

PREOPERATIVE TILTAK

- Informasjon til pasienten skriftlig og muntlig. Om mulig også pårørende
- Fylle ut NMS evt. Barthel-Index
- Fallvurdering (se vurderingsverktøy for fallrisiko vedlagt i prosedyren):
 - Har pasienten falt i løpet av de siste 3 månedene?
 - Hadde pasienten balanse- eller gangproblemer før innleggelse?
 - Muskelstyrke
- Sammen med sykepleier og lege skissere pasientens mål og plan for utreise:
- Hvor skal pasienten?
- Sosial status/nettverk
- Tidligere funksjon basert på NMS

OPERASJON

POSTOPERATIVE TILTAK

- Færrest mulig restriksjoner (se op.beskrivelse).
- Registrere basisaktiviteter f.eks CAS daglig.
- Mobilisering til sengekant, stående, gående helst innen 24 timer postoperativt.
- Tilby daglig fysioterapi/mobilisering, også for de med kognitiv svikt.
 - Instruere i øvelser i vektbærende stilling,
 - Trening på å reise sette seg, kle på seg, aktiviteter som gjør pasienten selvstendig,
 - Gangtrening.
- Vurder egnet ganghjelpemiddel.
- Trening av armer og skulderbue ved hjelp av strikker/ løse vekter eller egen kroppsvekt.

TILTAK VED UTREISE

- Teste funksjon ved utreise:
SPPB evt. bare modifisert reise/sette seg og 4 meter gangtest.
- Motivere til videre trening
- Epikrise:
 - Prefraktur funksjon.
 - Forløp og sluttstatus: tiltak, forflytning, selvstendighet, ganghjelpemiddel, styrke, bevegelighet, smerter.
 - CAS skår kopieres inn.
 - Sit to stand resultat.
 - 4 meter gangtest resultat.
 - Videre kontroller/ mål for rehabilitering.
 - Dokumentere funn fra Fallvurdering vurdert ved utreise og evt henvisning til Fallpoliklinikk.
 - Deltar pasienten i noen forskning studie.

TILTAK ETTER UTREISE

- Vurdere funksjon f.eks SPPB, TUG, fortsette med CAS registrering.
- Trening av muskelstyrke gjennom progressiv styrketrening 2- 3 ganger pr. uke ved hjelp av steptrening, trening i apparater, løse vekter, strikker, evt egen kroppsvekt.
- Multimodal trening inkludert gangtrening , funksjonstrening, statisk og dynamisk balansetrening.
- Oppfølging av resultat etter utredning ved fallpol.kl