

Vastaus aloitteeseen lonkkamurtumien ennaltaehkäisemiseksi

Kiitos teille aloitteestanne siitä, että Siun sote selvittää ja ryhtyy välittömiin toimiin laitoksissa, myös kotihoidon puolella, lonkkasuojahousujen/-vöiden hankkimiksi, jotta mahdollisimman moni lonkkamurtuma voitaisiin ennalta ehkäistä. Kaatumisen ehkäisy ja siihen liittyvä työ nähdään tärkeänä Pohjois-Karjalan hyvinvointialueella.

Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen alueella on tehty järjestelmällistä yhteistyötä kaatumisen ehkäisyksi jo vuodesta 2015 lähtien. Kaatumisen ehkäisyn työhön on keskeisesti kuulunut tiedon lisääminen ja osaamisen lisääminen. Kaatumisen ehkäisy on mukana hyvinvointialueen, kuntien ja järjestöjen kanssa juuri käynnistyneessä Voimaa vanhuuteen ohjelmassa. Erilaisia lonkkasuojaimia on ollut käytössä hyvinvointialueen iäkkäiden palveluissa, viime vuosina vähemmän.

Lonkkasuojaimiin liittyen löytyy paljon tutkittua tietoa. Lonkkasuojaimilla suojataan luuta ja pehmennetään kaatumisen aiheuttamaa iskua. Tutkimustiedon (Cochrane-katsaus) mukaan lonkkasuojainten käyttö vähentää lonkkamurtumia laitoshoidossa tai palvelukodeissa asuvilla henkilöillä eli erityisen korkeassa kaatumisen riskissä olevilla iäkkäillä henkilöillä (Kannus 2007; Santesso ym., 2014). Tutkimustiedon mukaan hoiva-asumisessa lähes kaikki asiakkaat ovat korkeassa kaatumisriskissä (Montero-Odasso ym., 2022). Lonkkasuojaimien käytöllä ei näyttäisi olevan vaikutusta lonkkamurtumien ilmaantuvuuteen kotona asuvilla iäkkäillä henkilöillä (Santesso ym., 2014). On kuitenkin mahdollista, että lonkkasuojat vähentävät lonkkamurtumia myös kotona asuvilla erityisen suuressa kaatumisen ja murtumien riskissä olevilla iäkkäillä henkilöillä (erityisesti osteoporoosia sairastavat henkilöt) (Piirtola, 2017).

Cochrane-katsauksen mukaan näyttö lonkkasuojainten käytöstä syntyviin lantionseudun tai muihin murtumiin sekä lisääntyneisiin kaatumisiin on heikko (Santesso ym., 2014). Lonkkasuojien käyttöön on raportoitu haittavaikutuksia enintään 5 % käyttäjistä, mutta halukkuus käyttää lonkkasuojia (37–72 %) ja niiden käyttöaste (20–92 %) on alhainen (Kannus 2007; Santesso ym., 2014; Piirtola, M. 2017).

Lonkkasuojainten suurin haaste on käyttömyöntyvyydessä (Kannus, 2007; Piirtola, 2017). Lonkkasuojien tuleekin olla henkilön omien mittojen mukaiset ja henkilökohtaiset. Käyttömyöntyvyydessä ja käytössä iäkkäiden omaisilla ja hoitajilla on tärkeä rooli (Kannus ym. 2007).

