

Az időskori balesetek terhe

Bényi Mária

EUNESE konferencia
Budapest, 2007. március 6.

EUNESE

European NETwork for Safety among Elderly

= Európai Hálózat az Időskorúak Biztonságáért

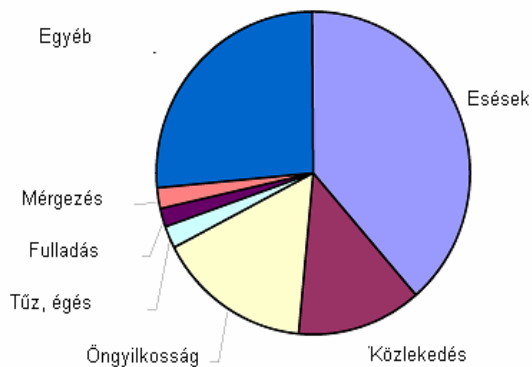
- ❑ EUNESE, DG SANCO project
- ❑ koordinálja: Centre for Research and Prevention of Injuries (CEREPRI), Athens University, Greece
- ❑ 31 partner 23 EU/EGT országból, 2004 óta együttműködve 5 munkacsoportban (WG)
- ❑ WG3 –pilot projectek Magyarországon (Görögország, Lengyelország, Olaszország)
 - Szociális otthonokban élő idősek baleset-megelőzése
 - Egyedül élő idősek baleset-megelőzése

Miért kell foglalkozni az időskori balesetekkel?

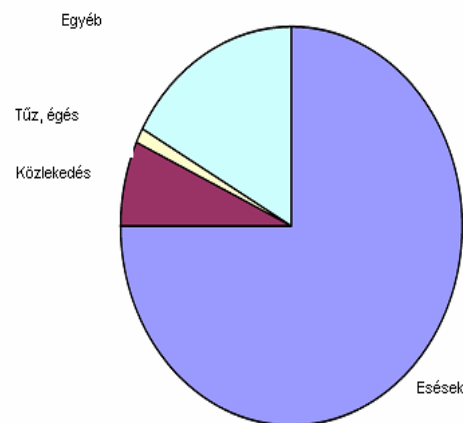
- ❑ Az időskorúak balesetei megrövidítik az életet, lerontják az életminőséget, és jelentős egészségügyi kiadásokat jelentenek
 - ❑ Az időskorú népesség Európában 2050-ig folyamatosan nőni fog
 - ❑ Az időskori balesetek költség-hatékony módszerekkel megelőzhetőek
-

