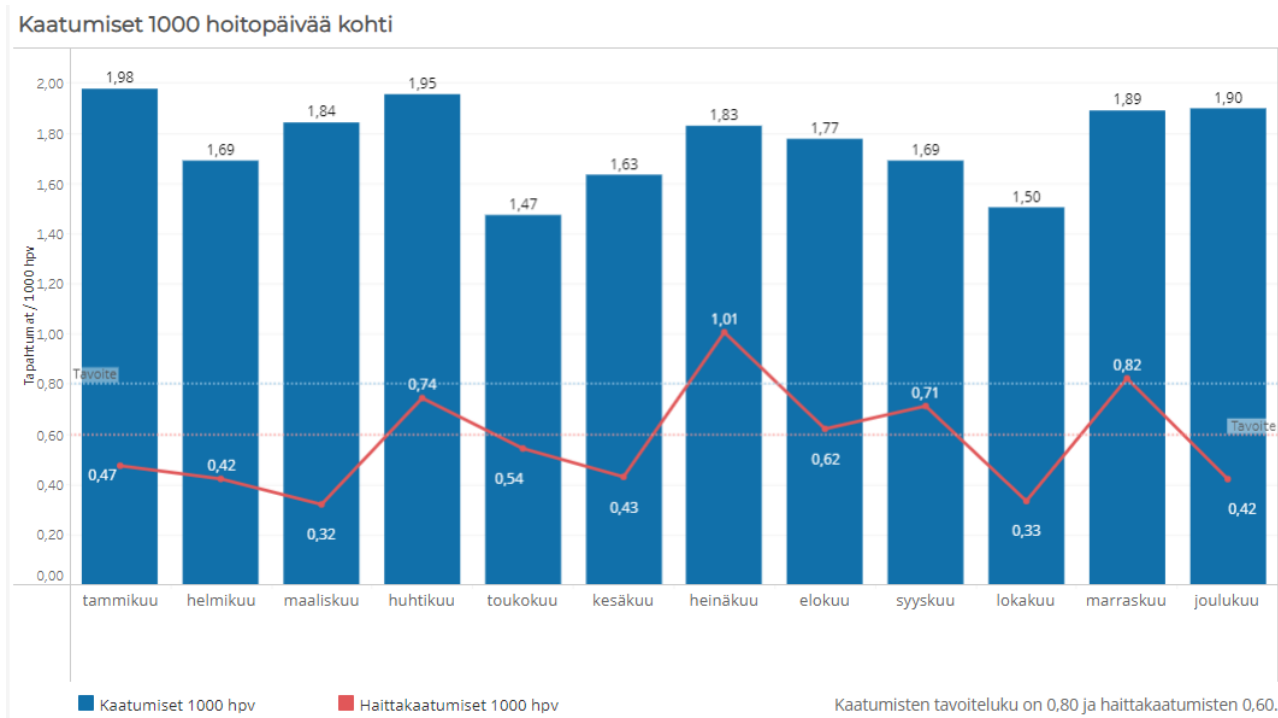
Vuonna 2022 KYSissä nostettiin esille kaatumisten ehkäisyä teemakuukauden muodossa syyskuussa. Tuolloin järjestettiin erilaisia tempauksia ja tapahtumia erityisesti työyksiköissä. Lisäksi Hoitotyön laatu asiantuntijaryhmä työsti vuoden 2022 aikana Laatutaulut vuodeosastoille. Näiden tarkoituksena on tuoda laatuasioita esille suoraan potilaille ja heidän omaisilleen. Yhtenä osana laatutauluissa oli kaatumiset ja niiden ehkäisy.

Kaatumisten ja putoamisten seuranta on KYSissä jatkuvaa hoitotaulukkokirjausten kautta poimintana ja HaiPro-järjestelmässä. Seuranta tehdään kaikilla vuodeosastoilla sekä niissä polikliinisisä ja toimenpideyksiköissä, joissa hoitotaulukko on käytössä. Vuonna 2022 kaatumisiin ja putoamisiin sovittiin raja-arvot. Hoitotaulukkotieto raportoidaan avoimesti Tableau-kuvioina Syke-intrassa.

KYS osallistuu myös kansallisen vertaiskehittämisen verkoston (HoiVerKe) toimintaan, josta kansallista vertailutietoa yksikkötyyppi kohtaisesti on saatu kvartaaleittain vuoden 2021 alusta saakka. Kansainvälistä vertailutietoa kaatumisista saadaan National Database of Nursing Quality Indicators (NDNQI) tietokannan kautta yksikkötyypeittäin, kvartaaleittain. Myös nämä vertailuraportit on julkaistu intranetissa avoimesti.



**Taulukko 6:** Kaatumiset ja haittakaatumiset KYSin vuodeosastoilla 1000 hoitopäivää kohti vuonna 2022.



Vuonna 2022 on KYSin päivystyspoliklinikalla tehtiin lääkehoidon arviointi 143 potilaalle, joiden tuloksyynä on mainittu kaatuminen. Arviointien kokonaismäärä oli 1241 kappaletta vuonna 2022. Vuonna 2021 lääkehoidon arviointi tehtiin 201 potilaalle, joiden tuloksyynä on mainittu kaatuminen. Arviointien kokonaismäärä oli tuolloin 1462 kappaletta. Vuodelta 2020 ei ole kattavaa tietoa saatavilla.



Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE

Toimintakertomus



**AKE-Kysteri**, Perusterveydenhuollon liikelaitos Kysteri

Vastuuhenkilö: Marjut Hytönen (Nilakka)

Nilakassa (Keitele, Pielavesi, Tervo, Vesanto) on jatkettu toimintakyvyn arvioinnin kehittämistä Toimia tietokannan ”lääkäiden henkilöiden lyhytaikaiseen sairaalahoitoon liittyvä toimintakyvyn arviointi kuntoutumisen käynnistäjänä” toimintamallin mukaan. Isoja Teams tapaamisia on pidetty keväällä ja syksyllä, yhteensä 4 kpl. Näissä tapaamisissa on ollut mukana ylilääkäri, ylihoitaja, osastonhoitaja (osasto ja fysioterapia), osaston hoitohenkilökuntaa, toimintaterapeutti ja eri kuntien fysioterapeutit kulloisenkin tilanteen mukaan.

