



Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

# Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto (AKE)

Toimintakertomus vuodelta 2023

Koonnut AKE verkoston jäsenet

Hyväksytty



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

### Sisällys

1.	Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE jäsenet 2023 .....	2
2.	AKEn tavoite ja visio toimikaudelle 2023 .....	2
3.	AKEn kokoontuminen toimikaudella 2023.....	2
4.	Yksilöidyt tavoitteet ja toimenpiteet vuosille 2023 .....	3
4.1	Avoimuus .....	3
4.2	Verkostoituminen ja kouluttaminen .....	3
4.3	Yhtenäiset käytännöt, ohjeet ja mittarit ovat käytössä.....	3
4.4	Seuranta ja tutkimus.....	4
4.5	Asukkaiden, päättäjien ja ammattilaisten osaamisen vahvistaminen.....	4
4.6	Lisätään organisaation, kuntien ja alueiden päättäjien, ammattilaisten ja ammattiin opiskelevien tietoisuutta. ....	5
4.7	Moniammatillista, paikallista ja alueellista koulutusta järjestetään säännöllisesti .....	6
4.8	Maailmanlaajuiset suositukset kaatumisten ehkäisyyn .....	8
4.9	Yhtenäiset käytännöt, ohjeet ja mittarit ovat käytössä.....	9
4.10	Kaatumisten ja putoamisten määrää alueella, eri organisaatioissa ja yksiköissä .....	10
4.11	Tutkimuksen avulla tuotetaan tietoa kaatumisten ja putoamisten määrän vähentämisen tueksi. 11	
5.	Kaatumiset ja putoamiset valtakunnallisten tilastojen valossa.....	12
6.	Organisaatiokohtaiset kertomukset.....	17



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

### 1. Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE jäsenet 2023

Alueellisessa kaatumisten ehkäisyverkostossa oli vuonna 2023 vaihtuessa 48 jäsentä. Jäsenet edustivat 13 eri organisaatiota. Edustettuina olivat hyvinvointialueet, kunnat, järjestöt, oppilaitokset sekä yksityiset tahot. Jäseniin kuului maallikkojäsen. Jäsenet edustivat laajalti eri organisaatiotasoja kotihoidosta erikoissairaanhoidon ja koulutukseen sekä niiden kautta myös eri ammattiryhmiä.

### 2. AKEn tavoite ja visio toimikaudelle 2023

**Toimikauden päätavoitteena** oli toimia tiedon ja hyvien käytäntöjen levittäjänä, seurantatiedon tuottajana sekä asiantuntijana kaatumisten ehkäisyssä ammattilaisten tukena. Verkostoitua eri yhteistyökumppaneiden sekä sidosryhmien kanssa, niin että ammattilaisten ja kansalaisten tieto, taito ja vastuu kaatumisten ehkäisystä lisääntyy

**MISSIO** oli, että AKEn jäsenet toimivat aktiivisesti verkostossa sekä levittävät tietoa kaatumisten ehkäisystä omalla hyvinvointialueellaan ja organisaatioissaan aktiivisesti. Kaatumisten ehkäisy on painopistealueena alueellisessa hyvinvoinnin edistämisen työssä.

**VISIO** oli, että vakavien kaatumistapaturmien määrä vähenee.

### 3. AKEn kokoontuminen toimikaudella 2023

Verkosto kokoontui suunnitellusti neljännesvuosittain etäyhteyksin. Koollekutsujana ja puheenjohtajana toimi Säde Rytönen ja syksyn 2023 osalta Merja Kaija. Kokouksiin osallistui vuonna 2023 keskimäärin noin 20 jäsentä/kokous. AKE:n pääverkoston henkilöjäsenmäärä oli vuoden 2023 lopussa 51 jäsentä. Tämän lisäksi suurimmassa osassa AKE-organisaatioita oli omat alaverkostonsa, joiden jäsenmäärät vaihtelivat alueittain.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

### 4. Yksilöidyt tavoitteet ja toimenpiteet vuosille 2023

#### 4.1 Avoimuus

##### **Verkosto on avoin ja kehittyvä.**

- Uudet jäsenorganisaatiot toivotetaan tervetulleiksi,
- Hyödynnetään toiminnassa muun muassa etäyhteyksiä, kunkin organisaation intraa/teamsia ja muita sähköisiä keinoja.
- Jaetaan hyviä käytäntöjä ja toimitaan asiantuntijana kaatumisten ehkäisyssä

#### 4.2 Verkostoituminen ja kouluttaminen

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

- Henkilöstön jatkuva kouluttaminen
  - Kaatumisten ehkäisyn käytäntöjen ottaminen esille moniammatillisessa perehdytyksessä. Yhtenäisen toimintamallin määrittely/ suositus.
  - Hyödynnetään kansallisia verkkokursseja (Duodecimin Oppiportti Kaatumisten ehkäisyn verkkokurssi, UKK-instituutin verkkokurssit, Terveyskylän materiaalit)
  - Eri ammattiryhmien täydennyskoulutuksiin aiheeksi kaatumisten ehkäisyn edistäminen
  - Kukin jäsenorganisaatio pyrkii jakamaan verkostossa koulutuksia etäyhteyksin ja tallenteina

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

- Tehdään suositeltujen toimintatapojen kuvaus kaavioksi (vrt. Etelä-Karjalan malli)
- Kaatumisten ehkäisyn toimijat ja tehtävät kaatumisten ehkäisemiseksi kuvion päivitystarpeen arviointi
- Pysytään pystyssä oppaan juurruttaminen käyttöön tehostetusti



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

- AKE-materiaalin käyttö ja mittareiden (esim. FRAT, FROP-com, SPPBn, NRS2002, MNA, Kaatumisvaaran itsearviointilomake) systemaattinen käyttö.
- Menettelytapaohjeet kaatumisen / kaatumisvamman vuoksi hoitoon hakeutuvan ja sairaalassa kaatuvan potilaan vastaanottamiseksi. Ohjeiden laatiminen ja implementointi käytäntöön.
- Lääkehoidon turvatarkistus (vakioitu lääkehoidon arviointi) kaatumisen takia hoitoon tulleilla ja korkean kaatumisriskin potilailla.
- Kaatumisvaaraa lisäävät lääkkeet –kortin implementointi käytäntöön

### 4.4 Seuranta ja tutkimus

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

- Vaaratapahtumien ilmoitusjärjestelmästä saatava tieto.
- Johdon raportointijärjestelmästä saatava tieto. Tutkimuksen avulla tuotetaan tietoa kaatumisten ehkäisyn tueksi.
- Väestön tietoisuutta AKE:sta ja kaatumisten ehkäisystä seurataan eri tilaisuuksien yhteydessä ja asukkaille osoitetun kyselyn avulla
- Henkilöstön tietoisuutta ja tiedon tasoa kaatumisten ehkäisystä seurataan.
- Tarjotaan opinnäytetyöaiheita tematiikasta eri koulutusorganisaatioille.

### 4.5 Asukkaiden, päättäjien ja ammattilaisten osaamisen vahvistaminen

#### **Lisätään eri ammattilaisten, toimijoiden ja asukkaiden / kuntalaisten sitoutumista ja vastuuta kaatumisten ehkäisyssä.**

- Kuntalaisille / asukkaille viestiminen kaatumisten ennaltaehkäisystä niin, että valmius, vastuu ja osaaminen sekä toiminta kaatumisen ehkäisystä lisääntyy
- Huomioidaan uudet kulkuvälineet mm. potkulaudat
- Koulutusta myös väestölle: Koulutuksen suunnittelun ja toteutuksen tukeminen ja osallistuminen muun muassa eläkkeelle jäävien sekä suurimmassa kaatumisriskissä olevien kouluttaminen kaatumisten ehkäisyyn.
- Yhteistyö potilas- ja omaisjärjestöjen kanssa (mm. liikunta, voimaharjoittelu jne.).
- Yhteistyö kuntien liikuntatoimen ja kansalaisopiston (harrasteryhmät) kanssa.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

### 4.6 Lisätään organisaation, kuntien ja alueiden päättäjien, ammattilaisten ja ammattiin opiskelevien tietoisuutta.

- Kaatumisriskiin, tehtyihin toimenpiteisiin ja suunnitelmiin liittyvän tiedonkulun parantaminen koko hoitoketjussa,
- tiedolla johtamisen tuki,
- tietoisukertainen toiminta kaatumisten ehkäisyn teemoista,
- yhteistyö rakennus-, kunnossapito- jne. organisaatioiden kanssa.
- **Menetelminä:**
  - Eri medioiden hyödyntäminen
  - verkoston tuottaman materiaalin hyödyntäminen eri tilaisuuksissa,
  - posterit, artikkelit ja muun näkyvyyden edistäminen,
  - hyvien käytäntöjen nostaminen esille mm. ammattilehdissä.
  - tutkittuun tietoon perustuen eri foorumeilla.