Vezető okok az időskorúak baleseteiben az EU25 és EGT államokban

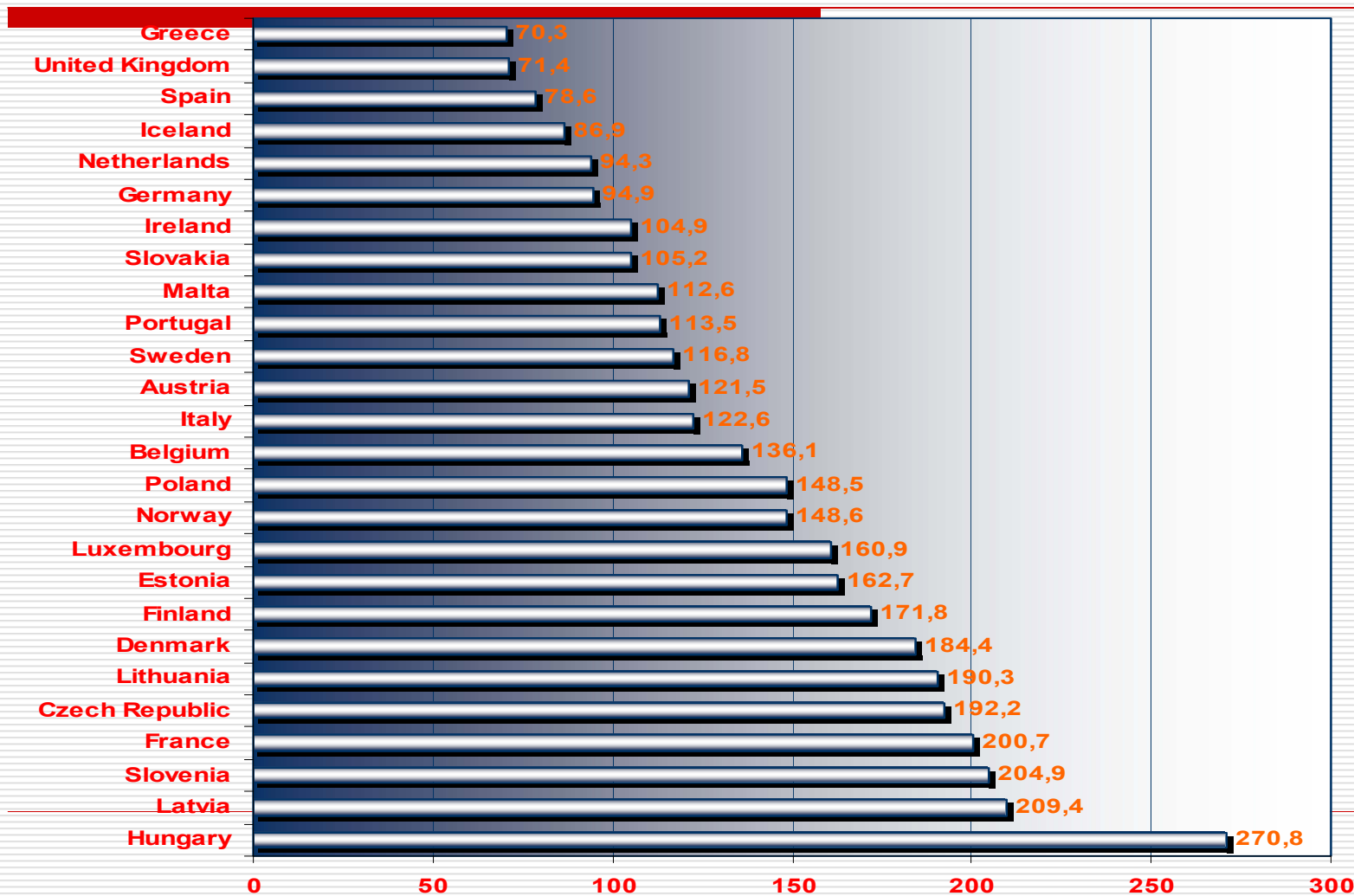
100.000 halálos baleset évente



7.500.000 kórházi és járóbeteg évente



Baleseti halálozási arány 100.000 főre a 65 évnél idősebbek körében(EU25 és EGT országokra) a WHO adatai alapján 2000 2002 évben



A halálozás alakulása 2002-ben Magyarországon korcsoportonként

	Korcsoportok								
Halálozás	0-14	15-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65-74	75-x	össz
1. Keringési rendszer	23	46	190	952	3698	6575	15327	41015	67826
2. Daganatok	83	72	208	1116	4787	7001	9412	10858	33537
3. Sérülés	155	481	727	1169	1619	1157	1201	3004	9513

Az egyes balesetek miatti halál oka, és rangsora 2002-ben Magyarországon (1)

Baleset típusa		Halálozás	
			Sorrend
	Öngyilkosság, önsértés	2843	2
	Esések	3174	1
Közlekedési balesetek	Motoros balesetek	1547	3
	Egyéb közlekedési baleset	86	11
Erőszak	Erőszakos támadás, gyilkosság	240	5
	Egyéb közlekedési baleset	186	9-10
Véletlen mérgezések	Narkotikumok és pszichotikus szerek	30	16
	Alkohol	17	18
	Egyéb közlekedési baleset	70	12
	Tűzesetek, égések	222	7

Az egyes balesetek miatti halál oka, és rangsora 2002-ben Magyarországon (2)

Környezeti tényezők	Fagyás	186	9-10
	Egyéb	2	19-21
	Vízbefúlás	214	8
	Egészségügyi ellátás következménye	34	14-15
	Gépek	34	14-15
	Lőfegyverek	2	19-21
	Robbanóanyagok	18	17
	Akasztás	330	4
	Elektronikus készülékek	46	13
	Villámlás	2	19-21
	Egyéb	230	6
Total		9513	

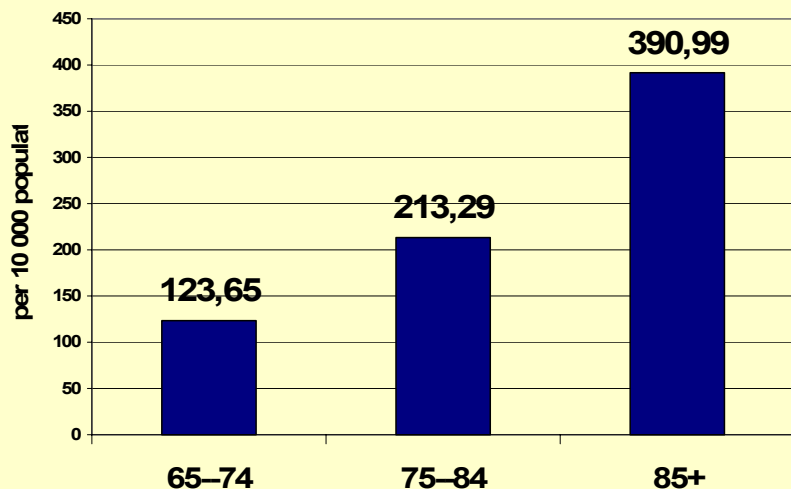
Balesetszerű esés (W00–W19) következtében meghaltak száma nemek és korcsoport szerint