Lonkkasuojien käyttökustannukset muodostuvat suojien hankinnasta, joita asiakasta kohden tulisi olla vähintään kahdet. Näin pystytään varmistamaan suojien käyttö jatkuvasti sekä suojainten pesu. Lonkkasuojaimia on markkinoilla runsaasti eri malleja. Jotta varmistetaan suojaimen käyttömukavuus ja käyttö, tulisi suojaimet valita yksilöllisesti. Lonkkahousujen hinnat verkkokaupoissa vaihtelevat 55–113 €:n välillä (sisältää alv:n) ja lonkkavöiden 79–147 €. Iäkkäiden ympärivuorokautisessa asumispalvelussa asukkaita oli 31.1.2025 1909 henkilöä (75 vuotta täyttäneitä 1660), yhteisöllisessä asumisessa 468 (413) ja perhehoidossa 50 (40). Kotihoidossa asiakkaita on noin 3000 henkilöä. Laskennallisesti kertahankintana, jos ympärivuorokautisen asumisen 50 %:lle asukkaista hankittaisiin 2 kpl lonkkasuojat (arvio 60 €/kpl), kustannusvaikutus olisi 114 540 €. Kotihoidon osalta lonkkahousut tulisi hankkia kaikille asiakkaille. Asiakkaita kotihoidossa on noin 3000, joten kustannusta tästä tulisi noin 360 000 €. Uusia asiakkaita tulee vuosittain esimerkiksi asumispalveluihin n. 1000 asukasta

Valtakunnallisten lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineiden luovutusperusteiden mukaan (2023), joka ohjaa Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen apuvälineiden luovutusperusteita, ennalta ehkäisevässä tarkoituksessa käytettäviä vartalosuojia (esim. lonkkahousut estämään murtumia kaaduttaessa) ei luovuteta lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineenä, vaan ne luetaan tavanomaisiksi kuluttajatuotteiksi saataviksi vartalonsuojiksi. (STM, 2023).

Asumispalvelu ja kotihoidon palvelut eivät sisällä henkilökohtaisia hygieniatarvikkeita ja hoitotarvikkeita eikä vaatteita tms. henkilökohtaisia tarvikkeita (Ikäihmisten asumispalvelut. Myöntämisen perusteet ja sisältö 1.1.2023 alkaen). Lonkkasuojien sisällyttäminen asumispalvelun tai kotihoidon asiakasmaksuun ei ole tarkoituksenmukaista, ja johtaa arvioon myös muiden suojien ja hoitotarvikkeiden maksuttomuudesta. Kun arvioidaan lonkkasuojien hankinnan, logistiikan ja puhdistamisen kustannuksia ei hyvinvointialueella ole tarkoituksenmukaista lähteä näitä hankkimaan kaikille asiakkaille.

Lonkkamurtumien ehkäisyssä kaatumisen ehkäisy on tärkein murtumia ennalta ehkäisevä toimenpide. Pohjois-Karjalan hyvinvointialueella noudatetaan kaatumisen ehkäisyssä AKE-Pohjois-Karjala toimintasuunnitelmaa, jossa kaatumisen ehkäisy nojaa näyttöön perustuvaan toimintaan ja Maailmanlaajuisiin kaatumisen ehkäisyn suosituksiin (Montero-Odasso ym., 2022). Kaatumisen ehkäisytoimet tulee kohdentaa yksilöllisen toimintakyvyn ja kokonaistilanteen mukaan (Lonkkamurtumat, Käypä hoito). Pohjois-Karjalan hva:lla tehdään ikääntyneille, säännöllisen palvelun piirissä oleville RAI-arviointi kuuden kuukauden välein sekä aina toimintakyvyn muuttuessa. RAI-arvioinnissa osana kokonaisarviointia arvioidaan myös asiakkaan kaatumisriskiä, jonka perusteella asiakkaan kaatumisen ehkäisemiseksi suunnitellaan ja toteutetaan yksilöllisiä toimenpiteitä. AKE-PK – työryhmää järjestää säännöllisesti koulutusta henkilökunnalle kaatumisen ehkäisyyn liittyen.

Aloitteen johdosta suunnitellaan ikääntyneiden henkilöstölle koulutusta lonkkasuojien käyttöön liittyen, sekä aktivoidaan henkilökuntaa tekemään yhteistyötä asiakkaiden ja heidän läheisten kanssa yksilöllisesti asukkaan lonkkasuojien tarpeen arvioimiseksi. Olemme laittaneet tähän loppuun tutkimuksia asiaan liittyen, jos haluatte näihin tutustua tarkemmin.