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

#### Jäsenorganisaatiot

Etelä-Savon hyvinvointialue ELOISA

Itä-Suomen yliopisto, ISY (UEF)

Keski-Suomen hyvinvointialue HYVAKS

Keiteleen kunta

Koulutetut Kokemusasiantuntijat ry (KoKoA)

Kuopion kaupunki

Lapinlahden kunta

Pohjois-Savon hyvinvointialue ja Kuopion yliopistollinen sairaala, KYS

Savon ammattiopisto (SAKKY)

Savonia-ammattikorkeakoulu

Siilinjärven kunta

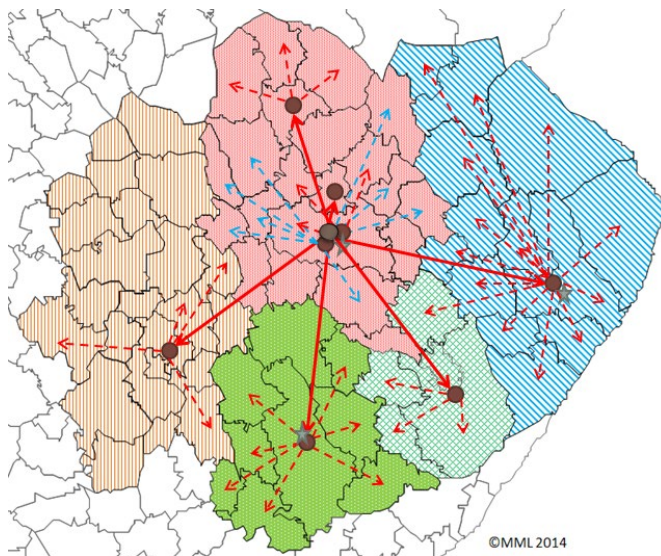
Siun SOTE, Pohjois-Karjalan hyvinvointialue

## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus



Suonenjoen kaupunki

Yksityisen terveystalouden tuottaja, Attendo



**Kuva 1.** AKEn toiminta-alue 2023

AKEn kokouksiin on ollut mahdollisuus osallistua etäyhteydellä jo useita vuosia. AKEn 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.

### 4.7 Moniammatillista, paikallista ja alueellista koulutusta järjestetään säännöllisesti

Eri AKE-organisaatiot ovat järjestäneet omia koulutuspäiviään / -iltapäiviä tai kaatumisen teemaa on nostettu esille erilaisissa tilaisuuksissa. Verkostossa on viestitty laajasti niin valtakunnallisista kuin alueellisista koulutuksista. Kansallisen tason koulutuksia on hyödytetty ja muistutettu näiden hyödyntämisessä (Duodecim Oppiportti, UKK-instituutin laaja verkkokoulutus, Terveyskylän Kuntoutumistalon kaatumisten ehkäisyn materiaali, osoitteessa [Kaatumisten ehkäisy | Kuntoutumistalo | Terveyskylä.fi \(terveyskyla.fi\)](https://www.terveyskyla.fi)).

AKE verkostossa on järjestetty yhteistyössä Pohjois-Savon hyvinvointialueen HYTE- ja osallisuuspalvelualueen 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. Osallistujia oli keskimäärin noin 40 henkilöä/ luento.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

Vuonna 2023 luentosarjan aiheina olivat:

- Toiminta- ja liikkumiskyvyn arviointi
- Ohjaamalla potilasta tai asiakasta motivoit kaatumisten ehkäisyyn
- Korjausneuvonta. Kuka korjausneuvontaa voi saada ja millaista apua on tarjolla?
- Vajaaravitsemuksen arviointi ja uudet ravitsemushoitosuositukset osana kaatumisten ehkäisyä?
- Liukastumisen estäminen liukusteilla- ja liukuestekengillä. Liukastumistapaturmia sattuu kaikenikäisille, mutta millaiset liukusteet tulisi hankkia.
- Lihaskato ja ikääntymisen näkyminen kehossa, vaikutus kaatumisriskiin ja tietoa lihaskadon kuntoutuksesta.

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-ehkaisysta/?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-ehkaisysta/?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-ehkaisyn-verkosto/>. Verkosto on tiedottanut omalta osaltaan AKE:n Kaatumisvaaran ehkäisyn luentosarjasta omassa uutiskirjeessään.





## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

### 4.8 Maailmanlaajuiset suositukset kaatumisten ehkäisyyn

lääkkäillä yleiset kaatumiset aiheuttavat pelkoa, huolta ja vammoja. Kaatumisten todennäköisyys on suurin kaikkein iäkkäimmillä ja henkilöillä, joiden toimintakyky on heikentynyt. Väestön vanhenemisen sekä elinajanodotteen nousun myötä kaatumisten määrät tulevat kasvaamaan. Inhimillisen kärsimyksen lisäksi ne aiheuttavat merkittävän hoidon, hoivan ja kuntoutuksen tarpeen. Kansainvälinen työryhmä päivitti kaatumisten ehkäisyn suositukset vastaamaan uusinta tieteellistä näyttöä vuonna 2022. Mukana suosituksen laadinnassa oli 96 asiantuntijaa 39 maasta.

Suomeen soveltuvat suositukset on tarkoitettu toteutettavaksi yksilöllisesti iäkkään asumis- ja toimintaympäristön mukaan: oma koti, hoivapalvelut ja sairaala sekä sairauksista Parkinsonin tautia sairastaville sekä aivohalvaus-, lonkkamurtuma- ja muistisairauspotilaille.

Suosituksen Suomeen sovittamiseen ovat osallistuneet

- Sirpa Hartikainen, Itä-Suomen yliopisto
- Maarit Piirtola, UKK-instituutti ja Helsingin yliopisto
- Marja Äijö, Savonia-ammattikorkeakoulu
- Tuija Ylitörmänen, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos
- Riitta Koivula, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos
- Tiina Pitkänen, iäkkäiden toimintakyvyn ja kaatumisten ehkäisyn asiantuntija, fysioterapeutti

Lisätietoa täältä: [Maailmanlaajuiset suositukset kaatumisten ehkäisyyn - UKK-instituutti \(ukk-instituutti.fi\)](https://www.ukk-instituutti.fi/maailmanlaajuiset-suositukset-kaatumisten-ehkaisyyn)

Suomen suositusten myötä alueemme toimijoille on tiedotettu aiheeseen liittyvistä webinaareista. Suosituksen osalta on hieman epäselvää vielä mittareiden käyttö, mitä suositellaan ja mitä ei. Mittareiden käytön osalta alueet ovat tekemässä hieman erilaisia ratkaisuja. Mittareiden käytön osalta keskustelua jatketaan vuonna 2024.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

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

- Pysytään pystyssä -opasta, päivitettiin vuonna 2023. Opas on ollut saatavilla suomen, ruotsin ja englannin kielellä. Turkinkielisen ja arabiankielisen oppaat on saatu käyttöön vuonna 2023. Opas on saatavilla painettuna versiona ja verkon kautta. Opasta on markkinoitu ja jalkautettu eri tahojen käyttöön.
- 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 ovat olemassa ja näiden siirto IMS on toteutettu vuoden 2023 loppuun menneessä. Lisäksi on käytössä tarkistuslista kaatuneen kohtaavalle.
- Yhteistyö aikuisten kaatumisten ehkäisyn yhdyspinnoilla kuviota on käytetty ja jalkautettu toimijoiden tietoisuuteen vuoden 2023 aikana. Kuvio kokoaa kaatumisten ehkäisyn toimijat ja kuvaa kunkin toimijan tehtäviä kaatumisten ehkäisemiseksi.
- Näyttötaulut Pysytään pystyssä -oppaan pohjalta on saatu toteutettua vuonna 2023 ja jaettu käyttöön niin näyttötauluille kuin sosiaaliseen mediaan koko AKE:n alueella.
- Kaatumisen ehkäisyn palvelupolun kokoaminen vanhan pohjalta aloitettu, työ jatkuu vuonna 2024.
- Alueelliselta kaatumisen ehkäisy verkostolta kerättiin palautetta toiminnasta vuoden 2023 osalta. Vastanneista suurin osa oli sitä mieltä, että verkostosta on saanut uutta tietoa ja uusia näkökulmia ja uutta tutkittua tietoa tai vaikuttavia menetelmiä käyttöön. Verkostolta toivottiin yhtenäisten mallien luomista esim. palvelupolkuja ja toimintamalleja, pienryhmissä keskustelua ja aiheiden työstämistä, yhteisten viestinnällisten materiaalien tekemistä ja jakamista ja yhteistä näkyvyyden edistämistä. Tapaamisia toivottiin edelleen 3–4 tapaamista vuodessa ja kokouksen pituudeksi kaksi tuntia. Viestinnän toivottiin tapahtuvan sähköpostitse ja teamsilla. Koulutus- ja tutkimusosiot ovat verkostossa toimivia ja kaikkien toimintasuunnitelmien ja -kertomusten nähtävillä olo edistää vertaistukea. Toivottiin lisää moniammatillisempia näkökulmia ja esittelyyn käytännön esimerkkitapauksia.
- UKK-instituutti käynnisti keväällä 2023 IkäHYTE-hankkeen STM:n terveyden edistämisen määrärahalta. Ohjausryhmään osallistui Säte Rytönen. Hankkeessa kehitetään