Osastolla arvioidaan koko henkilöstön toimesta liikkumisen määrää. Kävelymatkan pituutta ja liikkumisen tavoitteita kirjataan hoitokertomukseen. Mittareiden osalta työ on vielä kesken. FRAT, SPPB, ortostaattinen verenpaineen mittaus ja MNA käytössä eniten.

Osastolla huoneissa on pyyhittävät ”taulut”, joihin kirjataan keskeisiä liikkumiseen, apuvälineisiin ja toimintakykyyn liittyviä asioita. Nämä helpottavat yhteistyötä ja tiedonkulkua eri tahonen (henkilökunta, omaiset) välillä. Haipro- ilmoituksia on tehty ja näiden perusteella kaatumis- ja putoamistapahtumia on ollut hieman vähemmän edellisvuoteen verrattuna. Lääkehoidon tarkastuksia tehdään hoitokasojen aikana.

Kotiutumisen ennakkointiin / valmiuteen kotiutua, avun tarpeen ja apuvälinetarpeen arviointiin sekä jatkokuntoutustarpeeseen on kiinnitetty huomiota. Viikoittain on järjestetty etäkotiutuspalaverit fysioterapeuttien kesken, jolloin jatkokuntoutus- ja apuvälinetarpeita on sovittu ennakkoiden.

Avoterveydenhuollossa ja kotihoidossa on käytössä laajasti FROP sekä kuntoutushenkilöstöllä Barthelin indeksi ja EMS (Eldery Mobility Scale). Lisäksi Vesannolla ja Keiteleellä vuosikontrollien yhteydessä omahoitajat ovat aktiivisesti ottaneet käyttöön UKK instituutin kaatumisseulan. Sopi-muksen mukaan fysioterapiaan on tullut tieto henkilöistä, joiden kaatumisvaara on arvion perusteella kohonnut. Ko. kuntien fysioterapiassa on ollut käytössä OTAGO toimintamalli vuoden 2021 alusta alkaen Vesannolla ja 2022 alusta alkaen Keiteleellä. Vesannolla alkuohjaukset ovat olleet yksilökohtaisia ja jatko-ohjaukset ryhmässä tarpeen mukaan. Keiteleellä ohjaus on ollut ryhmämuotoista. Kaikissa Nilakan kunnissa kokoontuu viikoittain tasapaino- ja voimaharjoitteluryhmiä, joihin ko. asiakkaat ovat voineet osallistua.

Fysioterapian ja kotihoidon kesken on pidetty pienimuotoisia keskustelu- ja koulutustilaisuuksia mm. mittareiden käytöstä. Yhteistyötä kuntien terveysasemien, perusturvan fysioterapeuttien/kuntohoitajien ja liikuntatoimen kesken on jatkettu.

Pysytään pystyssä opasta on jaettu aktiivisesti eri toimijoiden taholta.



Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE

Toimintakertomus



**AKE Niuvanniemen sairaala**

Vastuhenkilö: Satu Tuovinen

Yksilöidyt tavoitteet ja toimenpiteet vuosille 2020–2022

Tavoitteet: Kaatumisten ehkäisy sairaalassa.

Tehdyt toimenpiteet:

1. AKE –verkoston kautta tulevaa tietoa sekä hyviä käytäntöjä on jaettu ja höydynnetty sairaalassa kaatumisten ehkäisyssä, mm. Kaatumisvaaraa lisäävistä lääkkeistä.
2. Niuvanniemen sairaalan ulkoalueiden talvihuollon kehittämissuunnitelma valmistui vuonna 2021 ja ulkoalueiden talvihuoltoa toteutettiin suunnitelman mukaisesti.
3. Haipro –ilmoitusten seuranta ja saadun tiedon hyödyntäminen on ollut systemaattista
4. Vuonna 2022 keliolosuhteista ja niihin liittyvistä huoltotöistä tiedottaminen koko henkilökunnalle on lisääntynyt.



## AKE-Pohjois-Karjala –toimintakertomus 2020–2022

Vastuuhenkilöt: Hannele Komu, Kirsi Pesonen

### Yleistä

Kaatumisten ehkäisy –toiminta jatkui Siun sotessa yhteistyönä alueellisen työryhmän, AKE –vastuuhenkilöiden ja koko maakunnan sosiaali- ja terveydenhuollon toimijoiden toimesta. AKE-PK –työryhmä kokoontui neljä kertaa vuodessa ja AKE- ERVA – verkoston kokouksiin ja toimintaan osallistuttiin säännöllisesti. Toiminnassa hyödynnettiin aktiivisesti THL:n IKINÄ-verkoston ja UKK-instituutin tarjoamia palveluita ja koulutuksia. Toimintavuosien aikana Siun soten AKE-työryhmän kokoonpanoa tiivistettiin ja muutettiin siten, että työryhmästä saatiin toimivampi ja moniammatillisempi.

### Toiminta

Siun soten työyksiköissä on mietitty AKE –vastuuhenkilöiden ja esimiesten johdolla toimintatapoja ja yhteisiä malleja kaatumisten ehkäisyyn, johdon ja esimiesten tuki on koettu erittäin tärkeänä. Eri ammattiryhmien yhteistyö ja toiminta on ollut tiivistä ja sitoutunutta kaatumisten ehkäisytyössä.

Potilas/asiakas- sekä omaisten ohjauksessa on hyödynnetty AKE –verkoston yhtenäistä materiaalia, mm. Pysytään pystyssä –opasta. Korona-aika on rajoittanut AKE-vastuuhenkilöiden mahdollisuutta kouluttaa kuntien ja työyksiköiden henkilöstöä kaatumisen ehkäisyn mittareiden ja materiaalien käytössä. Ohjeistuksia on jaettu sähköisesti.

AKE-PK -työryhmän laatima asiakasprosessi löytyy Siun soten intrasta ja se sisältää mm. kaatumisen ehkäisyyn liittyviä ohjeita, oppaita ja suosituksia, tarkistuslistoja sekä asiakkaan/omaisten ohjaukseen liittyvää materiaalia. Kaatumisen ehkäisyn asiakasprosessi päivitettiin vuonna 2022.

Siun soten hoito- ja hoivatyön toimintasuunnitelmiin 2019–2020 ja 2021 on kirjattu tavoitteeksi asiakkaan/potilaan vajaaravitsemusriskin arviointi, ennaltaehkäisy ja hoito, sekä NRS2002 ja MNA-mittauksen lisääminen. Kaatumisen ehkäisymenetelmät ovat aktiivisessa käytössä. Lisäksi on kirjattu, että vaikuttavat painehaavojen ennaltaehkäisevät menetelmät ovat käytössä, painehaavojen määrä vähenee. Tätä seurataan BRADEN-mittauksilla.

