

## 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](#)

