

# Argumentationstrimning

Datum: 2020-08-17

Rubrik: Arbete mot fallolyckor

## Fakta

Det finns en rad utredningar som pekar på att fallolyckor är kostsamma och kan förebyggas. Inga förslag har egentligen verkställts. Jämför detta med de stora resurser som går till nolltolerans mot olyckor i trafiken, trots att fallolyckor drabbar fler. Det är åldersdiskriminering.

Varje år hamnar nästan 70 000 personer på sjukhus till följd av en fallolycka. Inkluderat patienter som får hjälp i den öppna vården, till exempel på akuten, så handlar det om cirka 300 000 personer per år som råkar ut för en fallolycka, enligt Socialstyrelsen.

Den vanligaste orsaken till en fallolycka är att man snubblar eller halkar. Oftast sker det i den egna bostaden. Bland äldre inträffar 75 procent av skadorna i hemmet. Sladdar, trösklar och hala golv är vanliga fallorsaker. Vanligt är också olyckor i samband med att man balanserar på en stol eller en stege för att byta glödlampa, ordna med gardiner eller tvätta fönster.

Över 70 procent av alla som läggs in på sjukhus till följd av en fallolycka är över 65 år. Varje år dör omkring 1 000 personer efter en fallolycka. Enligt Trafikverket dog 223 personer i trafikolyckor 2019.

Ingen vet exakt hur mycket pengar som fallolyckorna kostar. Den senaste beräkningen gjordes av MSB år 2010. Då, för tio år sedan, var kostnaden 22 miljarder kronor. Det inkluderar direkta kostnader som uppstår på grund av olyckan, men även indirekta kostnader som till exempel uteblivna inkomster till följd av sjukskrivningar. År 2020 är summan sannolikt betydligt större.

Jämförelse av andra samhällskostnader i kronor (SCB 2019):

- Äldreomsorgen - 125 miljarder
- Skolan - 276 miljarder
- Försvaret - 65 miljarder
- Migrationen - 65 miljarder

Statistik om fallolyckor per region finns på: <https://www.socialstyrelsen.se/stod-i-arbetet/aldre/aldres-halsa/fallolyckor/statistik-om-fallolyckor/> och <https://www.folkhalsomyndigheten.se/folkhalsorapportering-statistik/tolkad-rapportering/folkhalsans-utveckling/resultat/halsa/fallolyckor-bland-aldre/> samt <https://vardenisiffror.se/indikator?metadatameasure=478a70d7-e93d-4bf8-8cab-719f8a356d08>

## Varför är det viktigt att förebygga fallolyckor?

Fallolyckor innebär ofta lång rehabiliteringstid och stora samhällskostnader. Skadorna är inkörspporten till en oönskad "karriär" inom sjukvården. Dessutom uppstår ett stort personligt lidande och oro för närstående. Det är inte ovanligt att kvinnliga släktingar går ned i arbetstid, och

så uppstår en klassisk kvinnofälla där skötsel av barn och hem *samt* skötsel av gamla föräldrar leder till stress, utbrändhet, lägre pension och ojämställdhet.

### Det viktigaste vi gjort

- Visat att det finns effektiva förebyggande åtgärder
- Visat att fler dör av fall än alla andra typer av skador tillsammans
- Vi ha varit med om att starta en kraftsamling för att förebygga fall
- Påverkat för att få fram statistik. Statistik är en av de viktigaste förutsättningarna för att kunna bekämpa skador. Nu finns det också statistik för fall och fallskador. För kommun och region är det möjligt att ta reda på hur många som behöver vård på grund av fall, hur det gick till och vilken skada som uppstått.

### Det här vill vi driva lokalt/regionalt

1: Vi behöver månatlig statistik så vi ser hur de är hos oss i kommunen/regionen.

2: Målgrupperna måste få information och hjälp att förstå och förebygga risker. Detta är en utbildnings- och "tjat"-fråga gentemot äldre och anhöriga. Det får inte vara fult eller skambelagt att be om hjälp. Anlita fixartjänster genom kommunen eller kommersiella aktörer som Clas Ohlson med fler.

3: Vi behöver resurser för att följa upp effekterna av förändringsarbetet och ta fram ännu bättre förebyggande åtgärder.

### Det här kan vi bidra med

Som pensionärsorganisation kan vi ge tips och råd på temat. Vi vill samarbeta mer med kommun och region, eftersom vi inte når alla äldre. I dag samarbetar vi med bland annat Socialstyrelsen och SKR där vi ger ut informationsmaterial som tips och råd i projektet "Balansera Mera". Tillsammans har vi producerat en populär årskalender med information samt skriver om problemet i våra medlemstidningar.

### Knäckfrågor och våra svar

**Det är svårt att ta fram tillförlitlig statistik.**

**Svar:** För oss är det viktigt att alla de projekt som satts igång leder till förbättring. Fallolyckorna kostar miljarder. Det finns en stor besparingspotential. Fallolyckor är lätta att förebygga. Ingen större medicinsk kunskap krävs för detta.

