

# Det goda seniorlivet

*Skadeförebyggande arbete i praktiken*



RÄDDNINGSG  
VERKET



Sveriges  
Kommuner  
och Landsting

© Sveriges Kommuner och Landsting

5 000 ex, mars 2006

Tryck: åtta.45, Stockholm.

Produktion: Ordförrådet AB

Foto: Två Bildare AB

# Innehåll

Inledning.....	2
Kristianstad	
Bättre utemiljö för tryggare vardag .....	4
Örnsköldsvik	
Samtal om hälsa skapar trygghet.....	6
Tjörn	
Brandfaddrar håller koll.....	8
Nyköping	
Utvidgade säkerhetsronder .....	11
Sammanfattning av enkäterna .....	14

# Inledning

Vi lever längre och är friskare längre. För de flesta är seniorlivet fyllt av olika aktiviteter, liv och rörelse. Medicinska framsteg, effektivare sjukvård och bättre levnadsförhållanden bidrar till det. Hög säkerhet och trygghet är också viktiga faktorer.

Som ett steg i arbetet med att förbättra säkerheten genomförde under hösten 2004 Sveriges Kommuner och Landsting tillsammans med Räddningsverket en kartläggning i kommuner och landsting över deras säkerhetsarbete riktat till äldre. Denna skrift ger en sammanfattning av kartläggningens resultat. Några exempel presenteras mera utförligt. Exempelen är valda utifrån hur man på olika sätt angripit säkerhetsproblemen. En fullständig redovisning av undersökningen kan fås från Räddningsverket.

Fallolyckor bland äldre leder till fler dödsfall, större antal inläggningar på sjukhus och fler besök på akutmottagningarna än någon annan typ av olyckor. Detta leder till ett stort personligt lidande och mycket stora samhällskostnader. Många behöver vård och omsorg hemma efter sjukhusvården i form av hemsjukvård och hemtjänst.

Ytterligare steg för att förbättra säkerheten tas nu; dels genom en serie konferenser våren 2006, dels genom en nationell databas. Databasen innehåller bland annat exempel på riskinventeringar och olika rapporteringsdokument som kan användas i den egna verksamheten. Dessutom kommer den att innehålla resultat av olika säkerhetsfrämjande projekt. Den blir tillgänglig för alla via en webbportal som beräknas öppnas under våren 2006. Redan nu finns över 500 olika dokument, hämtade från den kartläggning över säkerhetsarbete som denna skrift sammanfattar. Kommuner och landsting kan enkelt, via webben, skicka in material till nytta för andra som arbetar med skadeförebyggande arbete.

Databasen blir både en idébank och en praktisk hjälp att utforma det egna arbetet.

Det finns stora möjligheter att förbättra säkerheten bland äldre. Kartläggningen, konferenserna samt databasen är viktiga steg för att olika aktörer ska bli bättre på att förebygga olycksfall och därmed medverka till ett tryggare och säkrare samhälle.

*Ellen Hyttsten*  
Avdelningschef

Enheten för vård och omsorg  
Sveriges Kommuner och Landsting

*Elisabeth Söderberg*  
Avdelningschef

Räddningsverkets olycks-  
förebyggande avdelning

## Bättre utemiljö för tryggare vardag

Hur kan man forma utemiljön så att äldre kan röra sig säkert och tryggt? Vad finns det för hinder som gör att äldre avstår från en promenad, en bussresa eller att gå och handla på egen hand?

Svaren har de äldre själva. Därför är de nyckelpersoner i ett projekt i Kristianstad. "Kom så går vi" heter det och genomförs i samverkan mellan Vägverket Region Skåne, Kristianstads kommun, Lunds universitet och Lunds tekniska högskola. Projektet genomförs i en geografiskt avgränsad del i Kristianstad.

