



Ramlar du ofta?

OM ARBETSTERAPI OCH FALLPREVENTION

Fallprevention

Har du ramlat utomhus eller i din bostad på sistone, eller är du orolig att du ska göra det? När du blir äldre eller drabbas av en sjukdom kan du få problem med att hålla balansen. Tillsammans med en arbetsterapeut kan du minska fallrisken.

Arbetsterapeuten

- utreder och analyserar fallrisken.
- gör en genomgång av din bostad och din närmiljö.
- hjälper dig att hitta nya sätt att utföra dina aktiviteter.
- provar ut hjälpmedel, exempelvis rollator eller käpp.
- ger tips på bra produkter till din bostad som du kan köpa själv och som underlättar för dig i vardagen.

Du behöver ingen remiss för att träffa en arbetsterapeut. Kontakta din vård- eller hälsocentral eller din kommun. Du kan också vända dig till 1177 Vårdguiden för mer information genom att ringa 1177 eller besöka www.1177.se.