

# Livrädd för att halka!

En undersökning om äldres upplevelse av fallolyckor på snö och is





Säker trafik

© NTF

2015

Producerad med bidrag från Trafikverket  
(Bidrag till ideella organisationer, Trafikverket)

#### Kontakt

Malin Lundgren, nationell projektledare  
0709-967616, [malin.lundgren@ntf.se](mailto:malin.lundgren@ntf.se)  
Angela Aylward, projektledare för undersökningen  
0702-652260, [angela.aylward@ntf.se](mailto:angela.aylward@ntf.se)

NTF, Skytteholmsvägen 2, 171 44 Solna, E-post: [info@ntf.se](mailto:info@ntf.se)  
Besöksadress: Skytteholmsvägen 2, plan 1

## Innehåll

1. Inledning, bakgrund och syfte .....	4
2. Metod och genomförande .....	4
3. Sammanfattning av resultatet.....	5
4. Diskussion.....	7
5. Råd till vinterväghållare.....	9
6. Resultatredovisning - samtliga frågor och svar .....	10

## 1. Inledning, bakgrund och syfte

Vintern kan vara en besvärlig årstid, det är inte bara snön som faller. Enligt olycksstatistik från MSB skadas 20 000 fotgängare av fallolyckor på snö och is årligen, vilket är 74 procent av alla fallolyckor vintertid. Samhällets kostnader för fallolyckor på snö och is uppskattas av VTI att vara mellan två-fyra gånger högre än kostnaden för landets samlade vinterväghållning.

NTF arbetar under 2014-2016 med projektet *Äldres fallolyckor på snö och is*, finansierat genom Trafikverkets bidrag till ideella organisationer. En del av projektet har handlat om att belysa äldres upplevelse av fallolyckor vintertid genom en enkätundersökning. Forskningen visar att äldre är extra utsatta vid fallolyckor på grund av att benskörheten ökar med åren. Kvinnor, som drabbas hårdare av benskörhet än män, är dubbelt så skadedrabbade som män. Ett olycksfall som för en yngre människa resulterar i en lindrig skada med snabb återhämtning kan för den äldre innebära livslång konvalescens och permanent nedsatt funktionsförmåga. Bortsett från att förlorad rörlighet kraftigt inverkar negativt på livskvalitén för den enskilde så medför halk- och fallolyckor ökade kostnader för kommuner och landsting. Det förebyggande arbetet med äldres fallolyckor på snö och is är således en angelägenhet för hela samhället. Antalet äldre i befolkningen ökar och inom ett decennium väntas denna grupp utgöra uppemot en fjärdedel av befolkningen, vilket medför att problematiken dessutom riskerar att tillta.

Syftet med undersökningen är att belysa äldres upplevelse av vinterväghållningen och eventuella inskränkningar som uppstår i vardagsrörligheten för äldre vintertid.

## 2. Metod och genomförande

Urvalet av respondenter gjordes i ett så kallat *snöbollsurval*, det vill säga att icke slumpmässigt utvalda personer bidrog till att leta fram fler personer. Spridning av enkäten gjordes i samarbete med NTF:s äldreråd (centralt och lokalt) som består av representanter från sex olika pensionärsorganisationer; SPF, PRO, VISION, SKPF, SPRF och RPG. De lokala NTF-förbunden anordnade även trafiksäkerhetsutbildningar för organisationernas trafikombud, med möjlighet för ombuden att ta med enkäten till sina respektive föreningsmöten. Enkäten är således i huvudsak besvarad av föreningsaktiva i pensionärsföreningarna, men var öppen för alla intresserade i åldersgruppen 65+.

Enkäten pågick under perioden 28 augusti-7 november 2014. Enkäten fanns tillgänglig både via en webblänk och i pappersformat. Sammanlagt har enkäten besvarats av 4250 äldre boende i 20 län (samtliga län förutom Östergötland). Högst svarsfrekvens uppnåddes i Västra Götaland (35 procent), Västernorrland (17 procent) och Västmanland (12 procent). Den ojämna svarsfrekvensen mellan länen beror bland annat på att projektet inte genomförts i alla län. Av de svarande var 64 procent kvinnor och 35 procent män.

