2026-10-21

Checklista för fallrisk

☐ Ställ först följande tre frågor:

1. Har du ramlat de senaste 12 månaderna? ☐ Ja ☐ Nej
2. Är du ostadig när du går? ☐ Ja ☐ Nej
3. Är du orolig/bekymrad över att falla? ☐ Ja ☐ Nej

Om personen svarar **nej** på samtliga frågor ge fallpreventionsråd utifrån *>Åtgärd/lågrisk*

☐ Om personen svarar ja på någon av de tre frågorna gör en bedömning av allvarlighetsgrad enligt punkterna:

1. skada (tillräckligt allvarlig för att ha tagit kontakt med sjukvård) ☐ Ja ☐ Nej
2. > 2 fall senaste året ☐ Ja ☐ Nej
3. Skörhet ☐ Ja ☐ Nej
4. legat på golv/oförmögen att komma upp ☐ Ja ☐ Nej
5. medvetandeförlust/misstänkt Synkope ☐ Ja ☐ Nej

☐ Om personen svarar **nej på alla fem punkterna** gör en bedömning av gång och balansförmåga enligt
>Gånghastighet >0,8m/s, *>TUG >15 sek (instrument)*

- ☐ Om personen **inte** klarar testerna ge fallpreventionsråd utifrån *>Åtgärd/mellanrisk*
- ☐ Om personen klarar testerna ge fallpreventionsråd utifrån *>Åtgärd/lågrisk*

☐ Om personen svarar **ja på minst en av de fem punkterna** om allvarlighetsgrad, gör en multifaktoriell riskbedömning
>multifaktoriell riskbedömning

>Länk till kunskapsstödet för fallprevention

FoU i Sörmland, Drottning. 10, plan 5, 632 17 Eskilstuna
www.fou.sormland.se, fou@regionsormland.se