

# ”DET MÅSTE JU GÅ”

## Äldres upplevelse av att drabbas av en höftfraktur

Emelie Wrannvik Neijnes, Leg. Fysioterapeut, Umeå Universitet och Stockholms Sjukhem  
Nina Lindelöf Leg. Fysioterapeut, PhD, Umeå universitet och Åsa Karlsson Leg. Fysioterapeut, MSc, Umeå universitet

### BAKGRUND

Höftfrakturer drabbar många äldre och väntas öka i framtiden. En höftfraktur kan leda till en stor förändring på lång och kort sikt och är en av de största anledningarna till att äldre personer får svårt att utföra dagliga aktiviteter eller behöver flytta in på ett särskilt boende.

### ÖVERGRIPANDE MÅL

Att förbättra eftervården av höftfrakturer och optimera rehabiliteringsförloppet genom att lyssna in och ta hänsyn till individuella skillnader mellan patienter, fallrädsla och grad av motivation till rehabilitering.

### SPECIFIKT MÅL

Att utforska äldre personers upplevelse av att drabbas av en höftfraktur och hur livet påverkats under det efterföljande året.

**”För att vill man så kan man...det är ju bara så...och så är man van själv att...det är faktiskt jobbigt att ha hjälp...tycker jag...” (I 7)**

### METOD

Studien är gjord med kvalitativ design. Tio personer (nio kvinnor och en man) i åldern 75–91 år deltog i semi-strukturerade intervjuer i sina hem ett år efter höftfrakturen. Intervjuerna har analyserats genom kvalitativ innehållsanalys.

### RESULTAT

Temat ”Att fortsätta kämpa när livet krackelerar – med självständighet som drivkraft att återfå ett gott liv” belyser deltagarna som med begränsade resurser kämpat för att försöka återfå sina förmågor. Tre kategorier formulerades utifrån nio subkategorier. Kategorierna är: *Höftfrakturen medför ett liv med begränsningar; Att få stöd stärker den egna kämpaglöden och Hantera och acceptera en ny tillvaro.*



Foto: Kommunikation, Stockholms Sjukhem

### VILKA LÄRDOMAR HAR NI DRAGIT EFTER GENOMFÖRD STUDIE

Studiens resultat stärker tidigare forskning om att en höftfraktur medför långvariga konsekvenser. Utöver den fysiska skadan påverkas även det psykiska måendet. Stöd från omgivningen är av stor betydelse i efterförloppet och för att stärka motivationen att rehabiliteras. Fortsatt arbete med förebyggande åtgärder och utveckling av vården efter en höftfraktur för de sköra äldre är angeläget, inte minst ur perspektivet jämlik hälsa.

### HUR ANVÄNDER VI FORSKNINGRESULTAT I FÖRBÄTTRINGSARBETET

Utifrån resultaten som framkom planeras en presentation/workshop för kollegor och dela tankar och idéer kring hur vi kan utveckla vården vi bedriver här på geriatriken för de äldre som drabbats av en höftfraktur.