Vuoden 2021 aikana kuntien kanssa tehtävää yhteistyötä selkeytettiin ja vastuuta jaettiin toimialueiden kanssa parantaaksemme terveyden ja hyvinvoinnin eteen tehtävää työtä. Kaatumisen ehkäisyn työ on saatu nostettua Siun soten kuntien hyvinvointikertomuksiin.

Lokakuussa 2020 tehtiin yhteistyötä kansanterveyden keskuksen kanssa järjestämällä Säpinää, seniorit – kaatumiset kuriin -vaikuttamiskampanja. Kampanjassa selvitettiin kyselylomakkeen avulla pohjoiskarjalaisten ja heinäveteläisten yli 65- vuotiaiden ikäihmisten kaatumisvaaraa. Kyselyyn vastasi yhteensä 1 256 henkilöä 13 kunnasta. Kyselylomakkeita jaettiin ja niitä palautettiin lii-kunta- ja vapaa-aikatoimen sekä Siun soten päivä kuntoutuksen, fysioterapian, kuntouttavan kotihoidon ja muistipoliklinikan käyntien yhteydessä. Kolmanneksella kyselyyn vastanneista yli 65-vuotiaista pohjoiskarjalaisista oli kaatumisvaarassa ja heistä jopa 60 %:lla se oli huolestuttavasti kohonnut. Kyselyn aineistoa ei ole käsitelty Siun sotessa järjestelmällisesti, mutta olemme saaneet



oheiset tiedot kansanterveydenkeskukselta kyselyn yhteenvedona. Kyselyn tuloksia voimme hyödyntää yhdessä tehtävissä hankkeissa muun muassa ohjauksessa ja neuvonnassa, yhteisissä tapahtumissa.

Vuonna 2017 Siun sotessa käynnistetty lonkkamurtumapotilaan hoidon ja kuntoutuksen prosessi (ns. Lonkkaliukumäki) on vakiintunutta toimintaa. Prosessin tarkoituksena on vähentää lonkkamurtuman jälkeisiä hoitopäiviä. Leikkauksen jälkeen potilas siirtyy kirurgiselle jatkokuntoutusosastolle, jonka jälkeen seuraa jatkokuntoutusvaihe potilaan kotona tai palveluasumisyksikössä. Fysioterapiakontrolli tehdään kuusi viikkoa murtuman jälkeen. Vuodesta 2019 alkaen tähän moniammatilliseen kuntoutusprosessiin lisättiin lonkkamurtuma- potilaille tehtävä lääkehoidon arviointi. Arviointeja toteuttavat pääasiallisesti Lääkehoidon arviointi - koulutuksen saaneet farmaseutit ja proviisorit. Lääkehoidon arviointien tarkoituksena on ollut selvittää, onko lääkehoidolla ollut mahdollisesti osuutta kaatumiseen, ts. onko potilaalla ollut käytössä kaatumisvaaraa lisääviä lääkkeitä. Vuonna 2020 lääkehoidon arviointeja tehtiin 124 kpl, vuonna 2021:86 kpl ja vuonna 2022: 117 kpl.

Vuonna 2022 Siun sotessa aloitettiin kaatumisten ja putoamisten kirjaaminen asiakas- ja potilastietojärjestelmään (Mediatri). Mediatrikirjauksen tavoite on tuottaa tietoa haittatapahtumien esiintyvyydestä niin organisaatiossa kuin asiakaskohtaisesti. Asiakas- ja potilastietojärjestelmä on ensisijainen, virallinen kirjausalusta. Haittatapahtuma tulee aina kirjata Mediatriin, läheltä piti -tapahtumia ei kirjata Mediatriin.

RAI:n käyttöä laajennettiin järjestelmällisesti ikäihmisten palveluissa ja vammaispalvelujen asumisessa vuonna 2022.

Kotihoidossa on käytössä asumisturvallisuuden tarkistuslista, jossa käydään läpi myös kaatumisen ehkäisyyn liittyvät asiat. Liukuesteiden käytöstä muistutellaan kotihoidossa. Ikäihmisten asumispalveluissa on ollut erilaista teknologiaa kokeilussa, mm. ovivahteja ja vuodesensoreita. Seurataan, onko näiden käytöllä vaikutuksia kaatumisten määrään yöaikana. Kotihoitoa ja terveyskeskussairaaloihin varten tehtiin ns. huoneentaulu -esite, jossa kerrataan, kuinka estetään kaatumisia mm. kalusteiden, apuvälineiden ja vaatetuksen oikeilla valinnoilla.

Kuvapuhelimien avulla tehtävä, toiminta- ja fysioterapeuttien vetämä etäkotikuntoutustoiminta aloitettiin lokakuussa 2021. Kuntoutuskertoja on ollut 1–2 kertaa viikossa ja toiminta kestää kunkin asiakkaan kohdalla 10 viikkoa.

Koti TV -etäkuntoutusohjelma otettiin käyttöön Siun soten alueella vuonna 2021. Koti TV tarjoaa ikäihmisille liikunnallista etäkuntoutusta, virikkeellistä muistikuntoutusta sekä kulttuuria ja opetussisältöä. Etäkuntoutusohjelma sopii hyvin sekä kotona että asumisyksiköissä asuville henkilöille, ohjelman voi ottaa seurantaan ja käyttöön myös erilaisissa ikäihmisille suunnatuissa harrastustoiminnoissa. Kuntouttavaa ohjelmaa lähetetään joka arkipäivä klo 11–13. Lähetyksistä on tehty tallenteet, joita voi hyödyntää myös jälkikäteen. Koti TV:n osalta sopimus oli voimassa vuoden 2021 loppuun saakka ja katsottavissa vuoden 2022 kesäkuun loppuun saakka.

Vuonna 2018 tehtiin hankintasopimus Care Care Oy:n liukueste -sukista, joita yksiköt voivat tilata ja pyytää tuotteiden esittelyä ja käyttökokemuksia. Hankintasopimus on edelleen voimassa. Kaatumisvaaraa lisäävät lääkkeet -taskukortti otettiin käyttöön v. 2020 ja kortti päivitettiin vuonna 2022. Lisäksi AKE-työryhmään kuuluva proviisori on luennoinut kaatumisvaaraa lisäävistä lääkkeistä omaishoitajien tilaisuuksissa.