Flera delstudier har gjorts för att på olika sätt belysa vad de äldre tycker om sin utemiljö. Allra först fick samtliga äldre i området, 550 personer, en enkät via post. Därefter gjordes observationer på plats. En forskande arbetsterapeut genomförde promenader med olika äldre boende i området. De boende angav vad som var svårt samtidigt som forskaren observerade vilka hinder som fanns. Efteråt gjordes ytterligare en forskare en kartläggning av sådant som mätningar av gångbanors bredd, lutning, förekomst av bänkar med mera.

En rolig och viktig del var forskningscirkeln. Där deltog representanter för de boende, Vägverket, politiker, Skånetrafiken, kommunala förvaltningar, föreningar och fastighetsägare. Cirkeln leddes av forskare från Lunds Tekniska Högskola och det var de äldres erfarenheter som var den grundläggande resursen.

Livliga diskussioner med ett aktivt deltagande från alla intressenter ledde fram till ett konkret åtgärdsprogram. Det var framför allt två stråk som var särskilt viktiga, nämligen de som leder till områdets två dagligvaruafärer. Några exempel på åtgärder:



- Sänkt kantsten i alla gatukorsningar så att det är lätt att ta sig fram med rullator eller rullstol
- Bredare gångbanor
- Bättre cykelbanor separerade från gångbanor
- Trafiksignalerna ställs om så det blir grön gubbe längre
- Fler handikappvänliga bänkar
- Omläggning av busstrafiken så att hållplatserna blir mer tillgängliga

De äldre i bostadsområdet har visat stort intresse. Engagemanget har fortsatt och olika aktiviteter pågår för närvarande i bostadsområdet i de äldres egen regi. Det handlar både om promenadgrupper eller annan fysisk aktivitet, kultur- och hälsocirklar och ett omfattande arbete för att stödja fågellivet i bostadsområdet.

De äldres engagemang och delaktighet är de faktorer som är mest angelägna att framhålla för att kunna behålla och utveckla en god hälsa hos befolkningen.

Projektet kommer att utvärderas av LTH och Lunds universitet under 2006.

# Samtal om hälsa skapar trygghet

Det började i Bredbyn. Vårdcentralen där serverar cirka 5 000 personer i ett upptagningsområde lika stort som Blekinge. Kommunen är Örnsköldsvik i Västernorrlands läns landsting. 1999 drog man igång med hälsosamtal för seniorer. Alla som var 75 år eller äldre och bodde hemma erbjöds ett hembesök. Syftet: främja hälsa och skapa trygghet. Nu går man vidare och från och med i år får alla 75-åringar i kommunen ett erbjudande om besök.

– Vi vet ju att det är väldigt uppskattat, säger Peter Möllersvärd, som är hälsoplanerare vid primärvården.

Ungefär hälften av alla som får erbjudandet tackar ja. Personalen i Örnsköldsvik hoppas att det blir fler i takt med att hälsosamtalen nu blir en ordinarie del av verksamheten. Det ska inte vara så märkvärdigt. Hälsosamtalen genomförs i samarbete med polis och räddningstjänst. Rent praktiskt är det en sjuksköterska eller en arbetsterapeut från den egna vårdcentralen som genomför besöket, men man erbjuder ytterligare besök av en polis eller brandman, och ser till att det blir ett sånt besök om den äldre så önskar.

Sievert Melin och Karin Kristoffersson är båda distriktssköterskor i Bredbyn och har varit med från början.

– Det handlar mycket om att bygga förtroende, konstaterar Karin Kristoffersson. Även om de inte behöver hjälp just då, så är det inte ovanligt att de ringer senare.

Samtalen är strukturerade, men det är naturligtvis inte fråga om någon utfrågning, utan ett samtal, avpassat för just den man möter. Man pratar om hur det är med hälsan, berättar om hur man kan må ännu bättre, om mat och motion.

– Eftersom det är många som bär broddar, både på skor och käpp, kunde man ju önska att butikerna kunde sätta upp en ljugarbänk utanför ingången, så de hade någonstans att sitta när broddarna ska av och på, säger Karin Kristoffersson. För inne i affären får de inte bäras.



