



## OMAHOITAJA

### FRAT-arviointi

- kaikille asukkaille
- seuranta n. 6 kk välein/voinnin muutokset
- kirjaus Sofiassa asiakkuuskohtaan

Lievästi kohonnut  
kaatumisvaara

5 – 11 p.

Kohonnut  
kaatumisvaara

12 – 15 p.

Erittäin kohonnut  
kaatumisvaara

16 – 20 p.

FRAT-seuranta 2 x  
vuodessa tai voinnin  
oleellisesti muuttuessa

Ennaltaehkäisevät  
toimenpiteet

- apuvälineet
- jalkineet
- lääkkeiden tarkastus

- Voima- ja tasapainoharjoittelu pienryhmässä
- Omatoinen harjoittelu

- Tehostettu voima- ja tasapainoharjoittelu pienryhmässä tai yksilöllisesti
- Kävelyharjoitukset
  - Ohjatut seisomaannousu-harjoitteet
- Aktiiviteettia tukeva toiminta