Joensuu 28.2. 2025

Eija Rieppo

toimialajohtaja

Ikääntyneiden palvelut

Lisätietoja

Kannus, P. (2007). Iäkkäiden kaatumistapaturmien ja murtumien ehkäisy. Tampereen yliopisto.

Käypähoito. (16.10.2017). Lonkkamurtuma. Duodecim. Käypä hoito -suositus. Saatavissa:

<https://www.kaypahoito.fi/hoi50040#R90>

Piirtola, M. (2017). Lonkkasuojaimet lonkkamurtumien ehkäisyssä. Näytönastekatsaus. Duodecim. Käypä hoito.

Saatavissa: <https://www.kaypahoito.fi/nak07598>

Montero-Odasso, M. et al. (2022). World guidelines for falls prevention and management for older adults: a global initiative, Age and Ageing, Volume 51, Issue 9, September 2022, afac205, <https://doi.org/10.1093/ageing/afac205>

Santesso N, Carrasco-Labra A, Brignardello-Petersen R. (2014). Hip protectors for preventing hip fractures in older people. Cochrane Database Syst Rev 2014;:CD001255

Siun sote. (2022). Ikäihmisten asumispalvelut-myöntämisen perusteet ja sisältö. Myöntämisen perusteet ja sisältö 1.1.2023 alkaen. Saatavissa:

[https://siunsote.sharepoint.com/:w:/r/sites/Tiedostopankki/_layouts/15/Doc.aspx?sourcedoc=%7B331AA28B-F864-480C-A459-](https://siunsote.sharepoint.com/:w:/r/sites/Tiedostopankki/_layouts/15/Doc.aspx?sourcedoc=%7B331AA28B-F864-480C-A459-9EEE7D61CCD0%7D&file=Siunsote_ASPAL_TYOOHJE_Ikaihmisten_asumispalvelut_myontamisen_perusteet_ja_salto.docx&action=default&mobileredirect=true&DefaultItemOpen=1)

[9EEE7D61CCD0%7D&file=Siunsote_ASPAL_TYOOHJE_Ikaihmisten_asumispalvelut_myontamisen_perusteet_ja_salto.docx&action=default&mobileredirect=true&DefaultItemOpen=1](https://siunsote.sharepoint.com/:w:/r/sites/Tiedostopankki/_layouts/15/Doc.aspx?sourcedoc=%7B331AA28B-F864-480C-A459-9EEE7D61CCD0%7D&file=Siunsote_ASPAL_TYOOHJE_Ikaihmisten_asumispalvelut_myontamisen_perusteet_ja_salto.docx&action=default&mobileredirect=true&DefaultItemOpen=1)

Siun sote. (2024). Valtakunnalliset lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineiden luovutusperusteet 2023 – Opas apuvälinetyötä tekeville ammattilaisille ja ohjeita asiakkaille. Oppaaseen on kirjattu eri apuvälineryhmiä koskevat toimintakäytännöt Siun sotessa 1.9.2024 alkaen. Saatavissa:

https://siunsote.sharepoint.com/sites/Tiedostopankki/Tiedostopankki/Forms/AllItems.aspx?id=%2Fsites%2FTiedostopankki%2FTiedostopankki%2F4%2E%20Muut%20ohjeet%2FSiunsote_AVK_OHJE_Valtakunnalliset%20lääkinnällisen%20kuntoutuksen%20apuvälineiden%20luovutusperusteet%202023%20-%20Opas%20apuvälinetyötä%20tekeville%20ammattilaisille%20ja%20ohjeita%20asiakkaille%20Epdf&parent=%2Fsites%2FTiedostopankki%2FTiedostopankki%2F4%2E%20Muut%20ohjeet&p=true&ga=1

STM. (2023). Valtakunnalliset lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineiden luovutusperusteet 2023. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2023:13. Saatavissa:

https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/164725/STM_2023_13_J.pdf