Att må bra handlar mycket om social gemenskap och senioren får tillgänglig information om kulturutbud och liknande. Något som är väldigt uppskattat är den tydliga telefonlista med namn och telefon om vart man vänder sig i olika frågor. Det är inte så lätt alla gånger att få fram vem som hjälper till med exempelvis hörselhjälpmedel eller matdistribution.

Många äldre äter en rejäl hög med olika hjälpmedel. Senioren tillfrågas alltid om hur det står till med det, och frågan om naturläkemedel glöms inte bort. Är det så att det finns läkemedel hemma som inte används så erbjuder man sig att ta med dem för destruktion. Det görs också en bedömning efter besöket om den äldre behöver en översyn av sina läkemedel.

Den som besöker senioren har med sig ett viktigt hjälpmedel: En ask tändstickor. Brandvarnaren testas alltid.

Det är svårt att bevisa effekten av dessa förebyggande samtal, har till exempel bränder kunnat förebyggas? Har uppföljning av läkemedelsanvändandet och säkerhetsronder i hemmen resulterat i färre fallskador etc. Känner sig seniorerna tryggare utifrån den information de fått om sjukvård, äldreomsorg, polis och räddningstjänst, och påverkar det i så fall hälsan på ett mätbart vis? De som utför hälsosamtalen, personalen på vårdcentralerna, tycker absolut att det känns som det gör nytta.

– Det är inte alls vetenskapligt, men vi konstaterade i alla fall att bland de tio äldre invånare i Bredbyn som råkade ut för frakturer under ett år, var det två som hade fått hembesök och åtta som tackat nej, berättar Sievert Melin.



## Brandfaddrar håller koll

På de fyra mest folkrika öarna i Tjörns kommun har varje äldre en egen brandfadder – om han eller hon vill. Det tar tid för insatsstyrkan att nå fram och förebyggande arbete är extra viktigt. Hasse Wikberg är ställföreträdande räddningschef och berättar om hur räddningsvärnets på öarna utvecklats.

– Alla känner varandra på öarna, och vi tänkte att om varje värnpersonal tog sig an en eller flera, så skulle vi täcka upp de flesta äldre.

Och så blev det. 12–14 man ingår i varje räddningsvärn. Det är ett frivilligt arbete med tjänsteplikt, men de har inga sökare eller annan speciell beredskap. Att vara brandfadder är inte så märkvärdigt. Det handlar om att ha lite extra koll, när man kanske ändå hälsar på. Brandvarnare delas ut och kontrolleras, batterier byts.

– Man håller kanske ett öga på hur det är, om någon börjar glömma kast-ruller på spisen och så där, berättar Hasse Wikberg.

Faddrarna bistår också med småsaker som att sanda lite om det är halt, hålla koll på värmepannan och också att lotsa vidare när det behövs.

– Jag hade ett samtal nyligen. Det var en av depåcheferna som hade två äldre som inte längre kunde höra när brandvarnaren tjöt. Då kunde han lotsa vidare till hjälpmedelscentralen, som har behövlig utrustning, säger Hasse.

Verksamheten har pågått i bortåt tio år, med varierande framgång. På senare år har man haft en enkel checklista med sig. En som är säker på att verksamheten skulle kunna utvecklas betydligt är Birgitta Rutgersson. Sedan årsskiftet jobbar hon halvtid med äldres säkerhet.

– Jag hoppas få räddningsvärnets med mig i att jobba lite bredare, säger hon. Birgitta Rutgersson har rykande färska checklistor till hjälp.

– De går minst en gång per år och kollar batterierna till brandvarnare. Då skulle de kunna titta lite bredare. Hur ser det ut i köket? Finns det trapp-

stege om något ska hämtas från överskåp? Finns det en spann med flis i farstun så de kan strö lite utanför när de ska hämta tidningen?