Év	Férfi		Nő		Összesen
	0–64	65–X	0–64	65–X	
2001	454	884	93	1 656	3 087
2002	494	898	100	1 682	3 174
2003	482	902	113	1 619	3 116

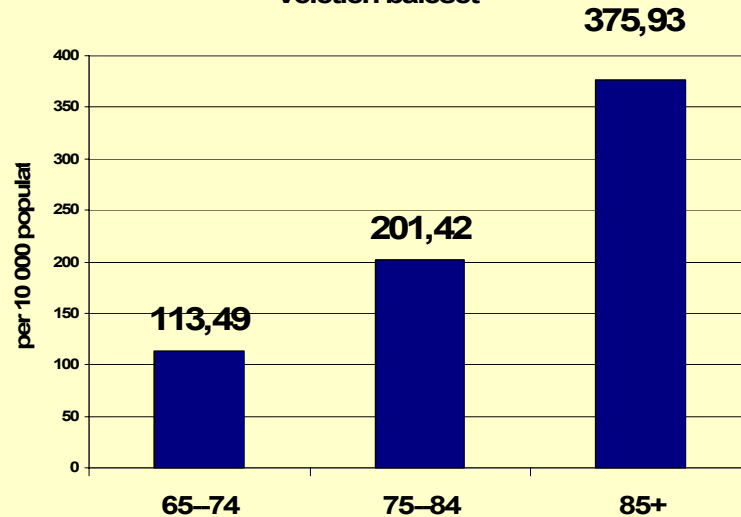
A 65 év felettiek sérülései 100 000 főre a kórházi elbocsátások alapján 2004-ben Magyarországon(1)

Összes és véletlen baleset (n=27 183; 25 444)

Összes baleset



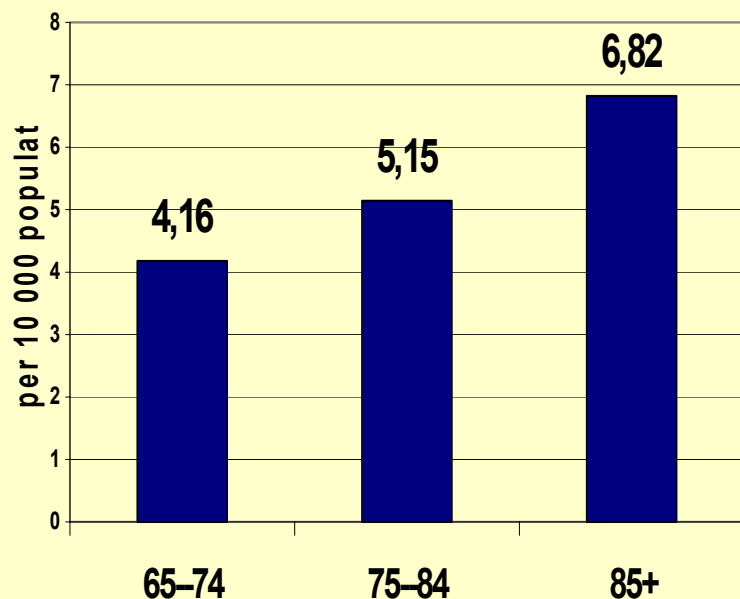
Véletlen baleset



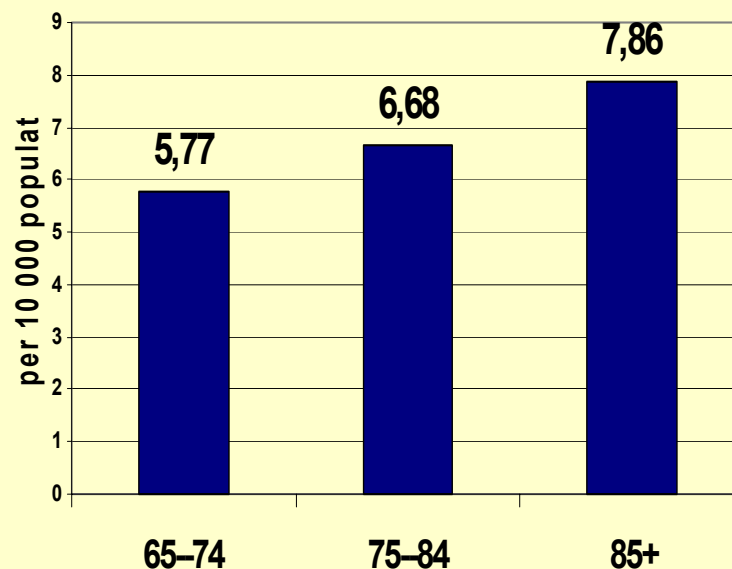
A 65 év felettiiek sérülései 100 000 főre a kórházi elbocsátások alapján 2004-ben Magyarországon(2)