### **FRAT- mittari ja HaiPron ilmoitukset putoamisista ja kaatumisista**

Siun soten alueella käytössä olevassa asiakas - ja potilastietojärjestelmässä (Mediatri) oleva FRAT-mittari on aktiivisessa käytössä. FRAT-mittarin käyttöopastusta on järjestetty koulutuspäivien yhteydessä. FRAT:n käyttöä kysytään kaatumiseen liittyvän vaaratapahtuman (HaiPro) ilmoitusvaiheessa, eniten mittari on antanut tuloksia kohonneesta tai erittäin korkeasta kaatumisvaarasta. Vammaispalveluissa kokeiltiin FRAT-mittarin käyttöä pienesti vuonna 2021.

Vuosien 2020 ja 2021 HaiPro-dataa:

Kaatuminen:

- 1363 kpl (v. 2020), 1029 kpl (v. 2021) ja 1093 kpl (v.2022)
- Kaatumisriski arvioitu 53,5 % (v. 2020), 53,9 % (v. 2021), 55,3 % (v. 2022)
- Kaatumisriskiä ei arvoitu 36 % (v.2020), 32,9 % (v.2021), 31,7 % (v. 2022)
- Lopuissa ilmoituksia HaiPro-ilmoituksen kohta riskin arvioinnista oli jätetty täyttämättä

Putoaminen:

- 370 kpl (v. 2020), 245 kpl. (v. 2021) ja 213 kpl (v. 2022)

### **AKE-verkoston koulutukset ja verkostoiltapäivät**

Siun soten Intra uudistuksen myötä intraan perustettiin Turvallisuussivusto, joilta löytyy myös Kaatumisen ehkäisyn omat sivut. Sivuilta löytyvät niin AKE-PK:n ohjeistukset kuin myös linkit UKK-instituutin, THL:n Ikinä-hankkeen kuin myös Suomen Luustoliiton sivuille ja koulutuksiin.

UKK-instituutin järjestämistä koulutusiltoapäivistä ja verkkokoulutuksesta on tiedotettu AKE-verkoston kautta. AKE-ERVA alueen koulutuksista on jaettu linkit ja informaatiot esimiesten kautta henkilöstölle.

Omien AKE-koulutusten järjestäminen oli koronaepidemian takia lähes pysähdyksissä vuonna 2020. Vuonna 2021 pidettiin yksi koulutusiltoapäivä, jonka aiheena oli kehitysvammaisten kaatumisten ehkäisy. Koulutuksessa käsiteltiin kehitysvammaisten lääkehoidon erityispiirteitä ja Honkalampi keskuksen työ- ja päivätoimintaa. Koulutuksen jälkeen järjestettiin osallistujille palautekysely. Vuonna 2022 palattiin takaisin normaaliin arkeen ja AKE-vastuuhenkilökoulutuksia järjestettiin kaksi kertaa. Koulutuksissa käsiteltiin ajankohtaisten asioiden lisäksi mm. UKK-instituutin koulutusmoduuleita, teknologisia ratkaisuja kaatumisen ehkäisyn tukena, apuvälineitä ja kerrattiin FRAT-mittarin käyttöä.

### **Tiedotus, mediajulkaisut**

AKE- työryhmä on julkaissut Siun soten intranetissä muistutuksia varautumisesta liukkaisiin keleihin ja työmatkatapaturmien torjumiseen. Lisäksi on annettu kaatumisen ehkäisyyn liittyviä tiedotteita maakunta- ja paikallislehtiin.

Vuonna 2020 tehtiin YouTubeen lyhyt video kaatumisen ehkäisystä ”Viisi vinkkiä kaatumisen ehkäisyyn”. Vuosina 2020–2021 on tehty lehdistötiedotteita muistutuksena kaatumisen ehkäisyyn, tiedotteet on julkaistu syksyllä ja keväällä liukkauden kelien alla. Vuonna 2021 YouTube-videota jaettiin uudestaan Siun soten sosiaalisessa mediassa. Tiedotteita on julkaistu myös Siun soten intrassa.



## Siilinjärven kaatumisen ehkäisyn työryhmä

Vastuuhenkilöt: Merja Rautiainen & Tanja Moilanen

Siilinjärven moniammatillisen kaatumisen ehkäisyn työryhmän tavoitteena on seurata kaatumista-pahtumien tilannetta ja koordinoita kaatumisen ehkäisyä osana kunnan eri palvelualueiden toimintaa. Kaatumisen ehkäisyn työryhmä kokoontui vuoden 2022 aikana kolme kertaa.

Kaatumisen ehkäisyn hoitopolku terveydenhuollon vastaanotto toiminnassa  
Kotihoidon arviointijaksoilla arvioidaan kaatumisriskiä, mutta työkalujen säännönmukainen käyttö vaatii vielä vahvistusta. *Pysytään pystyssä* -opasta jaettiin ikääntyneille ja omaisille.

Vuosittainen kaatumisen ehkäisyyn liittyvä koulutus hoitohenkilökunnalle. Vanhuspalveluissa toteutettiin henkilökunnalle kaatumisen ehkäisykoulutus. Lisäksi järjestettiin ravitsemukseen liittyviä luentoja. Haasteena on vajaaravitsemusriskissä olevien ohjautuminen ravitsemusneuvontaan.

Kaatumisten ehkäisy tilasuunnittelussa. Uusi terveyskeskus aloitti toimintansa syksyllä 2022. Terveyskeskuksen tilasuunnittelussa pyrittiin huomioimaan kaatumisten ehkäisy, esteettömyys ja saatavuus.

Ravitsemuksen edistäminen. Ammattilaisille laadittiin kaatumisen ehkäisyä tukeva vinkkilista, jonka tarkoituksena on helpottaa ammattilaisia ravitsemuksen parantamisen suunnittelussa. Lisäksi ravitsemuksen edistämistä tuettiin kotihoidossa osana Siilinjärvellä toteutettua TulSote-hanketta.