Nu ska Birgitta Rutgersson träffa alla i räddningsvärnets för att sprida den idén.

– Det är ett jättebra sätt att förebygga, så slipper seniorerna hamna på Kungälv's lasarett, säger hon.





*En timer på kaffebryggaren  
ökar säkerheten i hemmet.*

# Utvidgade säkerhetsronder

– Vi jobbar med säkerhet för alla, oavsett ålder. Det säger Lisa Åkesson, risk- och brandingenjör i Nyköping. Hennes kollega Gunbritt Lindfors är säkerhetssamordnare i kommunen och poängterar att delaktigheten är hög, vilket borgar för framgång.

Sedan 1997 har allt säkerhetsarbete haft sin hemvist hos Räddningstjänsten, med ett tätt samarbete med alla nämnder, liksom med landsting och länsstyrelse. Det var hösten 2003 som arbetet fick ny energi.

– Alla nämndordförande och många tjänstemän deltog i en utbildning ordnad av Räddningsverket och Karlstads Universitet, berättar Gunbritt Lindfors.

Utbildningen gavs på hemmaplan, och förutom fem universitetspoäng, gav den alla deltagare en samsyn och gemensam kunskapsbas. Det blev naturligt att gå vidare med ett brett handlingsprogram.

Det var en omfattande process, med deltagare från i stort sett alla sektorer i samhället.

– Kyrkan, fastighetsförvaltare, företrädare för pensionärer, Skavsta flygplats, minns Lisa.

Många diskussioner har lett fram till dagens arbetssätt.

– Myndigheters och experters sätt att arbeta gynnade inte säkerhetsarbetet. Det var svårt att veta vart man skulle vända sig. Och vi kom en och en med problemen, berättar Gunbritt.

Lösningen blev ett medvetet arbete med säkerhetsronder, där inte bara det som är lagstadgat togs med. Nu har samtliga 80 förskolor, skolor och äldreboenden i kommunen besökts, och man är inne på andra varvet.

– Vi jobbar i flera steg, alltid mot verksamhetschefen, säger Gunbritt.

Steg ett innebär att verksamheten får besök, man pratar om ronden och vad som är tanken. Alla anställda ska försöka hitta riskerna, fråga sig ”Vad är det som stör vårt arbete”.

– Blanketterna får ligga ungefär en månad. Vi brukar säga att det är bra att lägga dem i fikarummet, det är där frågorna kommer upp, säger Lisa.

– Vi påpekar också att inget problem är för stort eller för litet, fyller Gunbritt i.

Vid själva ronden är det återigen verksamhetschefen som har ordet. På bordet ligger blanketterna, som kan vara en bibba om allt mellan fem och trettio olika. Runt bordet sitter alla experter, och deras roll är att lyssna. När verksamhetschefen och personalen berättat, är det dags för att vandra runt.

– Vi vill se med egna ögon för att förstå, säger Gunbritt.

Det tar naturligtvis tid, men nu på andra varvet går det fortare. En annan skillnad är också att karaktären ändrats.

– Förr var det mycket felanmälan, men det tar man nu ansvar för löpande på ett annat sätt. Det svåra är kvar, sånt som är besvärligt och dyrt, säger Lisa

Ett exempel kan vara utrymmesbrist. På äldreboenden är alla medvetna om att man inte ska blockera utrymningsvägar, men samtidigt finns det ingenstans att lagra stora kartonger med förbrukningsmaterial.

– Jag tycker systemet fungerar väldigt bra, säger AnnKristin Mellgren, enhetschef för Rönnliden, ett mindre äldreboende några mil utanför Nyköping.

– Det fungerar bra med uppföljningen, varje månad före våra arbetsplats-träffar, går två stycken igenom läget med brandskydd och annat, berättar hon.

Hon tycker att hon och personalen har fått bra gehör för sina synpunkter.