**Det är en prioriteringsfråga. Vi saknar resurser. Hur ska vi ha råd att förändra miljö, införa träningsprogram, anställa personal som driver frågorna? Vi har ju redan minus i budgeten.**

**Svar:** Fallolyckor är lätta att förebygga. Ingen större medicinsk kunskap krävs för detta. Samhällets kostnader för fall och fallskador är enorma, 22 miljarder per år (MSB år 2010). Små insatser ger

stora möjligheter att spara nu och på sikt. Till exempel kan den lokala vårdcentralen informera om hur man undviker fallolyckor i samband med andra vårdbesök.

**Det är väl inte så konstigt att gamla ramlar?**

**Svar:** Det är en missuppfattning att fallolyckor är givna och inte kan förebyggas. Olika projekt visar att det är möjligt att minska fall och fallskador. När resurser behöver prioriteras är det viktigt att samla alla krafter; kommun, region, civilsamhälle, ideella föreningar, företag mm för att skapa en bestående förändring som minskar det enskilda lidandet och samhällets stora kostnader för fallskador.

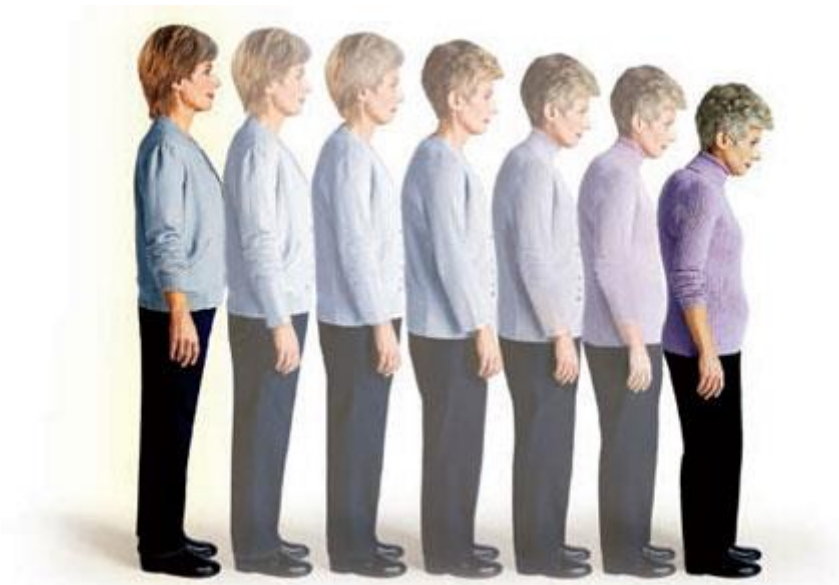
**Det är mycket som ska prioriteras och vi har få resurser, speciellt nu med Corona-krisen.**

**Svar:** Samhällets kostnader för fall och fallskador är enorma. 22 miljarder per år var kostnaden 2010 enligt MSB. Små insatser har stor möjlighet att spara pengar på längre sikt. Det är bättre att fördela resurserna annorlunda så att äldre inte hamnar i vårdkarusellen. Små enskilda projekt har visat att det effektivt går att minska fall och fallskador.

## Allmänna tips och medskick

Vad är benskörrhet – osteoporos.pdf

**Författare:** Peter Sandberg, [peter.sandberg@skpf.se](mailto:peter.sandberg@skpf.se), 073-025 29 65



## Vad är benskörhet- osteoporos?

**Inom SKPF arbetar vi ständigt med att motverka fallolyckor, som ofta är inkörsporten till en "karriär" inom sjukvården som patient. Vad innebär det att ha drabbats av olika frakturer och fått diagnosen benskörhet? Vad beror tillståndet på?**

Benskörhet, osteoporos, uppkommer när benvävnaden bryts ned snabbare än den nybildas. Tillståndet kallas också urkalkning, då benet lider av kalkbrist.

Benskörhet innebär att skelettet sämre klarar av påfrestningar exempelvis vid fall eller slag. Graden av skörhet bedöms utifrån bentätheten, som mäts med röntgenstrålning i en så kallad DXA-skanner (Dual energy X-ray Absorptiometry).

Bentätheten minskar vanligtvis med åldern. Från 40 år och uppåt försvinner årligen mellan en halv och en procent av bensubstansen. Snabbast går denna process hos kvinnor efter övergångsåldern.

Med åldern drabbas alla med ökande ålder av benskörhet, men den hastighet med vilken benet bryts ned är delvis genetiskt betingad. Läkarna har dessutom hittat riskfaktorer som accelererar förloppet, bland annat rökning och alkohol samt brist på D-vitamin och kalk i kosten.

Benskörhet i sig ger inte några problem, men eftersom benvävnaden är försvagad ökar risken för benbrott.

Benskörhet upptäcks ofta efter en oväntad fraktur på exempelvis underarmen eller genom att ryggraden sjunker ihop i takt med att ryggkotorna bryts ned.