Öngyilkosság, erőszakosság (n=735; 977)

Öngyilkosság

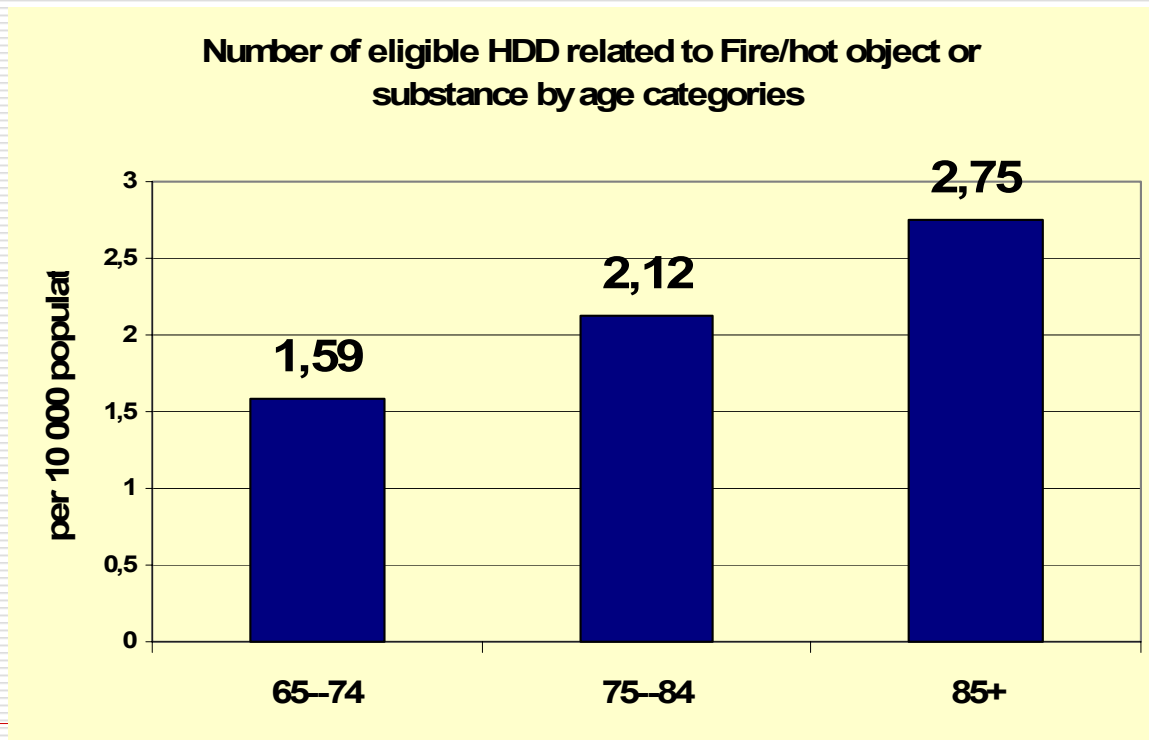


Erőszakosság, gyilkosság



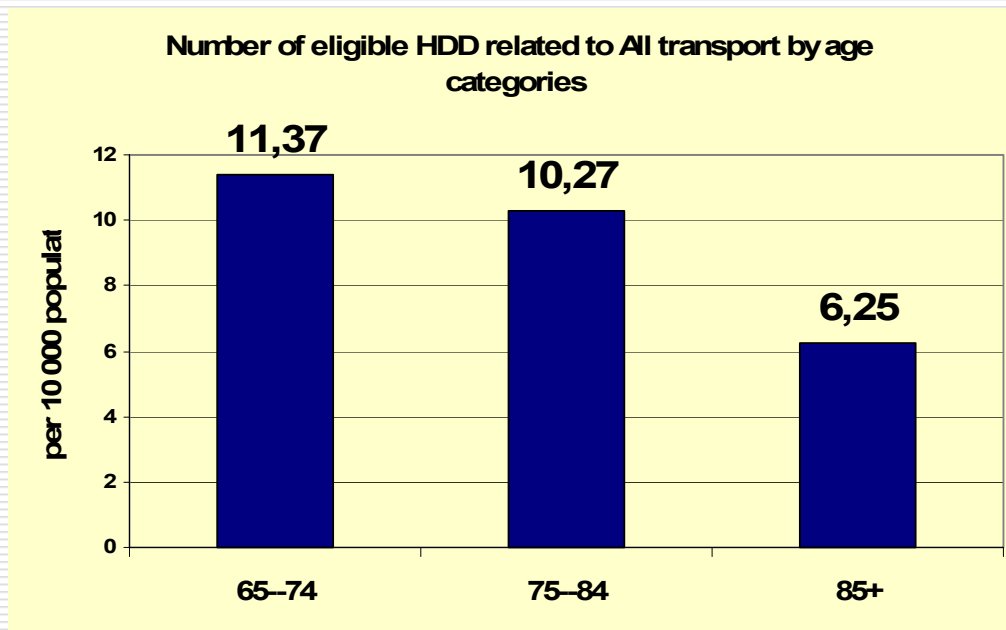
A 65 év felettiek sérülései 100 000 főre a kórházi elbocsátások alapján 2004-ben Magyarországon(3)