Det kan vara svårt att få med brukarnas synpunkter på säkerheten. Ett sätt som varit framgångsrikt har varit att Räddningstjänstens personal deltagit i anhörigträffar. Lisa Åkesson har goda erfarenheter av det.

– Det är klart att man skulle kunna ta med dem mer i arbetet, men ofta är det svårt för dem att komma ifrån dagtid. Jag har varit med flera gånger, och både fått och gett synpunkter.



*Halkskydd under mattan kan  
förebygga många olycksfall*

# Sammanfattning av enkäterna

Kartläggningen av kommunernas och landstingens arbete med säkerhetsfrågor riktat till äldre personer genomfördes på två sätt. Dels som en enkät, dels som ett allmänt upprop där exempel på särskilda satsningar, projekt med mera samlades in. Ett stort antal goda exempel kom in, trots att endast 16 procent av säkerhetssamordnarna och 22 procent av social- eller äldreomsorgscheferna uppgav att man gjort någon särskild satsning på äldres säkerhet.

Samtliga kommuner och landsting tillfrågades. Tre grupper ingick i undersökningen, nämligen samtliga kommuners socialchefer eller äldreomsorgschefer, samtliga kommuners säkerhetssamordnare och landstingens samtliga enheter för samhällsmedicin.

I gruppen socialchefer var svarsfrekvensen 83 procent, bland säkerhetssamordnarna 66 procent och bland landstingen var svarsfrekvensen 100 procent.

Svaren kan i vissa fall vara svårtolkade, vilket bland annat beror på bortfall och missuppfattningar av frågor.

## **Policy och planer**

Frågorna till kommunernas social- eller äldreomsorgschefer handlade mycket om det fanns en skriven policy eller någon annan typ av samordnat arbete eller handlingsprogram där säkerhetsåtgärder riktat till äldre ingår. Nära hälften har någon form av skrivet program, men bara 14 procent uppger att de har en antagen policy. 15 procent planerar att göra en sådan.

Kartan på nästa uppslag anger socialchefernas svar på frågan om policys för äldres säkerhet. Som exempel på handlingsprogram eller samordnat arbete nämner kommunerna till exempel projekt och verksamheter in-



riktat på fallskadeprevention, fixartjänster, broschyrer och informationskrifter, identifiering av riskpatienter, arbetssätt för olycksförebyggande arbete i hemtjänsten med mera.

På frågan om det finns särskilda medel avsatta för arbetet med äldres säkerhet svarade en majoritet, 91 procent, nej. Det vanligaste är att man arbetar med allas säkerhet, yngres såväl som äldres.

När det gäller utbildning för personal i hemtjänsten anger nära 75 procent att säkerhetsfrågorna beaktas. Ungefär en tredjedel av dem som svarat utvärderar också arbetet. Ytterligare 14 procent planerar att börja med det. Det innebär att i hälften av alla kommuner vare sig utvärderas eller planeras att utvärdera säkerhetsarbetet.

### **Samverkan och samarbete**

En viktig samarbetspartner för kommunerna är de lokala pensionärsorganisationerna. Drygt hälften av kommunerna anger dem som samverkanspartner. Primärvården och räddningstjänsten kommer också högt, medan polis, studieförbund, kyrka m.fl inte är så frekventa. 17 procent av kommunerna anger att de samarbetar med länsstyrelserna och deras äldre-skyddsombud.

En fjärdedel av kommunerna uppgav att de inte samverkar med anhöriga och en femtedel att de inte samverkar med de äldre.

### **Statistik och metod**

Det finns flera sätt att hitta risker för äldre. Det vanligaste, enligt kartläggningen, är via olycks- och tillbudsrapportering och avvikelserrapportering. Nästan alla kommuner, 89 procent, utnyttjar avvikelserapporteringen för att förebygga skador.