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

iäkkäiden liikkumista edistävien ja kaatumisten ehkäisyn huomioiva palvelupolku liikunta- ja hyvinvointipalveluiden sekä sote-palveluiden välille.

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

Vuoden 2020 alussa valmistui 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 päivitettiin vuonna 2022, päivityksen tekivät proviisorit Kirsi Pesonen (Siun Sote) ja Raimo Ojala (KYS). Lista päivitetään suunnitellusti kahden vuoden välein.

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, KSSH, 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 tiedotettiin maaliskuussa 2023 suoraan organisaatioihin ja AKEn julkisilla verkkosivuilla.

### **4.10 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.



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

Asiantuntijayksikössä tehtiin Terveystieteiden tutkimuskeskuksen HTA-selvitys aiheesta Kaatumisten ehkäisy ja hahmontunnistusteknologian laajentaminen Pohjois-Savon hyvinvointialueella. Selvitys valmistui marraskuussa 2023 ja sen tulosten perusteella PSHVA:n Integraatiojohtoryhmä puolsi pilotoinnin tekemistä erityispalveluiden, peruspalveluiden ja ikääntyneiden palveluiden yksiköihin (1/palvelualue).

Opinnäytetöitä kaatumisista ja kaatumisten ehkäisyyn liittyvistä aiheista on valmistunut:

- Ahonvala-Kelppö S. 2023. Kuntoutumisen tukemisen kuvautuminen kotihoidon asiakkaan hoito- ja palvelusuunnitelmien kirjaamisessa. Opinnäytetyö. Savonia-ammattikorkeakoulu. Saatavilla: <https://www.theseus.fi/handle/10024/793634>
- Hasu E, Helvelahti H & Hiltunen R. 2023. Jalat maassa: opas kaatumisten ehkäisyyn dialyysipotilaille. Opinnäytetyö. Savonia-ammattikorkeakoulu. Saatavilla: <https://www.theseus.fi/handle/10024/812605>
- Jauhiainen E. & Karttunen S. 2023. Kaatumisten ennaltaehkäisy hoitokodissa. Opinnäytetyö. Savonia-ammattikorkeakoulu. Saatavilla: <https://www.theseus.fi/handle/10024/812583>
- Juvonen S. 2023. Toipumista edistävä psykiatrinen hoitoympäristö potilaan näkökulmasta kuvailtuna. Opinnäytetyö. Savonia-ammattikorkeakoulu. Saatavilla: <https://www.theseus.fi/handle/10024/791782>
- Kattilakoski, E. 2023. Kotona asuvan ikääntyvän kaatumisriskin tunnistaminen ja minimointi: kyselytutkimus kotiin annettavissa palveluissa työskenteleville hoitajille Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialueella. Opinnäytetyö. Savonia-ammattikorkeakoulu. Saatavilla: <https://www.theseus.fi/handle/10024/817507>
- Luostarinen H. & Vartiainen K. 2023. Ikääntyneen vajaanaravitus, sen tunnistaminen ja ehkäisy. Opinnäytetyö. Savonia-ammattikorkeakoulu. Saatavilla: <https://www.theseus.fi/handle/10024/815067>
- Säisä V. & Riihinen S. 2023. Henkilökunnan tieto ja osaaminen kaatuneen kotihoidon asiakkaan tutkimisesta ja hoidon tarpeen arvioinnista: määrällinen tutkimus. Opinnäytetyö. Savonia-ammattikorkeakoulu. Saatavilla: <https://www.theseus.fi/handle/10024/794845>



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

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

- Piirtola M, Pitkänen T, Äijö M, Hartikainen S, Ylitörmänen T, Koivula R. 2024. Kaatumisen ehkäisyn Maailmansuosituksat läkkäiden Henkilöiden tueksi. Fysioterapia 1, 18-24.
- Äijö M, Clifford AM, O'Byrne Maguire I. 2023. Preventing Falls: Emphasizing Education to Support Older Person Active Ageing. In a book Vieira Ribeiro L, Magalhães Ribeiro A. (editor). Global Perspectives on Health Assessments for an Aging Population. USA: IGI Global. pp. 137-155.
- Ikäihmisen kaatuminen voi tulla kalliiksi. Paikallislehti Matti ja Liisa 12.1.2023.
- Reijula J, Suvinen A, Äijö M, Komulainen P, Kauppinen S. & Rissanen P. 2023. Pohjois-Savon Kuntoutuspalveluiden Osaamis- ja Liiketoimintaverkostohanke (KUNTOS) – hankkeen tuloksia. Savonia-ammattikorkeakoulun julkaisusarja 13/2023. Kuopio. Saatavilla: <https://www.theseus.fi/handle/10024/806149>

### **5. Kaatumiset ja putoamiset valtakunnallisten tilastojen valossa**

Koko Suomea kattavia tilastotietoja voidaan käyttää lähtökohtana seurattaessa kaatumisiin ja putoamisiin liittyvää kehitystä. Näistä tilastotietoa tuottaa Terveyden- 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>1</sup>. Erityisesti iäkkäillä yleisin tapaturman aiheuttaja on kaatuminen tai matalalta putoaminen.

Tilastokeskuksen (2021) mukaan vuonna 2021 kaatumis- ja putoamistapaturmiin menehtyi 65-vuotta täyttäneistä 1323 henkilöä. Iäkkäillä kaatumiset ja putoamiset ovat ylivoimaisesti suurin tapaturmakuolemien syy. Kuolemaan johtavia kaatumisia ja putoamisia tapahtuu enemmän miehille, mutta iäkkäämpien kohdalla taasen yli 85-vuotiaiden ryhmässä naisille.

## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus



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 liikkumista ja sitä kautta heikentää toimintakykyä<sup>2</sup>

Tarkasteltaessa KYSin erityisvastuualueen kaatumisiin ja putoamisiin liittyviä hoitajaksoja / 10 000 asukasta hoitajaksojen määrä on vuosien 2015–2022 välillä vaihdellut 115 ja 153 välillä /10 000 asukasta, ollen matalin vuonna 2022. Näissä luvuissa on huomioitu kaikki ikäryhmät. Tarkasteltaessa yli 65-vuotta täyttäneiden kaatumisia ja putoamisia, määrät ovat vaihdelleet 465–328 välillä/ 10 000 asukasta kohden, ollen vuonna 2022 matalin.

**Taulukko 1.** Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitajakset/ 10 000 asukasta AKE:n toiminnassa mukana olevien hyvinvointialueiden, KYS-ervan alueella ja koko Suomessa vuosina 2015–2022 (Sotkanet).

Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitajakset / 10 000 asukasta								
	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
Koko maa	105	111,6	110,3	113,4	116,9	110,6	109,2	106,8
Etelä-Savon hyvinvointialue	134,8	149,3	155,3	135,3	144,2	141,3	136,2	124,3
Keski-Suomen hyvinvointialue	127,6	133,3	135,2	133,8	131	126,4	121,7	112,6
Pohjois-Karjalan hyvinvointialue	158,9	170,1	184,9	170,8	168,9	158,6	121,7	111,6
Pohjois-Savon hyvinvointialue	130,3	145,6	147,8	140,4	148,1	148,2	127,9	116
Kuopion Yliopistosairaalan erityisvastuualue	136,8	148	153	143,4	146,1	142,4	125,7	115,4
© THL, Tilasto- ja indikaattoripankki Sotkanet.fi 2005-2024								
<a href="https://tilasto.thl.fi/">Lähde THL, Tilasto- ja indikaattoripankki Sotkanet.fi</a>								

<sup>2</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)



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

**Taulukko 2.** Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitajaksot 65 vuotta täyttäneillä/ 10 000 asukasta AKE:n toiminnassa mukana olevien hyvinvointialueiden, KYS-ervan alueella ja koko Suomessa vuosina 2015–2022(Sotkanet) <sup>3</sup>

<sup>1</sup> Tapaturmat Suomessa (16.3.2021) <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtamien/turvallisuuden-edistaminen/tapaturmien-ehkaisy/tapaturmat-suomessa>

Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitajaksot 65 vuotta täyttäneillä / 10 000 vastaavan ikäistä								
	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
Koko maa	354,2	376,3	368	375,6	381,9	363,4	356,8	344,4
Etelä-Savon hyvinvointialue	368,8	414,4	424,4	357,7	368,9	354,3	341,2	308,7
Keski-Suomen hyvinvointialue	435,9	457,8	447,2	454,3	435,7	402,8	399,5	360,4
Pohjois-Karjalan hyvinvointialue	480,5	513,5	551,3	498,9	497,5	444,2	333,1	299
Pohjois-Savon hyvinvointialue	403,6	451,8	443,9	408,1	437,1	429,1	373,5	324,1
Kuopion Yliopistosairaalan erityisvastuualue	426,9	462,7	465,8	431,6	437,4	412,6	367,3	328

© THL, Tilasto- ja indikaattoripankki Sotkanet.fi 2005-2024

[Lähde THL, Tilasto- ja indikaattoripankki Sotkanet.fi](https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtamien/turvallisuuden-edistaminen/tapaturmien-ehkaisy/tapaturmat-suomessa)

[nen/turvallisuuden-edistaminen/tapaturmien-ehkaisy/tapaturmat-suomessa](https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtamien/turvallisuuden-edistaminen/tapaturmien-ehkaisy/tapaturmat-suomessa)

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>4</sup>. (Taulukko 4.)

<sup>3</sup> Sotkanet-tietokanta. (11.1.2024) <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/taulukko/?indicator=s44KjicEAA==&region=s07MtDYOjg8xMzcCAA==&year=sy5zsbQzUEAA==&gender=t&abs=f&color=f&buildVersion=3.1.1&buildTimestamp=202309010633>

<sup>7</sup> Sotkanet-tietokanta (11.1.2024): <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/taulukko/?indicator=s073BAA=&region=s07MtDYOjg8xMzcCAA==&year=sy5ztjbX0zUEAA==&gender=t&abs=f&color=f&buildVersion=3.1.1&buildTimestamp=20230901063>



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

**Taulukko 3.** Lonkkamurtumat 65 vuotta täyttäneillä, % vastaavan ikäisestä väestöstä ja lukumäärinä (n=).<sup>5</sup> (Sotkanet).

Lonkkamurtumat 65 vuotta täyttäneillä, % vastaavan ikäisestä väestöstä lukumäärinä ja prosentteina (id:699)								
	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
Koko maa	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,6	0,6	0,7
	7739	7889	8126	7997	8038	7862	8140	8694
Etelä-Savon hyvinvointialue	0,7	0,7	0,7	0,7	0,7	0,6	0,6	0,6
	288	257	296	279	280	270	265	258
Keski-Suomen hyvinvointialue	0,7	0,7	0,7	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6
	392	382	425	397	371	385	387	381
Pohjois-Karjalan hyvinvointialue	0,8	0,8	0,7	0,6	0,7	0,6	0,5	0,6
	311	314	288	271	286	281	233	289
Pohjois-Savon hyvinvointialue	0,7	0,7	0,7	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6
	395	394	407	382	402	394	412	375
Kuopion Yliopistosairaalan erityisvastuualue	0,7	0,7	0,7	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6
	1353	1298	1349	1285	1288	1287	1247	1255

© THL, Tilasto- ja indikaattoripankki Sotkanet.fi 2005-2024

**Taulukko 4.** 65 vuotta täyttäneet, % väestöstä Suomessa, Kuopion Yliopistosairaalan erityisvastuualueella ja sen alueella toimivilla hyvinvointialueilla (%), (Sotkanet)<sup>7</sup>

65 vuotta täyttäneet, % väestöstä (id:1068)								
	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
Koko maa	20,5	20,9	21,4	21,8	22,3	22,7	23,1	23,3
Etelä-Savon hyvinvointialue	27,4	28,1	29	29,9	30,9	31,7	32,5	33
Keski-Suomen hyvinvointialue	21,2	21,6	22,2	22,6	23,2	23,7	24,1	24,4
Pohjois-Karjalan hyvinvointialue	23,7	24,3	25,1	25,8	26,5	27,3	27,9	28,4
Pohjois-Savon hyvinvointialue	22,7	23,3	24	24,6	25,3	25,9	26,4	26,8
Kuopion Yliopistosairaalan erityisvastuualue	23,1	23,6	24,3	24,9	25,6	26,2	26,8	27,1

© THL, Tilasto- ja indikaattoripankki Sotkanet.fi 2005-2024

<sup>5</sup> Sotkanet-tietokanta (11.1.2024): <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/taulukko/?indicator=s06MAAA=&region=s07MtDYOjg8xMzcCAA==&year=sy5zsbQ0zUEAA==&gender=t&abs=f&color=f&buildVersion=3.1.1&buildTimestamp=202309010633>

<sup>7</sup> Sotkanet-tietokanta (11.1.2024): <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/taulukko/?indicator=s073BAA=&region=s07MtDYOjg8xMzcCAA==&year=sy5ztjbX0zUEAA==&gender=t&abs=f&color=f&buildVersion=3.1.1&buildTimestamp=202309010633>





## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

Toimintakertomuksessa olevat tilastot löytyvät yhteisestä Teamsistä tästä linkistä: <https://pohjois-savo.sharepoint.com/:x:/r/sites/AlueellinenkaatumistenehkisyverkostoAKE/Shared%20Documents/General/TY%C3%96N%20ALLA%20OLEVAT/Tilastot%20AKE%20toimintakertomus.xls?d=wc1a9618b86884db296592cba64caceeb&csf=1&web=1&e=V4SbHU>



Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

## 6. Organisaatiokohtaiset kertomukset



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus



KESKI-  
SUOMEN  
HYVINVOINTI-  
ALUE

### AKE Keski-Suomen hyvinvointialue – toiminta vuosina 2022–2023

**Vastuuhenkilöt:** Teemu Elomaa (1.1.2023-31.1.2023) ja Nelli Riihuhta (1.8.-31.12.2023)

Keväällä 2023 AKE verkoston toiminta koostui pitkälti järjestäytymisestä HYVAKS-toimintaa varten. Keväällä nimettiin omat AKE-koordinaattorit eri palvelualueille (sairaalapalvelut, laaja-alainen sote keskus ja koti- ja asumispalvelut). Hyvinvointialueen alueellinen kaatumisehkäisyverkosto on tavannut neljä kertaa kuluneen vuoden aikana. Alueellisia verkostopalavereita on järjestetty 2kpl ja sairaalapalvelujen kokouksia on järjestetty 2kpl. Kesän jälkeen HYVAKS AKE vastuuhenkilön vaihtuminen on vaikuttanut jonkin verran AKE-verkoston toimintaan.

Vuonna 2023 vuodeosastot ovat toteuttaneet kaatumisten omavalvontaa sekä syksyllä, että keväällä. Lisäksi yksiköt ovat edelleen päivittäneet yksikkökohtaisia pelisääntöjään kaatumisen ehkäisyn toimintamallin osalta. Kaatumisten ehkäisyn tärkeyttä on korostettu uusien ja vanhojen työntekijöiden toiminnassa osana hoitotyön laatua ja potilasturvallisuutta. Kaatumisten ehkäisyn materiaali ja Oppiportin verkkokurssit kuuluvat uuden työntekijän perehdytysohjelmaan. *Pysytään pystyssä -oppaiden* tilauskäytäntöä helpotettiin niin, että yksiköt voivat tilata oppaita organisaation sisäisen järjestelmän kautta. Vastuuhenkilöverkosto ylläpitää kaatumisten ehkäisyn toiminnan edistämistä ja seurantaa yksikötasolla sekä varmistaa yhtenäisiä toimintamalleja organisaation tasolla. Joitakin uusia vastuuhenkilöitä on saatu lisää mukaan verkostotoimintaan. Sairaalapalveluissa selvitettiin erilaisia teknologiaratkaisuja kaatumisten ennaltaehkäisyyn, mutta asiassa ei ole edetty laajassa mitakaavassa hankintojen tasolle. Yksittäisillä vuodeosastoilla on käytössä eri ratkaisuja kuten vuodevahteja.

Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvien Laatuportti-ilmoitusten tekemiseen on panostettava lisää. Määrällisesti kaatumisia tapahtuu eniten koti- ja asumispalveluiden palvelualueella. Sairaalapalveluiden vuodeosastoilla on suurta vaihtelua eri yksiköiden välillä kaatumismäärissä (ja/tai Laatuportti-ilmoitusten määrissä). Kaatumisriskin arviointiin tulee panostaa edelleen lisää.

## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus



	Vuosi 2023
<b>Kaatumiset ja putoamiset, Laatuportti-ilmoitukset (kpl)</b>	3553
<b>Kaatumisriski arvioitu vaaratapahtumailmoituksissa, %-kaatumis-/putoamisilmoituksista</b>	19%

Keväällä aloitettiin kaatumisen ehkäisyn toimintamallin uudistamistyö, jota jatkettiin syksyllä 2023. Päivityksessä olevassa mallissa on pyritty ottamaan huomioon kaatumisen ehkäisyn kansainväliset suositukset, joiden sovellettavuutta ja käytäntöön viemistä on pohdittu yhdessä muiden HYVAKS-alueen kaatumisen ehkäisyn yhteyshenkilöiden kanssa. Toimintamallin päivitykseen liittyen tehtiin yhteistyötä UKK-instituutin tutkija ja kansainvälisiä suosituksia suomalaiseen yhteiskuntaan soveltamassa olleen Maarit Piirtolan kanssa.

Uusien suositusten mukaisesti mm. kaatumisen lyhyet riskiarviomittarit (FRAT / FROP Com) oltaisiin suunnitelmissa jättää pois. Seulontatyökaluna toimisi jatkossa kysymys: ”oletko kaatunut viimeisen 12 kk aikana?”. Mikäli potilas vastaa ”kyllä” tai on tullut kaatumisen vuoksi sairaalaan ja seuraavista viidestä ehdosta vähintään yksi täyttyy: vamma,  $\geq 2$  kaatumista 12 kk aikana, gerastenia, maannut lattialla eikä pysty nousemaan, pyörtyminen/tajunnan menetys, aloitettaisiin laajan arvion mukainen prosessi toimenpiteineen välittömästi siinä hoitopaikassa, jossa potilas on. Uusi malli on kuitenkin edelleen suunnitteluasteella. Sairaalapalvelujen osalta suunnitelmissa on pilotoida uutta mallia aluksi vanhuspsykiatrian avopuolella. Koti- ja asumispalveluissa on käytössä RAI-arviointi, jonka yhteydessä kaikille koti- ja asumispalvelujen asiakkaille tehdään laajan kaatumisvaaran arvion mukainen kaatumisriskin kartoitus. Uuden mallin käytäntöön vieminen laajemmin kussakin yksikössä/toimialueella on seuraavien toimintavuosien keskeinen kehittämiskohde Keski-Suomen hyvinvointialueella. Lisäksi tavoitteena on saada yhtenäistettyä AKE-verkoston toimintaa niin, että sekä sairaalapalvelujen, avoterveydenhuollon vastaanottotoiminnan, että koti- ja asumispalvelujen kaatumisen ehkäisyn toimintamalli ja toiminta kaatumisten ehkäisyssä olisi tiiviimmässä vuoropuhelussa ja yhteistoiminnassa.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus



Pohjois-Savon  
hyvinvointialue

### **AKE-Pohjois-Savon hyvinvointialue**

AKE-PSHVA

**Vastuhenkilöt:** Merja Kaija, vs. hyvinvointikoordinaattori, Tarja Tervo-Heikkinen, klinisen hoitotyön asiantuntija ja Säde Rytönen, vs. HYTE- ja osallisuuspäällikkö

Ollaan mukana Ikiliikkuajat verkostossa. UKK-instituutti käynnisti keväällä 2023 IkäHYTE-hankkeen STM:n terveyden edistämisen määrärahalta. Ohjausryhmään osallistui Säde Rytönen. Hankkeessa kehitetään iäkkäiden liikkumista edistävien ja kaatumisten ehkäisyn huomioiva palvelupolku liikunta- ja hyvinvointipalveluiden sekä sote-palveluiden välille.

Tiedotettu Pohjois-Savon hyvinvointialueen sisällä intrassa kaatumisen ehkäisystä, materiaaleista ja luennoista. Kaatumiseen liittyvää materiaalia löytyy Pulssi intrasta. Pohjois-Savossa Pysytään pystyssä -opasta on jaettu 550 kappaletta mm. tapahtumissa ja messuilla, apteekeille, Olka-pisteelle. Joista tapahtumissa 100 ja 450 kpl postituksella eri toimijoille.

Kaatumisen ehkäisyn palvelupolun kuvaus on aloitettu vanhalta pohjalta. Pohjois-Savon alueelle kuntiin jaettu Pysytään pystyssä näyttötaulukuvia ja somemateriaaleja kuntien hyvinvointikoordinaattoreiden/ HYTE-yhdysheikkinen kautta. Kerätty palautetta verkostolta.

PSHVA:n johtoryhmä päätti toukokuussa 2023 hoitotyönsensitiivisten indikaattoreiden laajentamisesta koko hyvinvointialueelle soveltuvien osin. Näihin kuuluu myös kaatumisten seuranta haitta- luokittain. Suunnittelu eteni syksyn 2023 aikana ja vuoden vaihteen jälkeen pystytään kuvaamaan, miten seuranta on toteutettavissa. Myös kaatumisten ehkäisyn menetelmiä tullaan laajentamaan myöhemmin sovittavan suunnitelman mukaisesti. Hahmontunnistusjärjestelmän pilotoinnista alueella saatiin myönteinen päätös marraskuussa 2023.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus



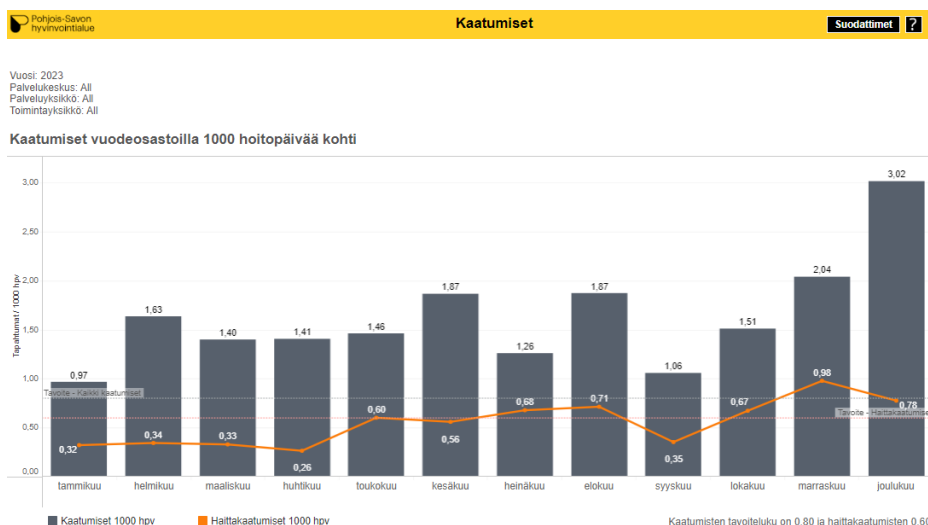
### Erityispalvelut, KYS, Kuopion yliopistollinen sairaala

**Vastuuhenkilöt:** Antikainen Anne, Jylhäsalmi Markus, Kurttila Minna, Laitinen Markus, Leinonen Jaana, Ojala Raimo, Ruppa Tarja, Silvasti Minna, Tervo-Heikkinen Tarja ja Vilhola Marjo.

Kaatumisten ja putoamisten seuranta on KYSissä jatkuvaa hoitotaulukkokirjausten kautta poimintana ja HaiPro-järjestelmässä. Seuranta tehdään kaikilla vuodeosastoilla sekä niissä polikliinissa ja toimenpideyksiköissä, joissa hoitotaulukko on käytössä. Hoitotaulukkotieto raportoidaan avoimesti Tableau-kuviona 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.

Vuonna 2023 KYS päivystyspoliklinikalla kirjattiin 1212 lääkehoidon arviointia, joista 221:ssä (18 %) tapauksessa potilas oli kaatunut.



