



התקנת ערכות למניעת נפילות בבתיהם של זקנים מחקר הערכה מעצבת

איילת ברג-ורמן יפית כהן

עריכת לשון: רעיה כהן
תרגום לאנגלית (תקציר): עמי אשר
עיצוב גרפי: אפרת ספיקר

עורכת ראשית: רויטל אביב מתוק

המחקר מומן בסיוע המוסד לביטוח לאומי ומשרד הבריאות

מכון מאירס ג'וינט ברוקדייל

ת"ד 3886 ירושלים 9103702

טלפון: 02-6557400

brook@jdc.org | brookdale.jdc.org.il

ירושלים | אדר ב' תשפ"ד | אפריל 2024

תקציר

רקע

נפילות של זקנים בביתם הן התאונה השכיחה ביותר בקרב זקנים. תאונה כזו עלולה לגרום למחלות ולמוות. כרבע מהזקנים בני ה-65 ויותר וכמחצית מבני ה-80 ויותר נופלים לפחות פעם בשנה. כחמישית מבני ה-65 ויותר נופלים לפחות פעם בחודש. לנפילות יש השפעות שליליות על בריאותם ועל איכות חייהם של הזקנים, והן כרוכות בעלויות גבוהות. ואכן, יעילותם של אמצעים חדשים הניעו מדינות אחדות לפתח הן תוכניות למניעת נפילות הן מדיניות לאומית להתאמת בתי הזקנים למניעת נפילות.

בישראל פותחה ויושמה תוכנית התערבות למניעת ולהפחתת נפילות בקרב זקנים הגרים בביתם בקהילה. יישום התוכנית החל בשנת 2021. שתי ערים ומועצה אזורית אחת התקינו בבתי הזקנים ערכות בטיחות למניעת נפילות: ירושלים (בהפעלת העירייה), באר שבע (בהפעלת 'יד שרה') וגליל עליון (בהפעלת עמותת 'וטיקי הגליל'). אגף הקרנות במוסד לביטוח לאומי ואגף הגריאטריה במשרד הבריאות פנו למכון ברוקדייל וביקשו להעריך את התוכנית.

המחקר

מטרת המחקר: להעריך את תרומתן של הערכות למניעת נפילות של זקנים ולהגברת תחושת הביטחון שלהם בהתניידות בבתיהם.

אוכלוסיית המחקר: בירושלים ובגליל העליון – זקנים בני 70 ויותר אשר הותקנה בביתם ערכה למניעת נפילות בחודשים ינואר עד יולי 2023; בבאר שבע – בני 60 ויותר הזכאים לרמת גמלה 1 (רמת הגמלה המזכה בגמלה הנמוכה ביותר מ-6 רמות גמלה) של המוסד לביטוח לאומי ונדחי חוק סיעוד אשר אותרו בקבוצת סיכון לנפילות על פי מדדי הערכת התלות, ושהותקנה להם ערכה למניעת נפילות בבית בחודשים ינואר עד יולי 2023. בסך הכול השתתפו בתוכנית 3,893 זקנים.

שיטת המחקר: 772 ראיונות טלפוניים סגורים עם הזקנים שהותקנה אצלם ערכה בין ינואר ליולי 2023. הראיונות נערכו בין אפריל לאוקטובר 2023 (שלושה חודשים לאחר התקנת הערכה בבית הזקן), ו-6 ראיונות חצי-פתוחים עם בעלי תפקידים בתוכנית בחודשים אפריל-ספטמבר 2023. כמו כן בוצעו 2 ביקורי בית שבהם צוות המחקר התלווה להתקנות; בביקורים אלו רואיינו 2 זקנים פנים-אל-פנים.