Merparten av dem som har besvarat enkäten är äldre som är aktiva i pensionärsföreningar och de har besvarat enkäten genom att besöka ett föreningsmöte. Svaren är således inte representativa för gruppen äldre i allmänhet. Föreningsaktiva pensionärer har uppskattningsvis en relativt hög grad av mobilitet. Ett slumpmässigt urval av äldre skulle därvid kunna ge ett annat resultat. Kvinnornas överrepresentation beror sannolikt på att fler kvinnor är medlemmar i pensionärsorganisationerna.

### 3. Sammanfattning av resultatet

Hälften av alla svaranden har ramlat omkull på snö eller is, varav cirka två tredjedelar av dessa har ramlat mer än en gång. Av dem som ramlat har 10 procent skadat sig så allvarligt att de har behövt uppsöka vård på vårdcentral eller akutmottagning.

29 procent har någon gång undvikit att gå ut på grund av risken att halka och 12 procent uppger att de undviker att gå ut minst någon gång varje år. 20 procent har någon eller flera gånger de senaste fem åren behövt ta hjälp av anhörig att transportera sig på grund av halkan. 12 procent behöver minst en gång varje vinter ta en alternativ väg till exempelvis kollektivtrafiken eller affären på grund av risken för att halka.

Av dem som har färdtjänst uppger hälften att de använder färdtjänsten oftare vintertid än sommartid på grund av risken för att halka. Nästan hälften (47 procent) använder ofta halkskydd när det är halt och en tredjedel anser att vinterväghållningen inte är tillräcklig i de områden där de brukar gå. Inställningen till vinterväghållningen varierar något mellan länen. Äldre boende i Uppsala län är till exempel mer kritiska till vinterväghållningen än äldre boende i Gävleborg. Störst är skillnaden mellan män i Uppsala län och Gävleborg där 42 procent i Uppsala län och 22 procent i Gävleborg inte tycker att vinterväghållningen är tillräcklig.

Användning av halkskydd är jämnt fördelat mellan könen och länen, det vill säga att ingen tydlig skillnad finns beroende på om den svarande är man eller kvinna eller i vilket län man bor. Men trots att fler män än kvinnor har halkat, uppger fler kvinnor än män ha skadat sig i en sådan omfattning att det krävt vård. I samtliga län uppger även fler kvinnor än män att de låtit bli att gå ut på grund av risk för att halka och fler kvinnor än män uppger att de tagit en alternativ väg på grund av risk för att halka. Resultatet antyder således att kvinnor upplever en större inskränkning av sin mobilitet vintertid än vad männen gör. En alternativ förklaring skulle kunna vara att män i lägre grad söker vård och/eller inte vill medge att man undviker att gå ut/gå vissa sträckor när det är halt.

Många svaranden lämnar även övriga kommentarer (175 st). En vanligt återkommande synpunkt är problemet med plogvallar och dålig sandning och att underentreprenörer inte sköter sig;

*Entreprenören hade plogat, men inte sandat vilket resulterade i svårt fall trots eget halkskydd.*

Snövallarna upplevs som stora hinder för den äldre fotgängaren. Detta i synnerhet för dem med rullator eller rullstol;

*För den som använder rullator är vintern en besvärlig period. Varken kommun eller privata fastighetsägare sköter sig.*

Flera skriver att de drar sig för att gå ut när det är halt och att man hellre avbokar ett möte än går ut i vissa fall. En person nämner även att oron i sig ökar halkrisken på grund av anspänningen. Några exempel;

*Jag har en ständig osäkerhetskänsla vid halka. Man drar sig för att vistas ute. Särskilt plogkanter är bedrägliga.*

*Som ensamstående drar jag mig för att gå ut vintertid. Jag tar bilen till hjälp varje gång jag skall handla eller uträtta andra ärenden i närliggande affär eller i stadens centrum.*

*Avstår hellre utomhusaktiviteter än riskerar att halka omkull.*

*Jag har höftproteser och är livrädd för att halka. Man blir för försiktig, vilket leder till att man spänner sig och det ökar halkrisken!*

Förslag som skulle underlätta rörligheten är gratis utdelning av broddar. Andra förslag är mer sand, hemtjänsthjälp och någon typ av hjälpmedel som underlättar på- och avtagning av skydden;

*Trots att det inte ingår i deras planering så borde hemtjänsten hämta posten och dylikt.*

*Varför finns inte automatiska möjligheter att besko sig med halkskydd? Vem har sett utförsåkare böja sig varje gång de sätter på sig skidorna?*

*En rejäl sandlåda med skopa bör finnas vid varje utgång [entré].*

Synpunkter lämnas även om att gångbanorna inte sköts lika bra som cykelbanorna och vägkörbanorna, samt att även lövhalka är ett stort problem.