**Taulukko 6:** Kaatumiset ja haittakaatumiset KYSin vuodeosastoilla 1000 hoitopäivää kohti vuonna 2023.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

Vuonna 2022 on KYSin päivystyspoliklinikalla tehtiin lääkehoidon arviointi 143 potilaalle, joiden tulossyynä on mainittu kaatuminen. Arviointien kokonaismäärä oli 1241 kappaletta vuonna 2022. Vuonna 2021 lääkehoidon arviointi tehtiin 201 potilaalle, joiden tulossyynä on mainittu kaatuminen. Arviointien kokonaismäärä oli tuolloin 1462 kappaletta.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus



Pohjois-Savon  
hyvinvointialue

### **Peruspalvelut (Tuusniemi, Juankoski, Kaavi, Harjulan sairaala, Ylä-Savon osastot)**

**Vastuuhenkilöt:** Taina Kuronen, Markku Jokelainen, Noora Puranen/ Katja Vainikainen, Kirsi Kolari, Tarja Huttunen, Seija-Riitta Hämäläinen

Kaatumisen ehkäisytoiminta on laajentunut hyvinvointialueelle siirtymisen jälkeen, vuoden 2023 alussa. Pohjois-Savon hyvinvointialueelle siirtymisen myötä peruspalveluihin lukeutuu jatkossa koko Pohjois-Savon hyvinvointialueen osastopalvelut. Ennen hyvinvointialuetta, vuoden 2022 loppuun saakka, osastopalvelut ovat AKE-työryhmässä keskittyneet keskisen alueen osastopalveluihin (Tuusniemi, Juankoski, Harjulan sairaala, Karttula), ja näin ollen nykyiseen toimintasuunnitelmaan kirjatut tavoitteet, vuosille 2023–2025, on tehty ennen hyvinvointialueelle siirtymistä olevan toiminta-alueen osalta. Seuraavissa luvuissa kerrotut toteutuneet toimet kuvaavat näissä toimipisteissä tapahtunutta toimintaa vuoden 2023 aikana.

Jatkossa toimintaa pyritään yhtenäistämään koko Pohjois-Savon hyvinvointialueen peruspalveluiden osastopalveluiden osalta, mutta organisoituminen on vasta alkutekijöissään ja yhteistä tapamista on suunniteltu asian tiimoilta kuluvalle keväälle 2024.

Vuoden 2023 aikana peruspalveluissa on keskitytty lisäämään henkilöstön, asiakkaiden ja heidän omaisten tietoisuutta kaatumisen ehkäisystä.

Yhtenä keinona tähän on ollut henkilöstön tiedottaminen AKE-verkoston Pulssista löytyvistä sivustoista. Lisäksi peruspalveluiden AKE-ryhmässä mukana olevat vastuuhenkilöt ovat aktiivisesti tiedottaneet oman osaston/toimiyksikön henkilöstöä kaatumisen ehkäisy materiaaleista ja luennoista, joiden kautta pyritty ylläpitämään ja kehittämään henkilöstön osaamista kaatumisen ehkäisyssä. Toimintaa on esitelty osastonhoitajien kokouksissa sekä kuntoutuksen osalta Harjulan sairaalan kuntoutuksen koulutustiimissä.

Kuntoutuksen osalta pohdinnassa on ollut mm. SPPB -testistön soveltuvuus kaatumisen ehkäisyn mittarina vrt. maailmansuosituksissakin esiin tulleet kävelynopeus tai TUG. Mittareiden käyttö vielä kuntoutuksen osalta pohdinnassa, sillä esimerkiksi SPPB on sovittu olevan yhtenäinen kotihoi-  
toon/ARVI-jaksolle siirtyvien kuntoutujien yhdeksi toimintakykyä mittaavaksi mittariksi. Jatkossa mittarien soveltuvuutta on hyvä pohtia, saadaanko SPPB:stä tarpeeksi haluttua tietoa, hyödyttäsikö rinnalle ottaa toinen tai vaihtaa tämä kokonaan toiseen testistöön.





## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

Sairaalassa aktiivisessa käytössä on FRAT sekä HaiPro –ilmoitukset kaatumisten ehkäisemisen ja tilastoinnin osalta. Näiden käyttöä tulee vielä tehostaa seuraavien toimintavuosien aikana.

Omaisten ja kuntoutujien osalta käyttöön on aktiivisesti otettu Harjulan sairaalassa uusi päivitetty versio Pysytään pystyssä -oppaasta. Opasta on tilattu jokaiselle osastolle (HOS 1, 2, 4 ja 5) ja jokainen kotiutuva saa oppaan mukaansa sairaalasta kotiutuessa/siirtyessä jatkohoitopaikkaan. Lisäksi jatkosuunnitelmana on mm. Juankoskella levittää oppaan jakelu myös vastaanottopalveluiden puolelle.



Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus



## **AKE – Pohjois-Karjalan hyvinvointialue toimintakertomus vuodelta 2023**

**Vastuhenkilöt:** Palvelujohtaja Hannele Komu, lääkitysturvallisuusasiantuntija Kirsi Pesonen

### **AKE-työryhmätoiminta:**

Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen Kaatumisten ehkäisyyn (AKE) -työryhmä on toiminut aktiivisesti. Työryhmä kokoontui vuonna 2023 viisi kertaa. Lisäksi työryhmäläiset ovat osallistuneet AKE-verkoston (YTA-alue) kokouksiin ja toimintaan. Työyksiköihin on valittu AKE-vastuhenkilöt. Vuonna 2023 Siun soten työntekijöille järjestettiin poikkeuksellisesti vain yksi AKE-koulutus kahden suunnitellun koulutuksen sijaan. Koulutuksen aiheena oli RAI-mittausten hyödyntäminen kaatumisten ehkäisytyössä sekä kertausta FRAT- mittarin käytöstä. THL:n ja UKK-instituutin järjestämistä kaatumisen ehkäisyyn liittyvistä webinaareista on tiedotettu henkilöstöä Siun soten intran uutisissa ja intrassa olevilla Kaatumisen ja putoamisen ehkäisy -sivuilla. Sivuille on koottu AKE-työryhmän ohjeistukset, koulutusmateriaalit ja hyödyllisiä linkkejä. AKE-verkoston tuottamia Pysytään pystyssä-kuvia ja materiaaleja on hyödynnetty eri viestintäkanavilla.

Lääkitysturvallisuusasiantuntija on esitellyt Kaatumisvaaraa lisäävät lääkkeet -taskukorttia omissa koulutuksissaan ja henkilökohtaisissa tapaamisissa. Vuonna 2017 käynnistetty lonkkamurtumapotilaan hoidon ja kuntoutuksen prosessi, ns. lonkkaliukumäki jatkuu entisellään. Osastoilla työskentelevät lääkehoidon arviointikoulutuksen käyneet farmaseutit tekevät iäkkäille lonkkamurtumapotilaille lääkehoidon arvioinnin. Vuonna 2023 niitä tehtiin 79 kpl.

Siun soten Asiakas- ja potilasturvallisuus sekä laadunhallinnan suunnitelmaan on kirjattu alla olevat Kaatumisten ja putoamisen ehkäisyyn kehittämiskohteet vuosille 2023–2024.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

- Kaatumisten/putoamisten haittatapahtuma -kirjaaminen Mediatriassa vakiintuu osaksi toimintaa
- Kaatumisvaarassa olevat henkilöt tunnistetaan aktiivisesti ja suositusten mukaisesti FRAT-mittarin avulla
- FRAT-mittarin käyttöä ja kaatumisten/putoamisten kokonaismäärää seurataan yksikkö- ja organisaatiotasolla
- RAI-arviointivälinettä hyödynnetään ikäihmisten palveluissa kaatumisen riskitekijöiden tunnistamiseen
- Henkilöille, joilla todetaan kohonnut kaatumisvaara, laaditaan yksilöllinen suunnitelma kaatumisten ehkäisymenetelmien käytöstä
- Vuodeosastoilla ja asumispalveluyksiköissä pilotoidaan Fall T.I.P.S. -mallia syksyllä 2023

### **RAI-mittarin käyttö:**

RAI- arvioinnista muodostunutta tietoa hyödynnetään kaatumisriskin tunnistamisessa ja kokonaisvaltaisemmin asiakkaan hyvän hoidon ja palvelun suunnittelussa ja toteuttamisessa. RAI- arvioinnista muodostuu kaatumisriskin mittari ja kaatumisen heräte (FALLS). Mittari huomioi erityisesti ne asiakkaat, joilla on aiempia kaatumisia. Heräte (CAPS) aktivoituu niiden asiakkaiden osalta, joilla on kohonnut kaatumisriski tulevaisuudessa.

