



Huvudhandledare:	Anna-Karin Welmer, docent, lektor anna-karin.welmer@ki.se 08-524 888 04
Projekttitel:	Effekt av träning under akut sjukhusvistelse på funktionell förmåga för patienter 75 år och äldre – från intervention till implementeringsforskning

Bakgrund

Äldre personer som vårdas på sjukhus på grund av akut sjukdom löper ökad risk för försämrad funktionell status. Studier indikerar att träning under sjukhusvistelsen kan minska beroende av hjälp hos personer 75 år och äldre, men mer forskning behövs för att jämföra effektiviteten av olika träningsinterventioner.

Syfte/Frågeställningar

I denna trearmade randomiserade studie vill vi:

- klargöra om strukturerad multikomponentträning (innehållande både gång- och styrkeövningar) är effektiv jämfört med sedvanlig vård avseende mobilitet och beroende av hjälp och
- undersöka om ett individanpassat program med styrke-, balans- och gångträning är mer effektivt än ett enkelt träningsprogram bestående av endast uppresningar från stol och gångträning.

I en första delstudie kommer genomförbarheten att undersökas (rekryteringsgrad, följsamhet till interventionen, acceptans och säkerhet) och i ett sista delarbete vill vi undersöka förutsättningar för att omsätta kunskapen från projektet i klinisk praxis.

Metoder

Patienter 75 år och äldre som inkommit akut till geriatrisk avdelning vid Karolinska Universitetssjukhuset eller Dalengeriatriken i Stockholm kommer att inkluderas i studien. Uppföljningar görs vid sjukhusutskrivning och efter tre månader. Data kommer att samlas in med kliniska tester och validerade enkäter för studie 1–3, samt med kvalitativa intervjuer för den fjärde delstudien.

Planerade studier

1. Undersökning av studiens genomförbarhet
2. Utvärdering av interventionens korttidseffekter vid sjukhusutskrivning
3. Utvärdering av interventionens effekter tre månader efter utskrivning
4. Undersökning av förutsättningar för implementering av resultaten

Betydelse

Antalet äldre personer som vårdas akut på sjukhus kommer sannolikt att öka i takt med att befolkningen åldras. Därför är det viktigt att identifiera de mest effektiva interventionerna för att minska konsekvenserna av akut sjukhusvistelse hos äldre personer.