Många använder halkskydd, men det förekommer även invändningar mot att använda halkskydd, då skydden inte anses vara tillräckligt användarvänliga;

*Kan ej använda halkskydd på grund av att mina händer är svaga.*

*Finns inte tillräckligt bra halkskydd, tyvärr!*

*Svårt att få rätt storlek på halkskydd.*

## 4. Diskussion

### *Kön och geografi*

Det finns endast små skillnader mellan länen i hur respondenterna har svarat, förutom på frågan om användningen av färdtjänst vintertid. Den ojämna fördelningen på denna enskilda fråga kan inte förklaras utifrån tillgänglig data. Vad gäller fördelning utifrån kön finns skillnader på flera frågor. I samtliga län har fler män än kvinnor halkat (se avsnittet *Resultatredovisning – samtliga frågor och svar*) men samtidigt uppger fler kvinnor än män ha skadat sig i en sådan omfattning att det krävt vård. I samtliga län uppger även fler kvinnor än män att de låtit bli att gå ut på grund av risk för att halka och fler kvinnor än män uppger att de tagit en alternativ väg på grund av risk för att halka. Resultatet antyder således att kvinnor upplever en något större inskränkning av sin mobilitet vintertid samt skadas oftare än män. En alternativ förklaring skulle kunna vara att män i lägre grad söker vård och/eller inte vill medge att man undviker att gå ut/gå vissa sträckor när det är halt.

### *Omfattning och inverkan på vardagsrörligheten*

Eftersom endast fallolyckor som leder till akutbesök blir en del av olycksstatistiken över fotgängarnas fallolyckor är mörkertalet stort. Undersökningen blottlägger en del av mörkertalet genom att visa att *hälften* av de tillfrågade har ramlat de senaste fem åren och närmare en tredjedel har ramlat flera gånger. Bortsett från att ett fall medför risk för skador (10 procent av fallen resulterade i skada som krävde vård) så medför risken för fall en oro hos den äldre. Oron kan leda till att den äldre undviker att gå ut, tar en annan väg eller behöver ta hjälp av anhörig för att transportera sig. Oron kan även medföra att den äldre spänner sig, vilket ökar risken att halka. Eller som en person uttryckte det: *"Har höftproteser och är livrädd för att halka. Man bli för försiktig vilket leder till att man spänner sig och det ökar halkrisken!"*

Sammantaget ger de svarande en bild av att risken för att halka inverkar negativt på upplevelsen av att tryggt kunna förflytta sig utomhus vintertid. Exempelvis kan en snövall, som är lätt för den yngre fotgängaren att forcera, bli ett krävande hinder för den äldre. I de fall den äldre har rullator eller rullstol kan snövallen till och med vara ett oöverstigligt hinder som gör att den äldre blir stående eller får vända om.

### *Väghållarens kontra individens ansvar*

Att en tredjedel av de svarande upplever vinterväghållningen som bristfällig är en viktig signal till landets vinterväghållare. Hälften använder ofta halkskydd (47 procent) men det är, som en av respondenterna beskriver, ingen garanti för att inte ramla. 16 procent använder aldrig halkskydd och en av orsakerna, som visats i kommentarerna, kan vara att man har svårt att hitta ett halkskydd som är enkelt för den äldre att ta på och som känns tryggt att gå i. Även om individen själv kan bidra till att minska olycksrisken är detta således inte alltid möjligt. En god vinterväghållning måste även ta hänsyn till funktionshindrades möjligheter att passera snövallar, etc.

I cirka hälften av landets kommuner är fastighetsägare ansvariga för vinterväghållningen på gångbanor i anslutning till fastigheten. Eftersom fastighetsägarna i många fall är enskilda villaägare är det knappast troligt att de inser konsekvenserna av att inte tillhandahålla fullgod vinterväghållning. Samtidigt kan det vara svårt att uppfylla kraven om den enskilda villägaren är yrkesarbetande och borta hela dagarna. Kommunen har därför en viktig roll att följa upp inte bara kommunens underentreprenörer utan även de privata fastighetsägarnas vinterväghållning. Kommunen kan följaktligen överväga att ta över ansvaret för vinterväghållningen från de privata fastighetsägarna.