Asiakkaan kaatumisriskiä arvioitaessa on huomioitava myös muita RAI-mittariarvoja ja - herätteitä. RAI- arvioinnista saadaan kattavaa tietoa asiakkaan ravitsemustilasta, muutoksista arkisuoriutumissa, mielialasta, terveyden vakaudesta, asuinoloista ja kotiympäristön esteettömyydestä, liikkumista rajoittavien välineiden käytöstä, kuulosta ja näöstä, sairauksista, lääkityksestä, kognitiosta ja pidätyskyvyttömyydestä, jotka voivat omalta osaltaan lisätä kaatumisriskiä. Hoitotyössä on tärkeää tunnistaa kaatumisten taustalla olevat moninaiset riskitekijät ja pyrkiä minimoimaan niitä ja edistää asiakkaan aktiivisuutta turvallisella tavalla ja turvallisessa ympäristössä. RAI- ohjelmistossa on integroitu herätekäsi kirja, josta löytyy toimintaohjeita kaatumisriskin vähentämiseen asiakkaan arjessa.

### **FRAT-mittarin käyttö:**

Asiakas - ja potilastietojärjestelmässä oleva FRAT-mittari on aktiivisessa käytössä ja sen käyttöopastusta on järjestetty koulutuspäivien yhteydessä. FRAT:n käyttöä kysytään kaatumiseen liittyvän vaaratapahtuman (HaiPro ja Laatuportti) ilmoitusvaiheessa.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

### Kaatumisten ja putoamisten tilastointi:

Kaatumiset ja putoamiset kirjataan asiakas- ja potilastietojärjestelmään (Mediatri) haittatapahtumana, läheltä piti tilanteita ei kirjata. Asiakas- ja potilastietojärjestelmä on ensisijainen, virallinen kirjausalusta, HaiPron/Laatuportin sijaan. Muutos toimintatapaan tehtiin vuonna 2022. Mediatrikirjauksen tavoite on tuottaa tietoa haittatapahtumien esiintyvyydestä niin organisaatiotasolla kuin asiakaskohtaisesti. Kansalliseen vertailuun (Sotekuva) siirtyy tieto kaatumisiin ja putoamisiin liittyvistä hoitajaksoista 65-vuotta täyttäneillä.

Lisäksi työyksiköt tekevät kaatumisista ja putoamisista vaaratilanneilmoituksen Laatuportti -järjestelmään silloin, kun kaatumisesta tai putoamisesta on mahdollista oppia tai kehittää toimintaa. Vaaratilanneilmoitusten kautta mahdolliset kehittämistoimet saadaan näkyville ja tiedon välittäminen toisille ammattiryhmille ja toiseen yksikköön on helppoa.

	Vuosi 2022	Vuosi 2023
<b>Kaatumiset ja putoamiset, HaiProssa (4/2023 alkaen Laatuportissa), kpl</b>	1312	310
<b>Kaatumisriski arvioitu vaaratapahtumailmoituksissa, %-kaatumis-/putoamisilmoituksista</b>	55,3	47,8
<b>Kaatumiset ja putoamiset, Mediatrikirjaukset, kpl</b>	575 (kirjaaminen alkanut 6/2022)	2457
<b>Kaatumisriski arvioitu (FRAT), kirjattu Mediatriin</b>	4459	3563
<b>Lonkkamurtuma, kpl</b>	235	199*

\*Qlik 23.1.2024

### Yhteistyö muiden toimijoiden kanssa:

Ikäinstituutin Ikiliikkuja -oppimisverkostot kokoavat yhteen soten, liikuntatoimen ja järjestöjen edustajia. Pohjois-Karjalan oppimisverkostotapaaminen järjestettiin huhtikuussa 2023, teemana oli kaatumisten ehkäisy (esimerkkejä toimintamalleista, palvelupolut soten ja liikuntapalveluiden välillä jne.). AKE-työryhmän puheenjohtaja osallistui tapaamiseen.

Yhteistyössä Pohjois-Karjalan kansanterveyden keskuksen kanssa toteutettiin Kaatumiset kuriin kampanja. Kampanjan tavoitteena oli saada 65-vuotta täyttäneet pohjoiskarjalaiset tietoisiksi omasta kaatumisriskistään. Kampanja käynnistyi Turvallisesti kotona ja liikkeellä -webinaarilla syyskuussa 2023. Tilaisuus oli suunnattu erityisesti ikääntyville ja heidän läheisilleen ja sitä pystyi



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

seuraamaan omalta mobiililaitteelta. Useissa kunnissa järjestettiin myös webinaarikatsomoita, joissa oli mahdollisuus keskustella asiantuntijoiden kanssa ja saatavilla oli kaatumisen ehkäisyyn liittyvää materiaalia. Lokakuussa 2023 järjestettiin ikäihmisten terveyspäivä. Asiantuntijaluentoja lisäksi osallistujat osallistuivat ohjattuun taukoliikuntaan ja tarjolla oli tasapainon testausta. Marraskuussa 2023 Vanhus- ja lähimmäispalveluliiton välittämisen päivän yhteyteen AKE-työryhmä ja Pohjois-Karjalan kansanterveyden keskus suunnittelivat Kaatumiset kuriin - Kysy kuulumisia ja kaatumisia -teemaviikon. Viikon aikana Pohjois-Karjalan kansanterveyden keskuksen koordinoima liikuntatyöryhmä kannusti kysymään ikääntyvältä läheiseltä kuulumisia ja kaatumisia jakamalla Pohjois-Karjalan kuntiin infonäyttömateriaalia sekä postikortteja, joiden viestinä on ikääntyvästä läheisestä välittäminen. Materiaali sisälsi mm. UKK-instituutin KaatumisSeula työkaluja. Vuoden 2023 aikana hyvinvointialueen ja järjestöjen kanssa yhteistyössä maakunnan alueella järjestetyissä Hei ikäihminen, mitä siulle kuuluu – teemapäivissä kaatumisten ehkäisy oli yhtenä teemana Pohjois-Karjalan kansanterveyden keskuksen toimesta.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus



### AKE-Etelä-Savon hyvinvointialue Eloisa

**Vastuhenkilöt:** Tarja Tynkkynen; fysioterapian kliininen asiantuntija (6/23 alk. Laura Reinikainen), Anne Loponen fysioterapeutti, Kirsi Nousiainen, hoitotyön kliininen asiantuntija

Vuosi 2023 on mennyt hyvinvointialueen alkamiseen liittyvään eri organisaatioiden järjestäytymiseen. Kaatumisen ehkäisyn nykytiloja pohdittiin alkuvuosi ja keväällä 2023 Eloisaan muodostettiin moniammatillinen "riskiryhmä", joka kokoontui säännöllisesti kehittämään Kaatumisvaaran tunnistaminen, kaatumisten ehkäisy ja hoito - toimintamallia Eloisaan. Maailmanlaajuinen suositus on pyritty ottamaan huomioon toimintamallissa. Eloisan toimintamallin jalkauttaminen aloitetaan v.2024. Eloisan palvelutuotanto- ja Laadun, asiakas- ja potilasturvallisuuden suunnitelmissa on myös kaatumisten seuranta ja ehkäisy huomioitu ja asetettu mitattavat tavoitteet. Ikäneuvola -toiminta on laajentunut vuoden aikana Savonlinnan ja Pieksämäen seudulle. Kaatumisklinikka on yksi osa kaatumisen ehkäisyn toimintamallia, mutta kaatumisklinikan tarkempi toimintamalli on vielä määrittelemättä, kuinka esim. asiakkaat ohjautuvat sinne.

AKE-verkoston kokouksiin ja koulutuksiin on osallistuttu säännöllisesti.

Yhdessä tietojohdamisen yksikön kanssa on työstyetty alustaratkaisua, johon kaatumiset ja putoamiset sekä niiden haitta-aste nousevat esille johtamisen tueksi esihenkilöille ja johdolle.

Hoiverken tietotuotantoa kaatumisen haitta-asteesta ei ole päästy systemaattisesti aloittamaan v.2023, koska yhteinen toimintamalli on haluttu saada ensin valmiiksi. Alkuvuodesta 2024 toteutetaan kaatumisen ehkäisyn pilotti parissa asumispalvelujen ja kotihoidon yksiköissä. Pilotin aikana palautellaan mieliin FROP-com-mittarin käyttöä ja yksilöllisiä ennaltaehkäisyn toimia moniammatillisesti.