I kartläggningen framgick att många landsting arbetar med lokal registrering av alla typer av skador. De sammanställer skadestatistik per kommun, skriver rapporter med analyser och slutsatser. Endast en tredjedel anger att de stöder kommunerna med denna statistik. 40 procent av kommunerna anger att de nyttjar landstingets statistik. När det gäller annan statistik än landstingens nämns bland annat Vägverkets, Socialstyrelsens och egen statistik. En dryg fjärdedel av kommunerna analyserar eller jämför sin skadestatistik med andra kommuner, länet eller riket.

## Säkerhet i vissa miljöer

Fokus läggs i första hand på säkerhet i butiks- handels- och serviceområden. 82 procent av kommunerna svarar ja på frågan om särskild vikt läggs på säkerhet där. På andra plats kommer säkerhet i bostäder eller bostadsområden för särskilt boende, 73 procent. Några exempel som anges är

- Särskild uppmärksamhet vid nybyggnation
- Samarbete med brottsförebyggande rådet
- Samarbete med bostadsbolag och samhällsplanerare

En fråga till kommunernas social- eller äldreomsorgschefer gällde huruvida räddningstjänsten arbetade med att förbättra säkerheten för äldre. De flesta som svarade ja angav att deras arbete var koncentrerat till särskilt boende och i första hand handlat om brandsyn samt utbildning av personal i brandskyddsarbete.







De allra flesta äldre återfinns i eget boende. Beaktas äldres särskilda behov när det gäller hissar, trösklar, belysning till soprum etc.?

Nej, inte i någon nämnvärd utsträckning, varken vad gäller kommunernas egna insatser eller i samverkan med bostadsföretagen.

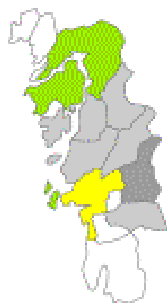
Ett projekt som fått stor uppmärksamhet är "Fixar-Malte". Höganäs kommun har anställt en vaktmästare som utan kostnad för den äldre hjälper till med sådant som lampbyte eller sätta upp gardiner. Tanken är att undanröja situationer där det finns risk för den äldre att ramla och slå sig. Höganäs tycker att det en god investering som både sparar kostnader för kommunen och minskar fysiskt och psykiskt lidande för de äldre.

En fullständig redovisning av enkäten kan fås från Räddningsverket.

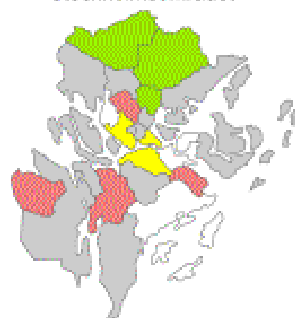
*På frågan om det i er kommun finns en skriven policy för äldre personers säkerhet fördelar sig svaren på följande sätt*

	Ja	( 31 kommuner)
	Nej, men planeras	( 37 kommuner)
	Olika svar	( 6 kommuner)
	Nej	(157 kommuner)
	Ej besvarat frågan	( 6 kommuner)
	Berörs ej / Ej svarat Enkät	( 53 kommuner)