Égés, forrázás (n= 291)



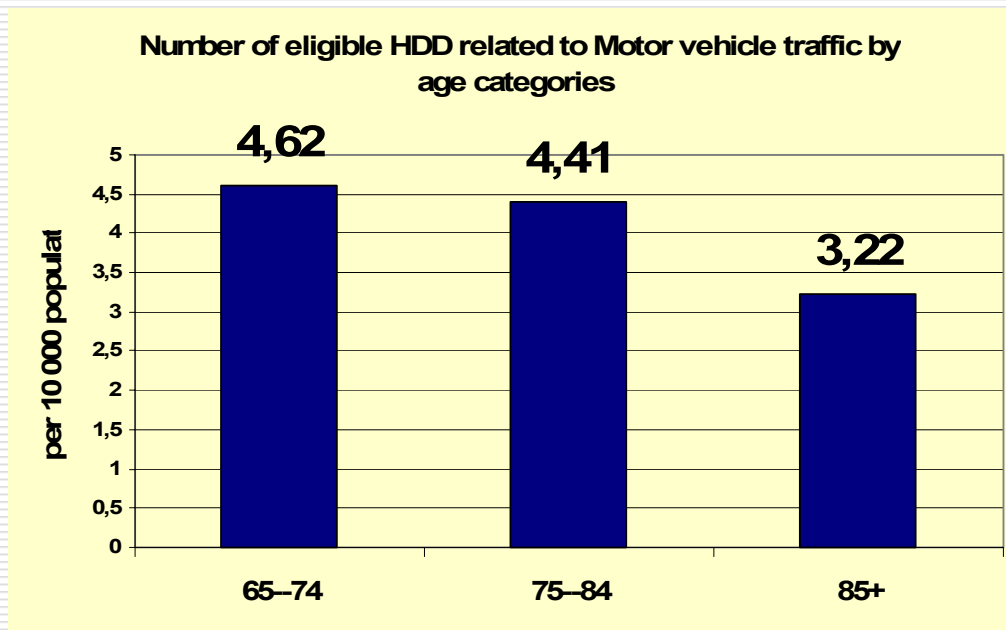
A 65 év felettiek sérülései 100 000 főre a kórházi elbocsátások alapján 2004-ben Magyarországon(4)

Összes közlekedési baleset (n=1677)



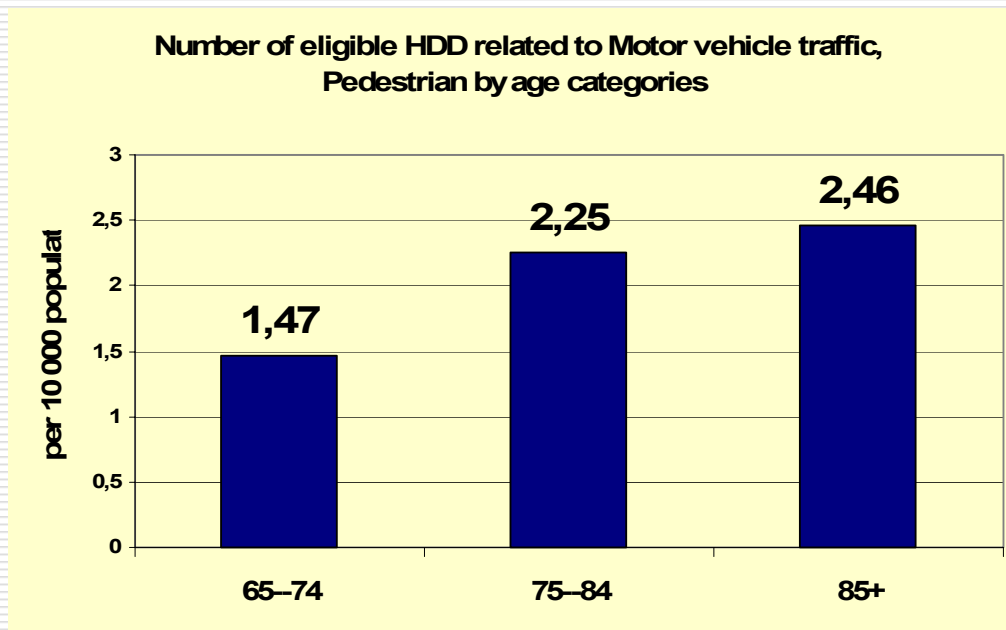
A 65 év felettiek sérülései 100 000 főre a kórházi elbocsátások alapján 2004-ben Magyarországon(5)