Haasteena koetaan kirjaamisen päällekkäisyys ja erilaiset potilastietojärjestelmät Eloisan sisällä sekä se, että kaatumistietoa ei saada niistä poimittua. Haipro-ilmoituksia kaatumisista seurataan säännöllisesti.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

Erilaisiin tapahtumiin sidosryhmien kanssa on osallistuttu mm. vanhustenviikon Ikämessuilla loka-kuussa ja luennoimalla väestölle kaatumisten ehkäisystä eri yhdistyksissä, seurakunnan tapahtumissa ja Linnalan opistolla. Hoitotyön blogisarja on aloitettu v.2023, joka on kohdennettu niin eloisalaisille kuin väestöllekin. Yksi blogi käsittelee kaatumisten ehkäisyä.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus



### **AKE-Siilinjärven kunnan kaatumisen ehkäisyn työryhmä**

**Vastuuhenkilöt:** Eliisa Girsén

Siilinjärven moniammatillisen kaatumisen ehkäisyn työryhmä on elänyt hiljaiseloa vuonna 2023 hyvinvointialueen aloitettua toimintansa. Työryhmän tavoitteena on ollut seurata kaatumistapahtumien tilannetta ja koordinoida kaatumisen ehkäisyä osana kunnan eri palvelualueiden toimintaa. Vuonna 2023 ryhmä ei kokoontunut kertaakaan.

Siitä huolimatta, että kaatumisen ehkäisyn työryhmä ei ollut aktiivisesti toiminnassa, kunnassa jatkettiin hyviksi havaittuja kaatumisen ehkäisyn toimia. Merkittävimpiä olivat liikuntaneuvonnan aloittaminen sekä erityisryhmien liikuntaryhmät.

Vuonna 2023 järjestettiin kuntalaisille 13 tapahtumaa, joiden teemana on ollut joku kaatumisen ehkäisyn osa-alue kuten liikunta, ravitseminen tai esteettömyys. Yhteensä tapahtumiin osallistui 900 kuntalaista, pääasiassa ikäihmisiä. Erityisryhmille järjestettäviä säännöllisesti kokoontuvia liikuntaryhmiä on ollut 19, joissa viikkotasolla on ollut 400 kävijää. Näiden lisäksi on järjestetty kymmenen viikon tehokuntosaliryhmiä (2 käyntiä/vk) kolme kertaa vuodessa jo selvästi toimintakyvyiltään heikentyneille ikäihmisille. Näissä ryhmissä on ollut yhteensä 20 henkilöä. Lisäksi ostopalveluna on toteutettu neljä viiden viikon tehoharjoitteluryhmää (40 hlö).

Uutena palveluna Siilinjärvellä aloitti kesällä 2023 liikuntaneuvonta, jossa asiakkaat ovat pääasiassa työikäisiä mutta kaatumispelko ja kaatumisen ehkäisy ovat nousseet usein teemoiksi ohjauksissa. Lisäksi lihasvoiman ja liikkuvuuden ylläpito jo työikäisenä edesauttaa kaatumisen ehkäisyssä ikääntyessä. Myös esteettömyyskartoitus on toteutettu vuonna 2023 ja sen toteuttamisessa on kuultu mm. vanhus- ja vammaisneuvostoa.





## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

### **AKE-Kuopion kaupunki**

**Vastuuhenkilöt:** Minna Toivola ja Tanja Tilles-Tirkkonen

Asukastoiminnassa eri paikoissa kuten eläkeläisten kerhoissa ja asukastiloissa on pidetty kaatumisen ehkäisyesityksiä ja kodinturvallisuus ja ethän kaadu -luentoja. Pysytään pystyssä opasta jaettu ja tiedotettu kaatumisvaaroista. Myös liikuntakoordinaattori on muutamia kertoja vierailut asukastoiminnassa kertoen tasapainon tärkeydestä, jottei kaatuisi ja siitä keskustelua avoimesti arkipäivän kaatumisen vaaroihin liittyen kotona ja ulkona.

Kaatumisten ehkäisyä on edistetty myös seuraavin toimenpitein:

- Kaatumisen ehkäisy on nostettu esille Kuopion hyvinvointisuunnitelmassa. Vuosittaisessa hyvinvointisuunnitelman vuosiraportissa esitellään uusimpia tilastoja kaatumisiin liittyen. Lisäksi raportoidaan toteutunutta toimintaa.
- Liikkumisen edistämisen toimenpiteet, kuten Liikkuva Kuopio -ohjelman laatiminen ja toimeenpano, liikuntaneuvonta, liikuntaryhmät ja ikääntyneille suunnatut liikkumiseen liittyvät tapahtumat.
- Ehkäisevän päihdetyön toiminnot, kuten pakka-toiminta ja viestintätoimenpiteet.
- Kaupunkiympäristön toimenpiteet, kuten esteettömyys kaupunkisuunnittelussa ja kaupunkiympäristön kunnossa pitoon liittyvät toiminnot.



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

**SAVONIA**  
ammattikorkeakoulu

### **AKE-Savonia**

#### **Savonia ammattikorkeakoulu, terveysala**

**Vastuhenkilö:** fysioterapian lehtori Saijamari Hiltunen

Savonia–ammattikorkeakoulussa on vuonna 2023 jatkettu opetussuunnitelmien mukaista koulutusta kaatumisten ehkäisystä sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden tutkinto-ohjelmissa eri opintojaksoilla. Kaatumisten ehkäisy huomioidaan Savonian omassa työelämälähtöisessä harjoittelupaikassa Wellness Centerillä (ent. Viretori) erityisesti iäkkäiden ja neurologisten asiakkaiden kanssa työskennellessä. 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 osana 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. Syksyllä 2023 aloitettiin uusi fysioterapiaopetuksen Kuntoutus -harjoitteluun integroitu yhteistyö Wellness Centerin kanssa. Wellness Centerille hakeutui kotikuntoutusasiakkaisiksi iäkkäitä kotona itsenäisesti tai omaishoitajan kanssa asuvia henkilöitä, joiden luona toisen vuoden fysioterapeuttiopiskelijat toteuttivat kotikäyntejä yhteensä 7 kertaa syys-joulukuun aikana. Kolmella viimeisellä käynnillä oli mukana myös ensimmäisen vuoden ensihoitajaopiskelijoita. Fysioterapeuttiopiskelijat hyödynsivät kotikuntoutusasiakkaiden ohjausmateriaalina mm. Pysytään pystyssä -opasta ja Kävely kevyemmäksi -harjoitteluohjelmaa, mikäli havaitsivat SPPB-testissä heikkoa tasapainoa tai alaraajojen voimaa. Kotikuntoutukseen yhdistyy saman lukukauden Esteettömyys -opintojakso, jossa harjoitellaan arvioimaan liikkumisen apuvälineiden käyttöä ja kodin esteettömyyttä. Lisäksi hoitotyön opiskelijat suorittavat yhteistyössä Wellness Centerin kanssa Arjen toimintakyvyn tukemisen opintojakson, jossa kartoitetaan muun muassa kotona asuvan asiakkaan arjessa selviytymistä, tasapainoa ja liikkumiskykyä.

Potilassiirtojen ergonomiaopetus kuuluu osaksi kaikkia terveydenhoitoalan tutkinto-ohjelmia ammattiryhmän työnkuva huomioiden (fysioterapeutit, sairaanhoitajat, bioanalyttikot, ensihoitajat,



## Alueellinen kaatumisten ehkäisyverkosto, AKE Toimintakertomus

röntgenhoitajat, suuhygienistit, kättilöt, 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. Bioanalytikoiden potilassiirroissa on puolestaan huomioitu pyörtyvän potilaan turvalliset siirtymiset ja ennakointi, ettei potilas pääse kaatumaan huonovointisuuden vuoksi esimerkiksi verinäytteitä otettaessa.

Fysioterapeutin koulutuksessa pureudutaan monilla opintojaksoilla toimintakyvyn arviointiin ja tasapainon ja lihasvoiman harjoittamiseen. Lisäksi fysioterapeutin tutkinto-ohjelmassa on 3 opintopisteen kokonaisuus ikääntyneen fysioterapiasta kolmantena lukuvuonna. Opintojaksolla käydään läpi laaja-alaisesti ikääntyneen toimintakyvyn arviointia ja fyysistä harjoittelua. 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 tarkastuslistaa. Lääkehoidon 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 on jatkunut vuonna 2023. Lisäksi Äijö toimii mukana EIP- ja AHA-ryhmässä Euroopan tasolla ja ollut mukana työryhmässä suomentamassa maailmanlaajuisia kaatumisen ehkäisyn suosituksia.