ממצאים

- **מאפייני רקע:** אוכלוסיית המחקר הייתה מורכבת ברובה מנשים, הגיל הממוצע היה 77, רוב משתתפי המחקר היו נשואים, עצמאיים בתפקודם וניידים והעריכו שבריאותם טובה. בבאר שבע נמצא כי רמת התפקוד ומצב הבריאות היו ירודים יותר. רוב משתתפי המחקר השתתפו בפעילות חברתית ולא חשו בדידות

- **התקנת הערכה:** הפריטים שהותקנו בשכיחות הגבוהה ביותר היו תאורת חירום, גלאי עשן, פסים למניעת החלקה ומאחזים במקלחת, בשירותים או בחדר האמבטיה
- **שימוש בפריטי הערכה:** הפריטים שהיו בשימוש בשכיחות גבוהה היו פסים למניעת החלקה ומאחזים בחדר האמבטיה
- **הסברים מהמתקין:** רוב משתתפי המחקר (81%) קיבלו הסברים מלאים מן המתקין בזמן ההתקנה; עם זאת 12% ציינו שלא קיבלו הסבר. 93% היו שבעי רצון במידה רבה מאוד מתהליך ההתקנה בכללותו
- **חיזוק תחושת הביטחון בהתניידות בבית ושביעות הרצון מן הערכה:** דווח כי למאחזים ולתאורת החירום הייתה תרומה רבה: 75% ציינו שהערכה הגבירה את תחושת הביטחון שלהם בהתניידות בבית במידה רבה ו-84% הביעו שביעות רצון רבה מהערכה בכלל. נמצא כי לתהליך ההתקנה הייתה השפעה מיטיבה גם בהגברת מודעות לסיכונים שבנפילות ובהתנהלות למניעתן
- **נפילות:** לאחר התקנת הערכה חלה ירידה בשיעור הנופלים: 8% בחודש השלישי לאחר ההתקנה, לעומת 10% בחודש שלפני ההתקנה. מספר הנפילות הכולל פחת ב-14% (מ-111 לפני ההתקנה ל-95 אחריה). נמצאה ירידה מ-29% שנזקקו לאשפוז בעקבות הנפילה ל-15% לאחר התקנת הערכה
- **גורמי סיכון לנפילות:** נמצא כי גורמי הסיכון לנפילות היו נפילה קודמת, מוגבלות בתפקוד וחולשה כללית
- **מקום הנפילות:** כשליש מהנפילות התרחשו בחדר השינה
- **מניעת נפילות:** התקנת הערכה תרמה למניעת נפילות. זאת בעיקר בקרב המוגבלים בתפקוד ומי שהייתה להם חולשה כללית. כמו כן תרמה להפחתת חומרת הנפילות (ולצורך באשפוז בעקבותיהן)
- **חיסכון בעלויות:** העלות לאשפוז בבית חולים בעקבות נפילות של בני 65 ויותר מוערכת ביותר מ-350 מיליון ₪ בשנת 2022. מבדיקה ראשונית עולה כי לתוכנית יש תרומה משמעותית בחיסכון בעלויות האשפוז לאורך זמן
- **אתגרים בהפעלת התוכנית:** היה קושי לגייס מועמדים לתוכנית, כגון אוכלוסיות בסיכון לנפילות, כדי שתרומת הערכה תהיה מיטבית. גם קשיי שפה והתנגדות מצד הזקנים להתקנת פריטים מסוימים מהערכה הקשו על יישום התוכנית

המלצות

מהראיונות עם בעלי התפקידים והזקנים עלו כמה המלצות לשיפור התוכנית:

- להתקין ערכה בבתיהם של זקנים נוספים, רבים ככל האפשר. ייתכן כי יש להתחיל בזקנים שנתונים בסיכון רב יותר לנפילות – מי שמוגבלים בתפקוד ו/או שנפלו בעבר; אך חשוב גם לעשות צעד מניעתי ולתת את הערכה לגילאים צעירים יותר
- להגביר את המודעות לסכנות שבנפילות ולדרכים למנוע אותן
- להגביר מודעות בקרב בני משפחה ולראות בהם אוכלוסיית יעד בפני עצמה המסייעת במניעת נפילות
- להרחיב ולהדגיש את ההסברים לזקנים בזמן ההתקנה, שכן להסברים בזמן ההתקנה יש חשיבות במניעת נפילות
- להוסיף לערכה רכיב לחדר השינה, כגון מאחז או תאורת לדים, לנוכח השכיחות הגבוהה של נפילות בחדרי שינה

■ להמשיך לעקוב אחר התוכנית – כדי לחזק את עוצמת הניתוחים הסטטיסטיים וכדי לאפשר הכללה של המסקנות יש לשקול אפשרויות אחדות:

1. להמשיך לראיין בבאר שבע את הזקנים משתתפי המחקר (כדי להגדיל את מספר המשיבים)
2. שנה לאחר התקנת הערכה, לראיין את הזקנים משתתפי המחקר בירושלים (כדי להאריך את משך ההערכה לשנה)
3. לראיין קבוצת ביקורת, למשל, חברים ב'קהילה תומכת' בעמק יזרעאל (כדי לבחון אחוזי נפילות באוכלוסייה דומה לזו שבגליל העליון)
4. בעקבות התקנת ערכות למניעת נפילות, לדייק את אומדני החיסכון בעלויות הכרוכות בנפילה

דברי תודה

אנו מודות לכל שותפי המחקר על סיועם. תודה לנציגי קרן הסיעוד במוסד לביטוח לאומי ולנציגי אגף הגריאטריה, אגף המידע והמחלקה הארצית לפיזיותרפיה במשרד הבריאות, על שיתוף הפעולה הפורה והמפרה עם החוקרות.

תודה למנהלי ולמנהלות התוכנית ולמתקינים בשטח, אשר שיתפו עימנו פעולה, סיפקו נתונים שוטפים והסכימו להתראיין, ובכך סייעו רבות למחקר.

תודה מיוחדת מקרב לב לזקנים אשר הסכימו להתראיין למחקר זה, אנו מאחלות לכם שנות בריאות באיכות חיים טובה.

תוכן עניינים

1	1. רקע
3	1.1 ערכת בטיחות למניעת נפילות בבית
4	1.2 התוכנית
5	2. המחקר
5	2.1 מטרות המחקר
5	2.2 אוכלוסיית המחקר
5	2.3 מערך המחקר
8	3. ממצאים
8	3.1 מאפייני רקע
10	3.2 מצב תפקודי, חברתי ובריאותי
14	3.3 תהליך התקנת הערכות
15	3.4 שיעורי התקנת הערכות והשימוש בפריטים
18	3.5 תרומת הערכות
22	3.6 נפילות
30	3.7 היבטים וסוגיות ארגוניות בהפעלת התוכנית
32	4. מגבלות המחקר
33	5. סיכום ומסקנות
35	6. המלצות
36	עוד פרסומים של המכון בנושא
37	מקורות
39	נספחים
39	נספח א: פריטי ערכה שהותקנו (בבאר שבע בלבד) בהיקפים נמוכים

רשימת לוחות

6	לוח 1: איסוף הנתונים מהזקנים, לפי יישוב
8	לוח 2: מאפיינים דמוגרפיים ומאפייני מגורים של הזקנים, לפי יישוב
11	לוח 3: מאפייני תפקוד וניידות של הזקנים, לפי יישוב
13	לוח 4: מאפייני חברה ובריאות של הזקנים, לפי יישוב
15	לוח 5: תהליך ההתקנה על פי דיווח הזקנים, לפי יישוב

17	לוח 6: התקנת פריטי הערכה והשימוש בהם, לפי יישוב
18	לוח 7: תרומת הפריט לתחושת הביטחון להתנייד בבית ללא חשש מנפילה, לפי יישוב
21	לוח 8: תרומת הערכה לתחושת הביטחון להתנייד בבית ושביעות רצון כללית מהערכה, לפי יישוב
26	לוח 9: רגרסיה לוגיסטית להסבר נפילה לאחר התקנת הערכה
27	לוח 10: רגרסיה לוגיסטית להסבר "מניעת" נפילה חוזרת ממי שנפל לפני התקנת הערכה
27	לוח 11: רגרסיה לוגיסטית להסבר תחושת ביטחון (רבה מאוד) להתנייד בבית
28	לוח 12: מספר אשפוזים, מספר ימי אשפוז ואורך שהייה ממוצעת לפי גיל, של בני 65 ויותר שהיו באשפוז כללי בעקבות אבחנת נפילה, בשנים 2021, 2022
29	לוח 13: נפילות ואשפוזים לפני ואחרי ההתקנה
39	לוח א: פריטי ערכה שהותקנו בהיקפים נמוכים והשימוש בהם, בבאר שבע

רשימת תרשימים

23	תרשים 1: נפילות לפני ואחרי התקנת הערכה
23	תרשים 2: אשפוזים בעקבות נפילה לפני ואחרי התקנת הערכה
24	תרשים 3: מספר נפילות לזקן לאחר התקנת הערכה
24	תרשים 4: איפה אירעה הנפילה