



## KÄYPÄ HOITO -SUOSITUKSEN IMPLEMENTOINTISUUNNITELMA: LONKKAMURTUMA

31.10.2017

### IMPLEMENTOINNIN TAVOITTEET

Tähän kirjataan suositustyöryhmän **tavoitteet** toimintatapojen muutokselle. Kirjataan vähintään viisi asiaa, joissa kliinisen kokemuksen perusteella on epäsuhtaa suosituksen ja toiminnan välillä.

**1. Kaikille avohoidossa asuneille lonkkamurtumapotilaille järjestetään moniammatillinen ja laaja-alainen hoito ja kuntoutus resursoidussa geriatrisessa yksikössä.**

Lonkkamurtumapotilaan kuntoutuksen tavoitteena on palauttaa toimintakyky mahdollisimman nopeasti sellaiseksi, että hän voi jatkaa elämäänsä entisessä elinympäristössään. Kotona asuvan lonkkamurtumapotilaan laaja-alainen, moniammatillinen ja keskitetty kuntoutus nopeuttaa ja parantaa toimintakyvyn palautumista sekä entiseen kotiin palaamista (A).

Moniammatillisen kuntoutusyksikön toiminnassa korostuvat laaja-alainen arviointi, varhainen mobilisaatio, potilaan omatoimisuus sekä yhteistyö avohoidon, potilaan ja hänen läheistensä kanssa.

Suosituksat hyvistä kuntoutuskäytännöistä, ks. [täältä](#)

**2. Lonkkamurtuman jälkeen potilaat mobilisoidaan varhain ellei vasta-aiheita ole. Harjoittelu sisältää lihasvoimaharjoittelua ja harjoittelua tulee jatkaa myös kotiutumisen jälkeen.**

Moniammatillisen kuntoutusyksikön toiminnassa korostuvat laaja-alainen arviointi, varhainen mobilisaatio, potilaan omatoimisuus sekä yhteistyö avohoidon, potilaan ja hänen läheistensä kanssa

Moniammatillisesti yhteistyössä potilaan, hänen läheistensä ja avohoidon kanssa valmisteltu kotiutus ja kotona jatkuva suunnitelmallinen kuntoutus kohentavat potilaan toimintakykyä ja elämänlaatua sekä vähentävät läheisten kokemaa stressiä.

Yksilöllinen ja progressiivista lihasvoimaharjoittelua sisältävä fyysinen harjoittelu ilmeisesti parantaa lonkkamurtumapotilaan liikunta- ja toimintakyvyn palautumista myös sairaalavaiheen jälkeen (B)

**3. Lonkkamurtumapotilaan kivun tehokkaasta hoidosta huolehditaan. Kivunhoidon perusta on parasetamoli. Kohtalaisen kovan ja kovan kivun hoidossa käytetään lisäksi johtopuudutusta ja tarvittaessa opioideja.**

Kivun hyvä hoito on tärkeää paitsi inhimillisistä syistä, myös siksi, että se vähentää komplikaatioita ja deliriumin ilmenemistä, helpottaa potilaan valmistelua leikkaukseen ja nopeuttaa kuntoutumista

Lonkkamurtumapotilailla, joilla todetaan delirium, sairaalahoitoaika on pidempi ja heillä on suurempi riski joutua pitkäaikaishoitoon kuin potilailla, joille ei lonkkamurtuman jälkeen kehity deliriumia. Delirium ennakoit myös kognitiivisten toimintojen heikentymistä. Johtopuudutuksen avulla voidaan vähentää potilaan kokemaa kipua ja opioidin



tarvetta (A).

**4. Lonkkamurtumaleikkauksessa voidaan käyttää yleisanestesiaa.**

Anestesiamuoto päätetään potilaan yleistilan, pitkäaikaissairauksien ja käytössä olevien lääkkeiden perusteella. Käytetty anestesiamenetelmä valitaan yhdessä potilaan kanssa. Potilaalle informoidaan eri anestesiamenetelmien hyödyt ja riskit. Spinaalipuudutuksen ja yleisanestesian välillä ei liene eroa lonkkamurtumapotilaan ensimmäisen kuukauden kuolleisuudessa (C).

### SUOSITUKSEN SISÄLTÄMÄT IMPLEMENTOINNIN MATERIAALIT

*Tähän kirjataan suosituksen materiaalit, jotka esitetään nettisivuilla oikeassa palstassa kohdassa "Opi ja ota käyttöön". Linkki voidaan tehdä esimerkiksi kaavioihin, taulukoihin, kuviin ja erilaisiin lisämateriaaleihin, kuten potilasohjeet, kaavakkeet, videot.*

- Lisätietomateriaali: Stratify-kysely (kaatumisriskin arviointi)
- Lisätietoartikkeli: Lonkkamurtumapotilaan toimintakykymittarit
- Kaavio: Lonkkamurtumapotilaan hoitoketju

### ERIKSEEN TOTEUTETTAVAT IMPLEMENTOINNIN MATERIAALIT

*Tähän kuvataan toteutettavat materiaalit, kuten luentomateriaali, mittarit, julisteet, videot, verkkokurssi*

- Luentomateriaali

### VIESTINTÄ JA NÄKYVYYS

*Tähän kirjataan suurelle yleisölle suunnatut keskeiset viestit ja suunnitellut tiedottamiskanavat (tiedotustilaisuus, tiedote, päivisyuutinen, KH-uutiskirje, some).*

#### Tiedottamiskanavat

- Päivisyuutinen julkaistaan Käyvän hoidon ja Duodecimin kotisivuilla sekä Terveysportissa
- Some (Facebook, Twitter)
- KH-uutiskirje

### KOULUTUKSET

*Tähän kirjataan tiedossa olevat suunnitellut koulutukset (Otsikko, paikka, aika).*

- Useita paikallisia koulutuksia työryhmän puolesta
- Kuntoutuksen vaikuttavuus, Turun lääketiedepäivät 24.-26.10.2017
- Tampereen Lääkäripäivät 3/2018
- Lonkka murtui – tavoitteena takaisin kotiin (Tunnetko Lonkkamurtuman päivitetyn Käypä hoito -suosituksen?). Heureka, 8.2.2018