



Därför föreslår Fysioterapeuterna:

- att varje kommun inför en MAR (medicinskt ansvarig för rehabilitering).
- att det inom den kommunala omsorgen finns fler fysioterapeuter kopplade till särskilda boenden samt för de äldre som är boende hemma. Nyckeltalen som redovisas nedan ska inte ses som absoluta utan är ett riktvärde.
 - På ett särskilt boende ska det vara minst en fysioterapeut per 50 boende. I verksamheter där dagrehabilitering och demensboende ingår bör antalet fysioterapeuter vara fler.
 - I de kommuner som bedriver rehabilitering i hemmet bör det finnas en fysioterapeut per 600 invånare över 65 år.

www.rörelselyft.se

www.fysioterapeuterna.se
facebook [facebook.com/fysioterapeuterna](https://www.facebook.com/fysioterapeuterna)
twitter [@fysioswe](https://twitter.com/fysioswe)
instagram [@fysioterapeuterna](https://www.instagram.com/fysioterapeuterna)

Rörelselyft

för äldre





Varför ett rörelseluft för äldre?

Vi lever allt längre och en naturlig del av åldrandet är att funktionsförmågan gradvis minskar samtidigt som risken för att drabbas av kroniska sjukdomar, demenssjukdomar eller fallolyckor ökar. Att vara fysiskt aktiv som äldre är en avgörande faktor för god hälsa och funktion samt är en viktig del i att kunna upprätthålla sin självständighet. Personligt lidande och stora samhällskostnader är en följd av fallolyckor, men genom träning kan fallolyckor förebyggas. Forskning visar att fysisk aktivitet även kan minska risken för att drabbas av demenssjukdom.

Idag får många äldre inte möjlighet till fysisk aktivitet och rehabiliterande insatser i tillräcklig omfattning. Det är reglerat att det ska finnas en MAS (medicinskt ansvarig sjuksköterska) i varje kommun men det är av lika stor vikt att det finns en MAR (medicinskt ansvarig för rehabilitering) i varje kommun, så att personer som är i behov av rehabiliterande insatser garanteras en patientsäker rehabilitering av hög kvalitet.

Tillgång till fysioterapeuter är en förutsättning för en god, säker och individuellt anpassad rehabilitering. Såväl i hemmet som i olika former av särskilt boende.

Idag finns 60 MAR i 80 av landets 290 kommuner. Det är inte rimligt att det ska vara beroende på vilken kommun en bor i för att garanteras en patient- och kvalitetssäker rehabilitering.



Varför fysioterapeuter för äldre?

Fysioterapeuten kan specifikt:

- tillsammans med den äldre, genom anpassad fysisk aktivitet, skapa förutsättningar för att bibehålla god hälsa och funktionsförmåga.
- bidra till minskad risk för fallolyckor genom anpassad träning.
- bedöma funktionsförmåga och anpassa rehabilitering efter skador och sjukdomar så som stroke och höftfrakturer.
- vara drivande och ge stöd åt andra professioner inom särskilda boenden och rehabilitering i de frågor som berör hälsa, förebyggande arbete och fysisk aktivitet.