Kaatumisen ehkäisyn esiin tuominen kuntalaisille. Ikääntyneiden toimintakyky ja kaatumisten ehkäisy oli mukana tapahtumissa ja niistä viestittiin mm. somessa ja paikallislehdessä. Keväällä järjestettiin ikääntyneiden hyvinvointipäivä, missä tasapainon ja liikkuvuuden tukemiseksi oli tarjolla tanssitunteja. Vanhusten viikolla järjestettiin ulkoilutapahtuma palvelutalojen asukkaille, ulkoilutapahtumia sekä esteetön luontopolku.

Ikääntyneiden toimintakyvyn tukeminen. Ikääntyneiden toimintakyvyn tukemiseksi järjestettiin matalan kynnyksen kuntosaliryhmiä ja tehokuntosaliharjoittelujaksoja. Myös ulkoiluystävä-toiminta oli käynnissä. Lisäksi ikääntyneille on tarjolla matalan kynnyksen ryhmätoimintaa kuten vesiliikuntaa ja jumppia. Kotihoidossa kokeiltiin myös etäjumppia virtuaalihoivan asiakkaille.





## Kaatumisten ehkäisy, Suonenjoki ja Rautalampi

Vastuuhenkilöt: Minna Hiltunen, Johanna Halonen, Arja Eeva, Eeva-Liisa Oikarinen ja Raija Mustonen

### Toimintasuunnitelma vuosille 2020–2022

Tavoitteena kaatumisten ennaltaehkäisyn edistäminen ja toimintamallien yhtenäistäminen palveluketjuissa Suonenjoen ja Rautalammin alueella. Muodostetaan alueellinen verkosto edistämään kaatumisen ehkäisyä sekä tiedon ja hyvien käytäntöjen levittämiseen alueella. Hyödynnetään käytössä olevaa hyvää materiaalia muun muassa arviointimittarit ja Pysytään pystyssä -opas.

1. systemaattinen kaatumisriskin arviointi – tunnistaminen - yhteisesti sovitut mittarit
2. henkilökunnan koulutus kaatumisten ehkäisy toimintamalliin (tunnista-toimi-raportoi), arviointiin/mittareihin, materiaaleihin muun muassa kaatumista lisäävät lääkkeet -kortti
3. sovittujen toimintojen toteutumisen säännöllinen arviointi
  - esimerkiksi vuosikelloon merkityn ajankohdan mukaan arvioidaan toteutumista eri yksiköissä
4. Kaatumisen ehkäisy on osa uuden työntekijän perehdytystä
  - kirjataan kaatumisen ehkäisyyn liittyvät asiat jokaisen yksikön perehdytyskansioon, tietoa myös kaatumisen ehkäisyn itseopiskelu mahdollisuuksista kuten Duodecim oppiportti Kaatumisten ehkäisy
5. Teemaviikot
  - alkuun kartoitetaan yhteisesti sovittuna ajankohtana kaatuneiden määrää eri yksiköissä
  - tavoitteena ohjata henkilöstöä kiinnittämään huomio kaatumisiin ja sen ehkäisyyn

### Toimintasuunnitelman arviointi 2020–2022

Alueelle on muodostettu verkosto edistämään kaatumisen ehkäisyä. Verkostoon kuuluu sekä sosiaali- ja terveydenhuollon edustajia. Verkosto on kokoontunut 2020 3 kertaa ja 2021 4 kertaa, 2021 kokoukset Teamsin välityksellä. Sisä-Savon alueellinen kaatumisen ehkäisy verkosto kokoontui vuoden 2022 aikana 3 kertaa.

Moniammatillisesti eri työpisteissä on viety tietoa kaatumisen ehkäisystä ja mietitty toimintatapoja kaatumisten ehkäisemiseksi. Yhdyshenkilöt ovat esitelleet työpisteissä sovitut mittarit arviointiin sekä jakaneet tietoa kaatumisen ehkäisyyn liittyen.

Keväällä 2021 tehtiin sosiaali- ja terveydenhuollossa sovitun mallin mukaan kaatumisten seuranta, jonka tulokset käytiin sekä työyksiköissä että alueellisessa työryhmässä läpi. Tämän pohjalta jokaisessa työyksikössä mietittiin keinoja kaatumisen ehkäisyyn.

Vuoden 2021 lopulla työryhmä selvitti, millaista koulutusta kaatumisen ehkäisyyn henkilöstölle tarjotaan ja miten se toteutetaan. Esitys koulutusrunoksi on tehty ja tavoitteena on, että koulutus kuuluu jokaisen työntekijän perehdytykseen.



Kaatumisen ehkäisy työtä on tehty voimaa vanhuuteen hankkeen rinnalla ja UKK-instituutin kaatumisseula itsearviointi lomakkeita on jaettu eri liikunta- ja eläkeläisryhmissä. Tietoiskuja kaatumisten ehkäisystä jaettu influenssarokotusten yhteydessä v. 2020. Kuntayhtymän nettisivuille on laitettu ajankohtaista tietoa kaatumisten ehkäisystä.

Kevään 2022 aikana sosiaali- ja terveydenhuollon työyksiköt katsoivat AKE-sivustolla olevat koulutusvideot kaatumisvaaran arviointiin ja ehkäisyyn liittyen. Kaikille työyksiköille suositellut videot olivat; iäkkään kaatumisvaara - geriatrin käytännön tärpit tunnistamiseen ja puuttumiseen sekä kuinka tunnistaa kaatumisvaaraa lisäävät lääkkeet. Yksiköt tutustuivat oman tarpeen mukaan myös muihin kaatumisvaaraa käsitteleviin videoihin.

Tämän jälkeen työyksiköiden osastotunneilla henkilöstö keskusteli videoista ja kirjasi oman työyksikön kannalta keskeiset asiat kaatumisen ehkäisyyn liittyen. Näistä keskusteltiin tämän jälkeen paikallisessa AKE-verkostoryhmässä.

Kaatumisen ehkäisy työtä tehtiin edelleen voimaa vanhuuteen hankkeen osana.

Vanhusten viikon aikana julkaistiin laajalti Suonenjoen kaupungin ja Sisä-Savon terveydenhuollon kuntayhtymän sosiaalisessa mediassa infoa kaatumisen ehkäisystä sekä linkkejä materiaaleihin.