Motoros jármű balesetek (n=697)



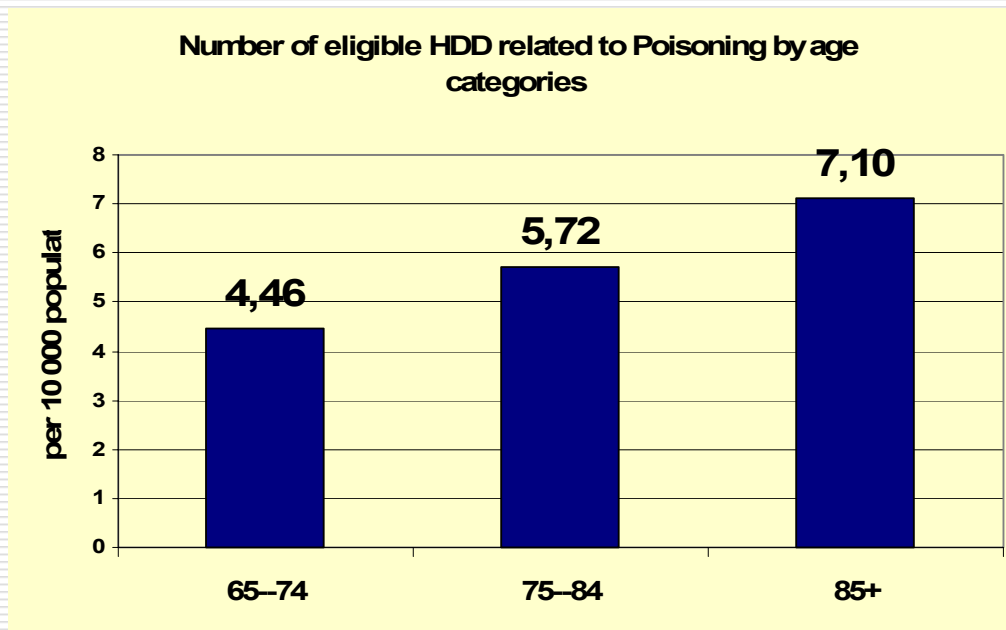
A 65 év felettek sérülései 100 000 főre a kórházi elbocsátások alapján 2004-ben Magyarországon(8)

Gyalogos (n=284)



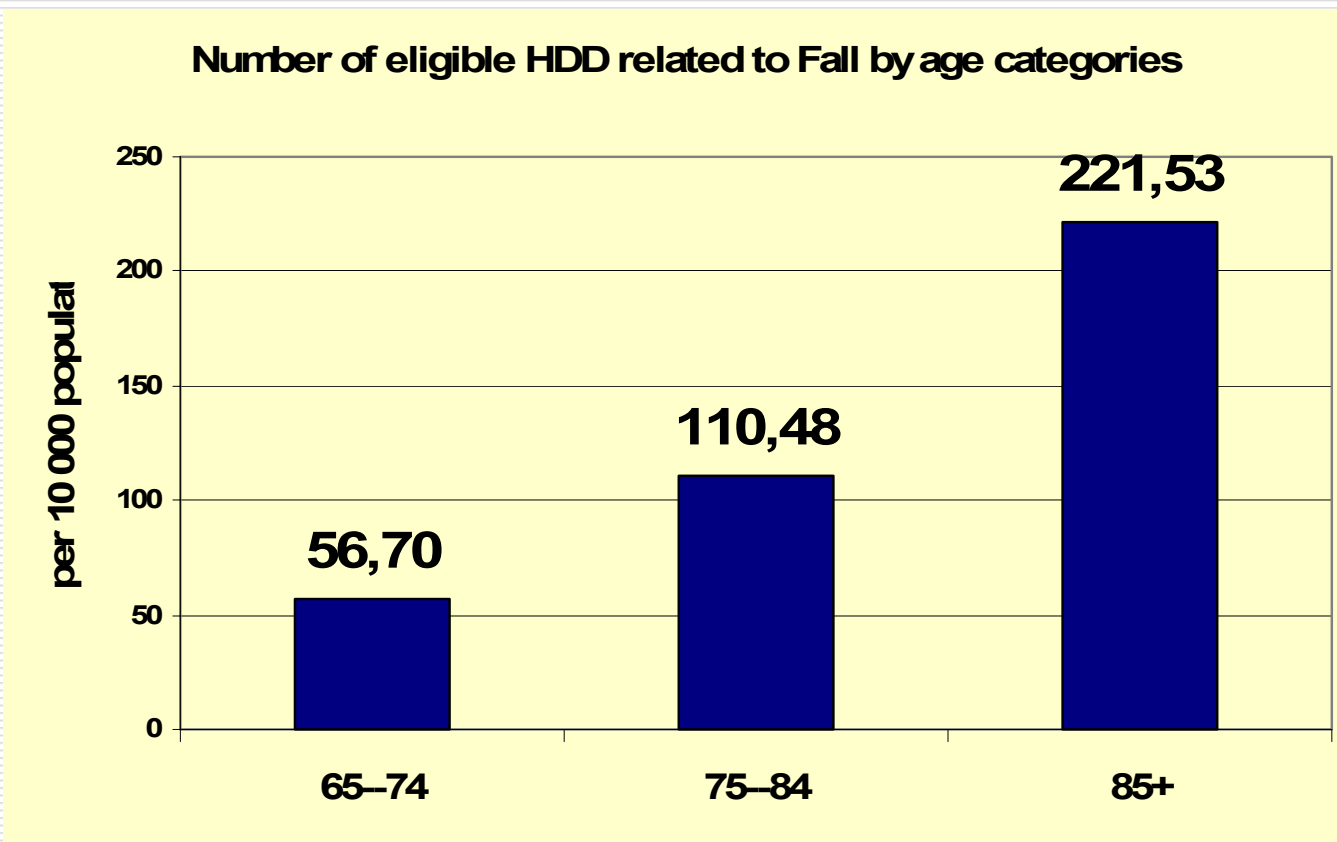
A 65 év felettiek sérülései 100 000 főre a kórházi elbocsátások alapján 2004-ben Magyarországon (9)