#### *Kommunala erfarenheter av gratisutdelning av halkskydd*

För att stimulera till ökad halkskyddsanvändning har några av landets kommuner delat ut gratis halkskydd. Göteborg, Mark, Hallstahammar, Säter, Haninge och Nora är exempel som har kommit till NTF:s kännedom under 2013-2014.

I Göteborg fick äldre 65+ hem ett brev med posten hösten 2013 med en värdekupong med möjlighet att hämta ut halkskydd hos någon av flera upphandlade butiker. Hösten 2014 erbjöds halkskydd igen till de som fyller/fyllt 65 under året. Insatserna har ännu inte utvärderats av Göteborgs Stad. NTF Väst har däremot inom ramen för projektet *Äldres fallolyckor på snö och is* besökt några av kommunens träffpunkter och äldredagar under hösten 2014. Frågan har då ställts till de äldre om man använde sina halkskydd och om man är nöjd med dem. Många har spontant uttryckt sin uppskattning över stadens initiativ, att man använder halkskydden och är nöjd med dem. Några uttryckte istället besvikelse då man inte fått rådet att prova skydden i affären. När man väl hemma skulle ta på sig halkskydden visade de sig vara för svåra att ta på skorna.

Säter har använt en liknande modell som i Göteborg. Upplevelsen är att det kommit färre ärenden till kommunens kännedom om personer som halkat och skadat sig. Halkskyddsutdelningen ingick i en informationskampanj där man även gjorde reklam för gratis grus som fastighetsägarna kunde använda sig av utanför sina fastigheter.

Haninge kommun erbjöd 2013 alla äldre 65+ att hämta ut gratis halkskydd på kommunens träffpunkter för äldre. På så vis kunde personalen hjälpa till att prova ut ett par och man lockade även nya besökare till träffpunkterna. 25 procent av alla kommunens äldre hämtade ut halkskyddet under 2013 och man delade ut gratis till alla igen 2014.

Även Hallstahammar har delat ut halkskydd under 2013 och 2014 och man planerar att utvärdera insatsen. Utvärderingen sker dels genom en uppföljning av olyckstal via STRADA, dels en enkätundersökning med ett urval av dem som kvitterat ut halkskydd under kampanjperioden.

