

## **UPADKI JAKO PROBLEM GERIATRYCZNY**

Maria Kolomecka

Pracownia Gerontologii UM

- DOTYCZĄ 33% PACJENTÓW AMBULATORYJNYCH, 20% HOSPITALIZOWANYCH I 45% REZYDENTÓW DOMÓW OPIEKI
- W WYNIKU 10-14% UPADKÓW DOCHODZI DO URAZÓW STANOWIĄCYCH ZAGROŻENIE ŻYCIA (w 50% do złamań, z czego 1% stanowią złamania w stawie biodrowym)
- PRZYCZYNY ZEWNĘTRZNE UPADKÓW (33-55%) - nieodpowiednie sprzęty, oświetlenie, przeszkody, obuwie itd.
- PRZYCZYNY WEWNĘTRZNE UPADKÓW ZWIĄZANE ZE ZMIANAMI STARCZYMI- pogorszenie sprawności układu nerwowego, mięśniowego, pogorszenie narządu wzroku i słuchu
- PRZYCZYNY WEWNĘTRZNE ZALEŻNE OD STANÓW CHOROBOWYCH - schorzenia układu nerwowego i sercowo-naczyniowego, schorzenia układu ruchu, napady atoniczne (drop attacks), powikłania farmakoterapii, polipragmazja, leki psychotropowe

## **UPADKI JAKO PROBLEM GERIATRYCZNY**

- OCENA CHOREGO PO UPADKU - WYKLUCZENIE OSTRYCH URAZÓW, USTALENIE PRZYCZYNY I OKOLICZNOŚCI UPADKU NA PODSTAWIE WYWIADU, DOKŁADNE BADANIE FIZYKALNE
- MOŻLIWOŚĆ ZAPOBIEGANIA UPADKOM - OCENA MIEJSCA POBYTU, KONTROLA I MODYFIKACJA TERAPII, INSTRUKTAŻ PRAWIDŁOWYCH ZACHOWAŃ, ZASTOSOWANIE SPRZĘTÓW POMOCNICZYCH - MOGĄ ZMNIEJSZYĆ RYZYKO UPADKÓW O OK. 30 %

## **■REHABILITACJA**

- UTRZYMANIE LUB PRZYWRÓCENIE ZDOLNOŚCI DO PRAWIDŁOWEGO FUNKCJONOWANIA, POPRAWA JAKOŚCI ŻYCIA. OPARTA NA KINEZYTERAPII I FIZYKOTERAPII
- DZIAŁANIA OGÓLNIE USPRAWNIAJĄCE, DOSTĘPNE DLA WSZYSTKICH OSÓB STARSZYCH
- INDYWIDUALNIE OPRACOWANY PROGRAM REHABILITACJI ZAKŁADAJĄCY ROZWIĄZANIE KONKRETNEGO PROBLEMU BĄDŹ GRUPY PROBLEMÓW
- POMOCE ORTOPEDYCZNE POPRAWIAJĄCE STABILIZACJĘ KRĘGOSŁUPA, KOŃCZYN LUB TUŁOWIA, UMOŻLIWIAJĄ ROZWINIĘCIE MECHANIZMÓW KOMPENSACYJNYCH - SPRZĘT ORTOPEDYCZNY, BALKONIKI, GORSETY
- PRAWIDŁOWE OBUWIE, ADAPTACJA POMIESZCZEŃ
- POSTĘPOWANIE USPRAWNIAJĄCE PO UPADKU

**OCENA RYZYKA UPADKÓW (TINNETI SF) (skala).....**