Mérgeзések (n=794)



A 65 év felettek sérülései 100 000 főre a kórházi elbocsátások alapján 2004-ben Magyarországon(10)

Esések (n=13 615)



Az időskori balesetek nagy része megelőzhető

A megelőzési intézkedések 3 fő csoportba sorolhatók:

- a) Figyelem felkeltő és attitűd változtató intézkedések, mint pl. tömegkommunikációs kampányok, nyomtatványok, kisfilmek, filmek
 - b) Viselkedés módosítási intézkedések, mint képzés és gyakorlatok, jutalmak és ösztönzők
 - c) Strukturális módosítási intézkedések, mint környezeti változások, szabályozások.
-

Bizonyítottan hatékony esés- és/vagy baleset-megelőzési eljárások - példák

- ❑ 15 hetes Thai Chi, 49% kal csökkentette az esések számát
 - ❑ Egyéves izomerősítő és egyensúlyozási újraképzés, 33% kal csökkentette a balesetek számát
 - ❑ A pszichotropikus szerekkel való gyógykezelés visszaszorítása az esések számát 64% al csökkentette
 - ❑ Az otthoni kockázatok becslése és megváltoztatása az esések számát 34% al csökkentette
 - ❑ A populációra alapozott intervenciók a balesetek számát 6-33% kal csökkentették
 - ❑ Egy ápolási otthonban a 36 hetes multifaktoriális intervenció az esések számát 40, a csípőcsont törések számát 75% al csökkentette
 - ❑ Törvényi szabályozások a közlekedésben, tűzvédelmi szabályok
-

Hat ajánlás minden EU és EGT tagország számára:

1. Nemzeti **cselekvési terv** létrehozása jól definiált és mérhető célokkal
 2. **Egészségügyi alapú baleseti regisztrációs** rendszer létrehozása, nyilvánosság és valós statisztikák nyérése céljából
 3. **Halálozások jelentése közös kódolási** szabályok alapján, hogy a halálozási statisztikák egész Európában összehasonlíthatók legyenek
-

Ajánlások (folyt.):

4. **Egy Nap** az Idősek Biztonságáért létrehozása
 5. Kapacitások kiépítése az időskorúak baleseteinek **kutatásának** vezetésére
 6. Központi és helyi szintű **hálózat kiépítése**, hogy elősegítse a bizonyítottan legjobb gyakorlatok végrehajtását az időskorúak baleseteinek visszaszorítására
-

A magyar EUNESE programban

- ❑ **A már meglévő epidemiológiai adatok** kiegészítésére felméréseket végeztük
 - ❑ **Az ismereteket terjesztettük**
 - ❑ A **bizonyítottan jó gyakorlatok** közül népszerűsítettük a tai chi-t
 - ❑ **Kapcsolatot építettünk** – külföldön és itthon
-

1./ A már meglévő epidemiológiai adatok
kiegészítésére a következő felméréseket végeztük:

- ❑ 300 egyedül élő idős ember kikérdezése a sérülésekről és lakáskörülményeiről
 - ❑ 154 szociális otthonban felmérést végeztünk a sérülések prevalenciáját illetően
 - ❑ 2 szociális otthonban egy éven át regisztráltuk az összes esést, és ezt feldolgoztuk
-

