

Yli 64-vuotiaiden ja liikuntarajoitteisten kuntalaisten omien talvikenkien nautoittaminen

lilavamn 28.11.2023 § 39
69/00.01.03.00/2023

lin Vanhus- ja vammaisneuvosto pilotoi ikäihmisten ja liikuntarajoitteisten kuntalaisten omien talvikenkien nautoituksen ajalla 1.12.2022 – 31.3.2023.

Operaatio Nasta aloitettiin joulukuussa yli 70-vuotiaiden osalta ja maaliskuussa ikää laskettiin yli 65-vuotiaisiin kuntalaisiin. Pilotin aikana töissä oli palkkatuella henkilö, eri kylät sekä yhdistykset lähtivät kampanjaan mukaan, jolloin nastakiertue tavoitti kuntalaisia laajasti eri kylillä. Operaatio Nasta pilotissa nautoitettiin yli 300 kenkäparia. Käytettyjen nastojen lukumäärä oli noin 16/kenkä, jotta saatiin kaatumista ennaltaehkäisevä tulos. Kaikkiaan nastoja käytettiin pilotin aikana yhteensä 9000 kpl. Nastoina käytettiin 9 mm ja 12 mm nastoja – pienemmät kevyempään liikkumiseen ja isommat esim. vaellus- ja metsätyötyyppiseen liikkumiseen. lin kunta on haja-asutusvaltainen sekä omakotitalovaltainen, joten luonnossa liikkuminen sekä erilaiset halkohommat ovat normaalia ikääntyneiden liikuntaa, joten oli perusteltua nautoittaa tarvittaessa kahdet kengänpohjat/henkilö.

Kaatumisista ja putoamisista johtuvat kuolemat ovat iäkkäillä hyvin yleisiä. Kuolemaan johtaneita kaatumisia ja putoamisia tapahtuu muuten enemmän miehille, mutta 85-vuotta täyttäneiden ikäryhmissä naisille. Kuitenkin väestöön suhteutettuna kuolemia tapahtuu kaikissa iäkkäiden ikäryhmissä miehille enemmän kuin naisille. Riski nousee merkittävästi 85-vuotta täyttäneillä. Noin 4 %:ssa iäkkäiden kaatumis- ja putoamiskuolemista on kirjattuna päihtymys.

Hyte-indikaattoreista seurataan kaatumisen vaikutuksia hyvinvointiin;

- Kaatumiset
- Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitajaksot 65-vuotta täyttäneillä
- Lonkkamurtumat 65-vuotta täyttäneillä, %

Miten voit estää kaatumisen?

- Kartoita kaatumisen vaaratekijät ja puutu niihin?
<https://ukkinstituutti.fi/aineistot/sahkoinen-kaatumisvaaran-itsearviointikysely/>
- Voit tehdä sähköisen kaatumisvaaran itseservoinnin?
<https://ukkinstituutti.fi/aineistot/tarkistuslista/>
- Säilytä sosiaaliset suhteet ja elinpiiri
- Liiku säännöllisesti ja monipuolisesti
- Käytä hyviä jalkineita ja liukuesteitä tai nautoita omat ulkojalkineesi
- Ota apuvälineitä käyttöön oikea-aikaisesti

lin vanhus- ja vammaisneuvosto on lähestynyt pe 17.11.2023 Pohteen Kuntouttavan työtoiminnan lin yksikköä ja käydyn keskustelun perusteella käynnistämme joulukuussa 2023 alkaen Operaatio Nasta64 pilotin.

Yhdyspintayhteistyö lin kunnan ja Pohteen sekä järjestöjen välillä kaatumisten ennaltaehkäisemiseksi.

lin kunnan hyvinvointipalvelut tehtävät:

- Yhteistyön kehittäminen
- hankkii nastat – n. 5000 kpl 12 mm – jäljellä syksyllä 2022 ostettuja 9 mm nastoja
n. 5000 kpl. Luovuttaa akkuporakoneen nautoituskäyttöön
- kampanjan markkinointi – lehti-ilmoitukset ja julisteet sekä some

Pohteen Kuntouttavan työtoiminnan tehtävät:

- Yhteistyön kehittäminen
- Työvoiman organisointi nastroitukseen
- Nastroitus Nätteporin lin kirjaston aulassa, Laitakuja 4 ja Kuivaniemi-talolla

lin vanhus- ja vammaisneuvoston jäsenyhdistysten tehtävät:

- Yhteistyön kehittäminen
- Tiedotus ja viestin välittäminen kuntalaisille

Päätösesitys Merkitään tiedoksi.

Päätös Merkittiin tiedoksi.