**Ylä-Savon SOTE**  
KUNTA YHTYMÄ

## SoteAKE (Iisalmi, Kiuruvesi, Sonkajärvi ja Vieremä)

Vastuuhenkilöt: Tarja Huttunen, Seija Hämäläinen, Suvi Flygare ja Marika Lätti

### Ylä-Savon SOTE kuntayhtymän vuoden 2022 painopisteet sekä tavoitteiden ja toimenpiteiden arviointi kaatumisen ehkäisyssä

Ylä-Savon SOTE kuntayhtymässä perustettiin 1/ 2021 Kaatumisten ehkäisyn työryhmä, jonka tehtävänä on suunnitella, linjata, jalkauttaa ja seurata kaatumisten ehkäisyn toimenpiteitä kuntayhtymän eri vastualueilla.

- Vahvistetaan työyksiköiden kulttuuria, jossa kaatumisten ehkäisytyö nähdään merkityksellisenä ja osana jokaisen työntekijän jokapäiväistä työtä
  - Toimintakykyä ylläpitävän ja edistävän hoidon tietopohjaa on lisätty koulutuksella
  - Verkkokurssit ovat olleet kaikkien saatavilla ja niiden hyödyntämiseen on aktiivisesti kannustettu.
  - Hyvinvointialueelle siirtymisen valmistelu, työtaistelutilanne ja resurssien vaihtuvuus mm. eläköitymistä takia ovat vaikuttaneet perehdytyksen toteuttamiseen.
- Ylä-Savon SOTE kuntayhtymän ”Kaatumisten ehkäisyn” IMS-prosessimallin antaman tiedon hyödyntäminen ja käyttöönotto työyksiköissä koko kuntayhtymän alueella
  - Prosessikuvaus Ylä-Savon Soten toimintatavasta kaatumisten ehkäisytyössä on valmis, toimintamalli on pääsääntöisesti käytössä eri vastualueilla. Prosessikuvausten käyttöä perehdytyksessä pitää vielä vahvistaa.
  - Kaatumisten ehkäisytyötä on vahvistettu asumispalveluyksiköissä ja kotihoidossa
  - Frat- mittarin tuottamien tietojen hyödyntämistä on lisätty konkreettisin toimin. Yhteydenotot toteutuvat kaatuneilla potilailla Ylä-Savon Soten fysioterapiaan. Tämä on toteutunut osastohoidossa ja asumispalveluissa.
  - Kliinisen farmasian asiantuntijan ja osastofarmaseutin resurssi ollut käytössä vuoden 2022 aikana vahvemmin verrattuna vuoteen 2021, jolloin resurssia ei ollut ollenkaan.
  - Osastojen fysioterapeutit ovat arvioineet kaatuneiden potilaiden kotikuntoutuksen tarpeen potilaan kotiutuksen yhteydessä
  - Kaatumisvaarassa oleville kuntalaisille jaettiin liukuesteitä kaatumistapaturmien ehkäisemiseksi Soten ja Ylä-Savon Vakan toimipisteistä sekä tapahtumien yhteydessä (koronarajoitukset huomioiden). Kaatumisen ehkäisyn määrärahalta hankittiin myös pitosukkia ja lonkkahousuja terveydenhuollon ammattilaisen arvion perusteella jaettavaksi erityisessä kaatumisvaarassa oleville kuntalaisille.
- Potilastietoihin kirjaamisen vahvistaminen kaatumiseen ja sen ehkäisyyn liittyen
  - Potilastietoihin kirjaamista on kehitetty kirjaamalla yksilölliset tavoitteet ja keinot hoitosuunnitelmaan. Vuoden 2022 lopulla valmisteltiin O365 ja siihen sisältyvän uuden hoitotyön luokituksen käyttöönottoa.
  - Lonkkahousut kirjataan asiakkaan potilastietoihin apuvälineenä, joten niiden käyttöä voidaan seurata esimerkiksi asiakaskäyntien yhteydessä.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE

## Toimintakertomus

- AKE-materiaalien hyödyntäminen kaikissa työyksiköissä
  - Alueellinen Sote-Ake työryhmä on toiminut tietoa jalkauttavana foorumina.
  - Viestintää on vahvistettu kuntalaisten suuntaan, vuoden aikana on osallistuttu valtakunnallisiin kampanjoihin jakamalla sähköistä materiaalia viestintäkanaviin ja yhteistyökumppaneille. Kaatumisen ehkäisyn materiaalia on jaettu pitkin vuotta myös oma-aloitteisesti esimerkiksi reagoiden liukkaisiin keleihin.



## AKE-SOSTERI

Vastuuhenkilö: Tarja Tynkkynen, fysioterapeuttiYAMK

### AKE-SOSTERI-toimintakertomus 2020–2022 Itä-Savon sairaanhoitopiirin kuntayhtymä

#### Toiminta

Sosterin digitaalinen asiakaspolku päivitettiin. Asiakaspolulta löytyy linkkejä laadukkaisiin tietolähteisiin, kuten: Terveyskylän ikätalo ja kuntoutumistalo.

Intranettiimme (ent. Sosteri) päivitettiin yksikkökohtaiset kaatumistapaturmien hoitomallit Ne ovat sieltä helposti katsottavissa ja toimivat esim. perehdytyksen apuna.

Tapahtumissa ja osastoilla esiteltiin kaatumistapaturmien ehkäisyyn tekemäämme käytännönläheistä esitettä. Sama esite on nähtävillä vastaanottoilojen sähköisessä info taulussa. Esite sisältää terveysasemien puhelinnumerot, joihin ohjeistetaan ottamaan yhteyttä, jos on tarvetta jälkiselvittelyihin.

Potilaita ohjataan aktiivisesti sotekeskuksen ja oman paikkakunnan terveysaseman ryhmiin lihas-kunnan ja osallisuuden lisäämiseksi

#### ***Yhtenäiset käytännöt***

Yhteisten käytäntöjen, ohjeiden ja mittarien käyttöä on muistuteltu osastotunneilla. Pyritään siihen, että kaatumistenehkäisytyö nähdään merkityksellisenä ja osana jokaisen työntekijän jokapäiväistä työtä. Osastotunteja pidettiin Frat-mittarin juurruttamiseksi sekä ohjaamaan sen tuomia tuloksia jatkotoimenpiteisiin. Osastotunneilla tuotiin esille tarkistuslista kaatumisvaaraa lisäävistä lääkkeistä.

Potilas/asiakas- sekä omaisten ohjauksessa on hyödynnetty AKE –verkoston yhtenäistä materiaalia, mm. Pysytään pystyssä –opasta. Kävely kevyemmäksi harjoitusohjelmaa.