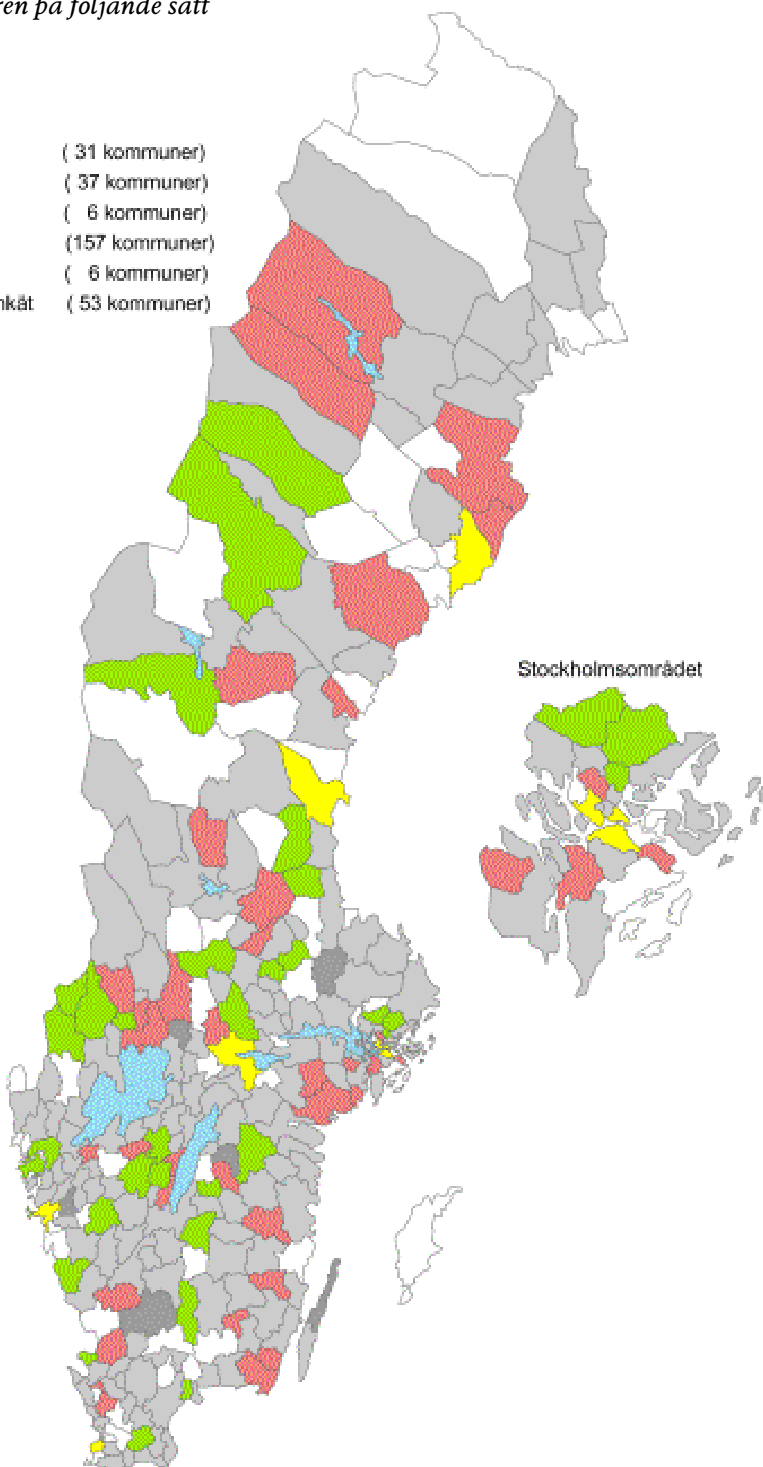
Göteborgsområdet



Stockholmsområdet



Malmöområdet



## **Det goda seniorlivet** *Skadeförebyggande arbete i praktiken*

**Det finns stora möjligheter** att förbättra säkerheten för de äldre medborgarna. Denna skrift ger ett antal goda exempel på hur man kan göra.

Dessutom redovisas en sammanfattning av en stor kartläggning över kommunernas och landstingens säkerhetsarbete riktat mot äldre.

Trycksaker från Sveriges Kommuner och Landsting  
beställs på [www.skf.se](http://www.skf.se) eller på  
tfn 020-31 32 30, fax 020-31 32 40.

isbn 91-7164-122-X  
Pris 30 kr/st. Moms, porto och expeditonsavgift tillkommer.



**Sveriges  
Kommuner  
och Landsting**

118 82 Stockholm, Besök Hornsgatan 20  
Tfn 08-452 70 00, Fax 08-452 70 50  
[info@skf.se](mailto:info@skf.se), [www.skf.se](http://www.skf.se)

*Svenska Kommunförbundet och Landstingsförbundet i samverkan*