2./ Az ismeretek terjesztése érdekében

- ❑ Tananyagot fejlesztettünk a felsőfokú oktatásban résztvevők számára
 - ❑ A felsőfokú oktatásban résztvevőket bevontuk az egyedül élő idősök baleseteinek a felmérésébe
 - ❑ Továbbképzést tartottunk szociális otthonban, illetve idős klubokban dolgozóknak a balesetek okairól
 - ❑ Előadást tartottunk időseknek a balesetek főbb okairól és a megelőzés lehetőségeiről.
 - ❑ Szórólapokat készítettünk az idősek számára az otthonukban található főbb baleseti veszélyekről (5000 pld.)
 - ❑ Plakátot készítettünk az idősek számára a balesetek főbb okairól (4000 pld)
 - ❑ Országos kampány során előadás sorozatot tartottunk
 - ❑ Saját web oldalt fejlesztettünk ki:
www.balesetmegeloz.atw.hu
-

3./ A **bizonyítottan jó gyakorlatok** közül a tai chi-val kapcsolatban

- ☐ DVD-t készítetteünk (30 perc),
 - ☐ Írásos oktató anyag készítettünk és sokszorosítottunk,
 - ☐ Tanfolyamat tartottunk
-

4. Kapcsolatot építettünk – külföldön és itthon

- ☐ Minisztériumokkal
 - ☐ Felsőfokú intézetekkel
 - ☐ Társintézményekkel
 - ☐ Civil szervezetekkel
 - ☐ Szociális intézetekkel
 - ☐ Mozgáskoordinációval foglalkozó egyesületekkel
 - ☐ Területi ÁNTSZ szerveivel
-

Kiadja:
Fodor József Országos Közegészségügyi Központ
Az EUNESE program keretében

2005.



Jegyezze meg!

- A zuhanyzó, széssel mindig biztonságosabb, mint a kád.
- Jobban teszi, ha nem fürdik akkor, ha egyedül van otthon.
- Ha bizonytalan, ingatag a járása, vagy szédül, használjon járóbotot.
- Ne rohanjon a telefonhoz. Mondja meg barátainak, rokonainak, hogy időbe telik, amíg fölveszi a kagylót.
- Tegye a telefont közel az ágyhoz, ha lepihen.
- Legyen az ágy, divány, fotel elég magas ahhoz, hogy könnyedén fel tudjon állni.
- Legyen könnyen elérhető az éjjeli lámpája az ágy mellett.
- A világítás legyen elég erős, de ne kápráztasson.
- Soha ne használja mások gyógyszerét, és Ön se ajánlja a sajátját másnak. Azonos nevű gyógyszer is különböző mennyiségű hatóanyagot tartalmazhat. Más szerekekkel együttadva pedig végzetes is lehet.

Balesetmentes idős éveket!



Ötletek ahhoz,

hogyan tegyük biztonságosabbá otthonunkat

poster

TEHET ELLENE!

TEGYE BIZTONSÁGOSABBÁ OTTHONÁT!

Csökkenti az elesés veszélyét:

- a jó megvilágítás
- lépcső melletti korlát
- zuhany vagy kád melletti kapaszkodó
- csúszásgátló a zuhany alatt vagy a kádban
- kád mellett a csúszásgátló szőnyeg
- cipő, amely nem csúszik és jól tartja a lábat
- járóbot, vagy keret bizonytalan járás esetén.

Növeli a balesetveszélyt:

- kicsi, csúszós szőnyeg
- padlón a vezeték
- csúszós vagy görgöngyös burkolat.

Évente 2100 idős ember hal meg esés következtében

Készült az Országos Közegészségügyi Központ megbízásából az EUNESE program keretében, 2008.

www.balesetmegeloz.atw.hu

DVD



Website: www.balesetmegeloz.atw.hu



Baleset-megelőzési Munkacsoport

A Munkacsoport

Gyermekek

Közlekedés

Munka

Időskorúak

Letöltések

Üdvözljük a Baleset-megelőzési Munkacsoport oldalán!

Megújulunk!

2006-07-31

Örömmel tudatjuk, hogy honlapunk külseje jelentős változáson esett át. Hamarosan a tartalom is átalakításra kerül, az Önök nagyobb meglepésére.

Letölthető stratégia

2006-06-07

A Baleset-megelőzés - népegészségügyi stratégia dokumentumot a **Letöltések** pont alatt találja.

Észrevételeit, kérdéseit a honlappal illetve a témával dr. Bényi Máriának, a munkacsoport vezetőjének, a benyi.maria@fjokk.hu címre küldheti, illetve **hagyhat üzenetet**

Honlaptérkép