

תכנית לצמצום נפילות בקרב הגיל השלישי

דלית ציפל R.N, M.Sc ראש תחום הטיפול בזקן, ובחולה הכרוני, כללית
רות ברוך R.N, M.A, BSN ראש אגף סיעוד בקהילה, שרותי בריאות כללית

רקע:

נפילה הינה תסמונת גריאטרית המהווה איום משמעותי על בריאות ואיכות חיו של האדם הזקן, מרבית הנפילות מסתיימות ללא חבלה משמעותית אך חלקן עלול להסתיים בחבלות, שברים ולעיתים אף מוות. בסקר של משרד הבריאות (2019) נמצא כי 1 מתוך 4 בני 65 ומעלה בישראל מדווחים שנפלו לפחות פעם אחת בשנה החולפת, כאשר שכיחות הנפילות עולה עם הגיל. שיעור הנפילות בקרב בני 65+ הינו 23.8% ומגיע ל 29.8% בקרב בני 80+. כ- 45% מהנפילות מתרחשות בתוך הבית. כ- 50% מבני 65 ומעלה מדווחים על פחד מפני נפילות כאשר אנשים שנפלו בעבר מדווחים יותר על נפילות.

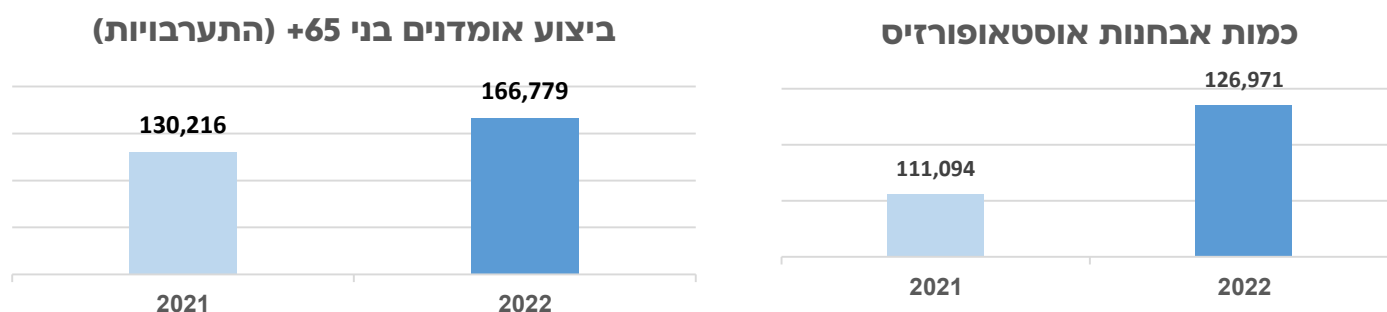
המטרה:

צמצום גורמי סיכון ותחלואה הנלוות לנפילות בקרב מטופלים בגיל השלישי (65 ומעלה)

השיטה:

כללית בנתה מודל ממוחשב המאתר את אוכלוסיית הקשישים בסיכון להידרדרות המתבסס על פרמטרים בריאותיים: תפקוד, קוגניציה, תזונה, תרופות, מחלות כרוניות. נכתב מתווה פעילות רב ציוותי למניעת נפילות: 1. ביצוע סקר נפילות ראשוני ובהתאם לממצאי הסקר ביצוע אומדן נפילות get up & go. 2. הערכה כוללנית של גורמי הסיכון השונים לנפילות 3. בניית תכנית התערבות אישית, רב מקצועית הממוקדת במניעת נפילות: איזון מחלות, קידום אורח חיים בריא, בדיקת בטיחות מתאר הבית, המלצה על ציוד עזר, תרופות, הפניה לפיזיותרפיה, הערכה תזונתית, קוגניטיבית והתערבויות בהתאם לצרכים בריאותיים. 4. העלאת מודעות ומיומנות לטיפול ע"י הכשרות לצוותים מטפלים ומטופלים ובני משפחה. 5. פיתוח שירותים בקהילה במטרה לצמצם אשפוזים ולמקד את ההתערבות בבית המטופל כגון יחידות לטיפול בית, אשפוז אקוטי

ממצאים:



מסקנות:

פעילות ממוקדת ומקצועית של צוות רב מקצועי מקדמת בריאות ואיכות חיים, מביאה לדחיקת תלות ושומרת על תפקוד של האוכלוסייה המבוגרת.