Kaupungin hyvinvointi suunnitelman laadinnassa olin mukana.

- kaatumistapaturmien ehkäisyä huomioitiin varmistamalla turvallinen liikkuminen (penkit, valaistus, teiden kunnossapito)
- keväällä -22 kaupunki rahoitti 800paria liukuesteitä jalkineisiin kaikille yli 75-vuotiaille (Sosteri hankki ja osallistui jakamiseen yhdessä Kenkäsuutarin kanssa)
- kaksi liikuntaryhmää lisättiin sotekeskukseen kaupungin vetäjän toimesta
- kuntien liikuntaryhmät päivitettiin ja niihin ohjaamista muistuteltiin ja tehostettiin

Kaatumisten seuranta:

- Organisaatiomme liittyi valtakunnalliseen hoidon laadun vertaiskehittämisen verkostoon (HOIVERKE) keväällä 2022.
- Kaatumisten ja putoamisten seuranta HaiPro-järjestelmässä.



Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE

Toimintakertomus



### ATTENDO KALLIOHOVI

Vastuuhenkilöt: Tiina Miettinen ja Elina Reinikainen

Attendo Kalliohoivi liittyi mukaan AKE verkostoon vuonna 2021.

Tavoitteena: Kaatumisten ehkäisy hoivakodissa

- AKE-verkoston kautta tulevan tiedon hyödyntäminen ja hyvien käytäntöjen käyttöönottamisen kaatumisten ehkäisemiseksi.
- Käytetään FRAT-mittaria.
- kaikista kaatumisista tehdään poikkeama, jotka käsitellään kuukausittain tiimissä ja pohditaan ongelmakohtia sekä kehitetään asiakastyötä.
- Arvioidaan jatkuvasti lääkkeiden vaikutusta, ravitsemusta ja apuvälineiden tarvetta



Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE

Toimintakertomus



Etelä-Savon sosiaali- ja terveystalvelujen ky. Essote

### **AKE-toimintakertomus 2022**

Vastuuhenkilö: fysioterapeutti YAMK, Anne Lopenen

Essoten kaatumisten ehkäisytyötä on tehty vuonna 2022 osana yhden henkilön kehittämistyötä. Painopistealueena oli asumispalvelujen henkilöstön kouluttaminen ja kirjaamisen yhtenäistäminen. Käytössä olevat riskimittarit ja muut arviointimenetelmät, kirjaamisohjeet ja kaikki muu materiaali on päivitetty Intraan.

Tietoa kaatumisten ehkäisystä on jaettu kuntayhtymän alueen asukkaille erilaisissa tapahtumissa ja tilaisuuksissa.



Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE

Toimintakertomus



**L A P I N L A H T I**

Kaatumisten ennaltaehkäisy, Lapinlahti  
Vastuuhenkilö: ft. Maiju Ruotsalainen

## Vuosi 2022

AKE-verkoston vastaava vaihtui keväällä 2022 Lapinlahden kunnassa. Lapinlahdella toimii oma moniammatillinen kaatumisten ennaltaehkäisyverkosto, joka kokoontuu yhteen kaksi-kolme kertaa vuodessa. Kaatumisten ennaltaehkäisy on vuonna 2022 painottunut ikäihmisten liikuntaan motiivointiin.

- Vuodeosastolla FRAT-kaatumisvaaran arviointilomaketta täytetään edelleen aktiivisesti.
- Vanhuspalveluissa on jaettu jäljellä olevia liukuesteitä yli 65-vuotiaille.
- Vanhuspalveluissa asiakkaille on jaettu paljon kaatumisten ennaltaehkäisymateriaalia ja otettu asiaa puheeksi.
- Kansalaisopistolla on tarjolla ikäihmisille paljon lihasvoimaharjoitteluun painottuvia ryhmiä. Kuntosaliryhmät, tuolijumpat sekä allasryhmät keväälle 2023 ovat täysiä.
- Eläkeläisjärjestöt ovat aktiivisia järjestämään liikuntaa ja osallistujia ko. ryhmiin on myös paljon. Myös terveyskeskuksen fysioterapian ryhmät vetävät ikäihmisiä hyvin.
- Kuntoportaot valmistuivat Lapinlahdelle vuonna 2022. Kuntoportaot houkuttelivat syksyllä myös ikääntyneitä porrasharjoitteluun.
- Syksyllä 2022 järjestettiin vanhustenviikon liikunnallista ohjelmaa kunnan eri toimijoiden kanssa. Viikon tavoitteena oli aktivoida ikäihmisiä ulkoilun pariin säästä huolimatta. Samalla oli mahdollisuus tutustua kuntoportaisiin ammattilaisen ohjeistukselle.
- Vanhuspuolen fysioterapeutit aloittivat Kuntokammari-toiminnan, jonne 1–2 kerran liikuntaohjaukseen motivoituneet yli 65-vuotiaat ohjautuivat pääasiassa ikäihmisten neuvolan suosituksesta. Kuntokammari-vastaanottoa tarjottiin myös omaishoitajille.





## AKE-Koulutusorganisaatiot



### AKE Sakky

Vastuhenkilö: lehtori Paula Rissanen

Savon ammattiopistossa sosiaali- ja terveysalan perustutkinnossa, lähihoitaja -koulutukseen on sisällytetty opetusta kaatumistapaturmista ja niiden ennaltaehkäisystä hyödyntäen kansallisia sähköisiä materiaaleja ja alan oppikirjoja.

Opetussuunnitelman uudistuttua olemme kehittäneet eri tutkinnon osien opetuksen sisältöjä mm. kaatumistapaturmista ja niiden ennaltaehkäisystä Moodle Master-pohjille. Opiskelijoiden työpäällä tapahtuvassa oppimisessa ja asiakastyössä yhtenä ammattitaitovaatimuksena on turvallisuus, johon sisältyy kaatumistapaturmien ennaltaehkäisy. Asiakastyössä opiskelijat ovat hyödyntäneet Pysytään pystyssä –opasta.

Työelämälle tarjottavissa lisäkoulutuksissa ja eri ammatti- ja erikoisammattitutkinnoissa kaatumistapaturmat ja niiden ennaltaehkäisy on huomioitu koulutuksen sisällön mukaisesti osana opintoja. Savon ammattiopiston edustaja on ollut mukana Terveyskylän kuntoutumistalon kaatumisten ehkäisy osion sisällön tuotannossa, jonka julkaisemista olemme odottaneet kaksi vuotta ja toinen Savon ammattiopiston edustaja on ollut mukana tekemässä opetusvideota ”Miksi Lempi kaatui?” Aiemmin tehtyyn videoon lisättiin interaktiota ja tekstitykset. Opetusvideo julkaistiin 3.4.2020.


**SAVONIA** AKE-Savonia

Savonia ammattikorkeakoulu, terveysala

Vastuuhenkilö: fysioterapian lehtori Saijamari Hiltunen

Savonia-ammattikorkeakoulussa opetetaan kaatumisten ehkäisyä sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden tutkinto-ohjelmissa eri opintojaksoilla ja huomioidaan teema Savonian oman työelämälähtöisen harjoittelupaikan Wellness Centerin (ent. Viretori) toimintaympäristössä. Korona-aikana osa Wellness Centerin palveluista on ollut tauolla. Kaikille sote-alan opiskelijoille on gerontologisia opintoja, joissa käydään läpi ikääntymis- ja toimintakyvyn muutoksia sekä arviointikeinoja ja käydään läpi kaatumisten ehkäisyä. THL:n RAI-koulutusmateriaali on otettu osaksi opetusta sekä sosiaali- että terveysalalla lakisääteisen ikääntyneiden palvelutarpeen arvioinnissa.

Terveysalan opiskelijat suorittavat yhden moniammatillisen harjoittelun Savonian oman Wellness Centerin palveluita tuottaen opintojensa aikana. Harjoittelussa on samaan aikaan muun muassa fysioterapian, suunterveydenhuollon ja hoitotyön opiskelijoita. Harjoittelussa tehdään jonkin verran ikääntyneiden kotikäyntejä, missä kaatumisten ehkäisy tulee esille. Palveluvalikoimaan kuuluu Neurotanssi neurologisille asiakkaille ja sitä kautta voidaan vaikuttaa kaatumisten ehkäisyyn tasapainon ja reaktiokyvyn kehittyessä tanssillisin keinoin. Covid-19 -pandemian aikana ei ole ollut yhteistyötä kotihoidon kanssa, eikä sinne ole otettu Wellness Centerin opiskelijoita vastaan. Suunnitelmissa on pandemian laannuttua toteuttaa esimerkiksi ryhmätoimintaa kotihoidon asiakkaille. Etäpalveluiden tuottamista harjoittelussa on myös kokeiltu ja sen mahdollisuuksia selvitetään. Hoitotyön opiskelijat suorittavat yhteistyössä Wellness Centerin kanssa Arjen toimintakyvyn tukemisen opintojakson, jossa kartoitetaan muun muassa asiakkaan arjessa selviytymistä, tasapainoa ja liikumiskykyä. Wellness Centerin tavoitteena lisätä erilaisten ennaltaehkäisevien palveluiden tuottamista ja palveluideoista voi olla yhteydessä koordinaattoreihin. Yhteystiedot: Sanna Hukkanen ([sanna.hukkanen@savonia.fi](mailto:sanna.hukkanen@savonia.fi)) ja Salla Lommi ([salla.lommi@savonia.fi](mailto:salla.lommi@savonia.fi)).

Potilassiirtojen ergonomiaopetusta pidetään kaikille terveydenhoitoalan tutkinto-ohjelmille (fysioterapeutit, sairaanhoitajat, bioanalyytikot, ensihoitajat, röntgenhoitajat, suuhygienistit, kätilöt, terveydenhoitajat). Potilassiirtojen ergonomiaopetuksen tavoitteena on, että opiskelija oppii tekemään turvallisia potilassiirtoja sekä oman työturvallisuutensa takaamiseksi että potilaan turvallisten siirtymisten onnistumiseksi. Oikeaoppimisilla siirtotekniikoilla pyritään vähentämään putoamisriskiä esimerkiksi vuoteen ja pyörätuolin välisissä siirtymisissä. Bioanalyytikoiden potilassiirroissa on puolestaan huomioitu pyörtyvän potilaan turvalliset siirtymiset ja ennakointi, ettei potilas pääse kaatumaan huonovointisuuden vuoksi esimerkiksi verinäytteitä otettaessa. Jokaiselle tutkinto-ohjelmalle räätälöidään potilassiirtojen opetus vastaamaan ammattiryhmän työnkuvaa.

Fysioterapeutin koulutuksessa pureudutaan monilla opintojaksoilla toimintakyvyn arviointiin ja tasapainon ja lihasvoiman harjoittamiseen. Lisäksi fysioterapeutin tutkinto-ohjelmassa on 3 opintopisteen kokonaisuus ikääntyneen fysioterapiasta, jossa käydään läpi laaja-alaisesti ikääntyneen toimintakyvyn arviointia. Kaatumisvaaran arviointi on osana teoria- ja simulaatio-opetusta. Opetuksessa hyödynnetään Toimia-tietokannan kaatumisvaaran arvioinnin työkaluja, joita ovat muun muassa ympäristön tarkistuslista ja FRAT- ja FROP-mittarit. AKE-verkoston tuottamat materiaalit (mm. Pysytään pystyssä -opas) ovat osana opintojaksoa. Opintojaksolla puhutaan kaatumisten riskitekijöistä ja niihin vaikuttamisesta huomioiden ikääntymismuutokset ja terveyden edistäminen.

Sairaanhoidon gerontologian opetuksessa käsitellään kaatumisten ehkäisyä ikääntyneen toimintakyvyn tukemisessa. Opetuksessa käydään läpi FRAT-mittaria ja ympäristön tarkistuslistaa. Lääke-



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE

## Toimintakertomus

hoidon opetuksessa käydään kaatumisen ehkäisyä läpi lääkkeiden haitta- ja sivuvaikutuksia opiskellessa. Ensihoitajien opetuksessa kaatumisten ja putoamisten ehkäisyä käsitellään useilla opintojaksoilla.

Gerontologian yliopettaja Marja Äijö ollut Savonian edustajana THL:n Kaatumisten ja putoamisten ehkäisyn asiantuntijaryhmän seurantakokouksessa vuonna 2022 ja toiminta jatkuu vuonna 2023. Lisäksi Äijö toimii mukana EIP- ja AHA-ryhmässä Euroopan tasolla.