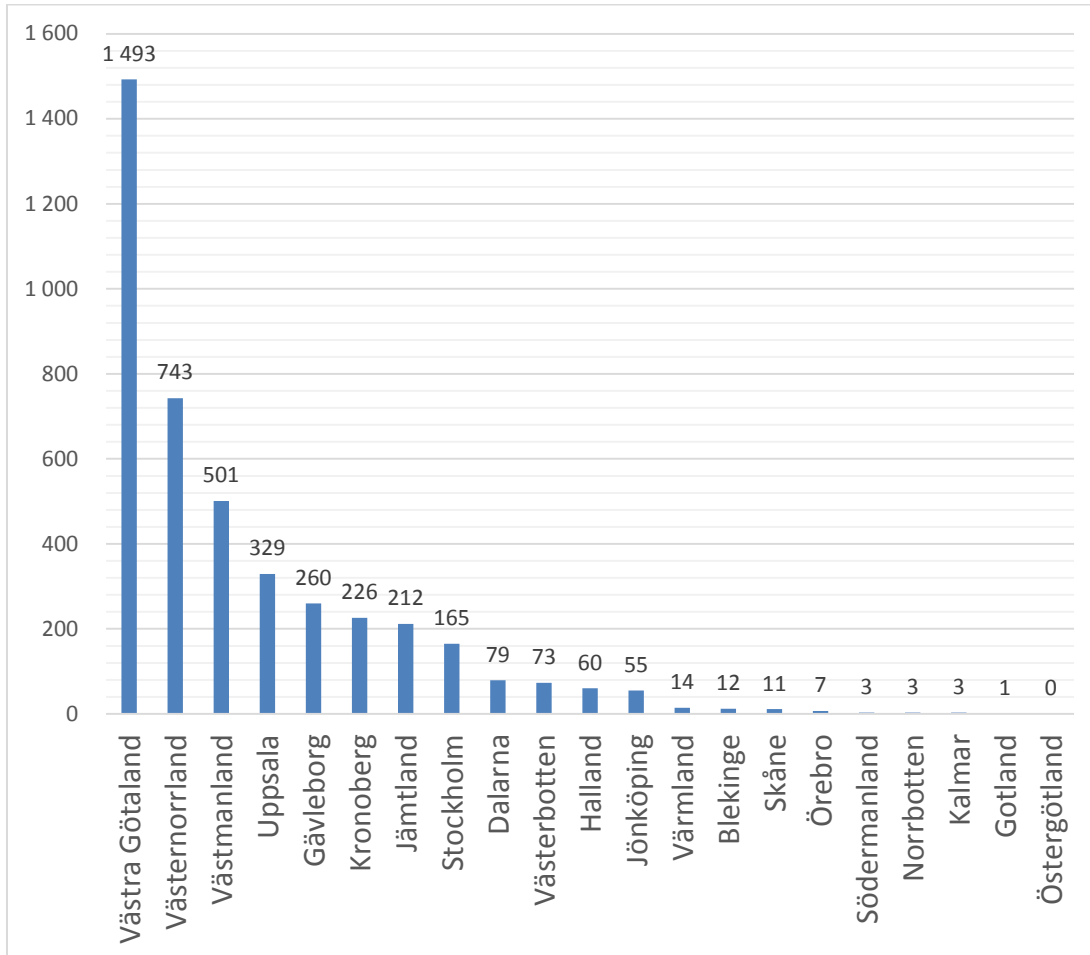


## 5. Råd till kommuner och fastighetsägare

- Erbjud gratis halkskydd för kommunens äldre invånare.
- Eftersom halkskydd kan vara besvärliga att ta på för den som har svårt att böja sig eller är muskelsvag i händerna så är det önskvärt att utdelningen kombineras med rådgivning/utprovning av halkskydden. För en del äldre kan skor med inbyggda broddar vara ett bättre alternativ än halkskydd. Rådgivning och utprovning kan göras på exempelvis träffpunkter för äldre, men för att även nå äldre med låg mobilitet kan det vara idé att hemtjänstpersonal och fixarhjälp i kommunerna har med sig halkskydd på sina besök hemma hos de äldre. Rådgivning bör även ges om halkskydd för käpp och gångstavar.
- Även större fastighetsägare kan synliggöra vikten av att använda halkskydd. Gratis utdelning av halkskydd till äldreboende kan vara ett sätt. Vidare skulle fastighetsägare kunna bidra genom att synliggöra vikten av att använda halkskydd genom anslag i hyreshus och information i hyresgästtidningar.
- För att snabbt kunna återgärda brister i halkbekämpningen kan kommuner och fastighetsägare involvera pensionärsorganisationerna som "halkkontrollanter". Halkkontrollanterna kan få ett uttalat uppdrag att direkt rapportera brister till väghållaren som de upptäcker i sin vardag. Flera kommuner har redan i dag en tipstelefon som till exempel skulle kunna användas för detta ändamål.

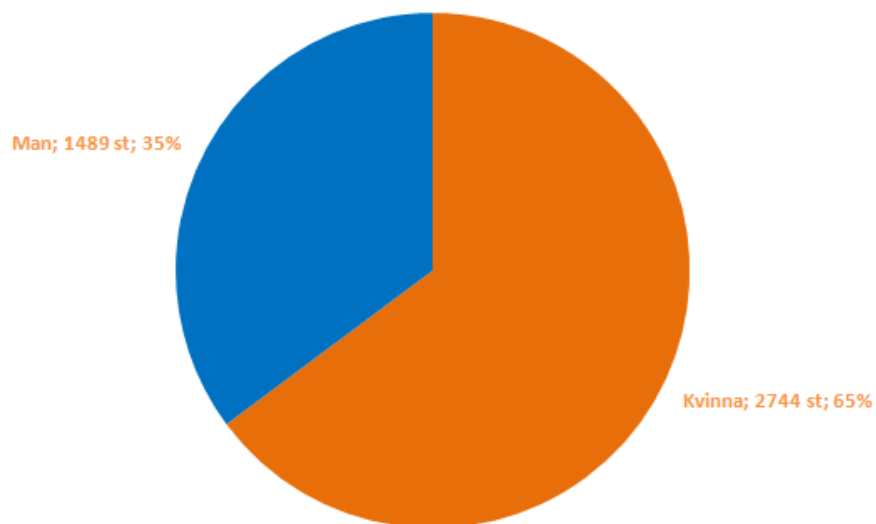
## 6. Resultatredovisning - samtliga frågor och svar

### 1. Vilket län bor du i?



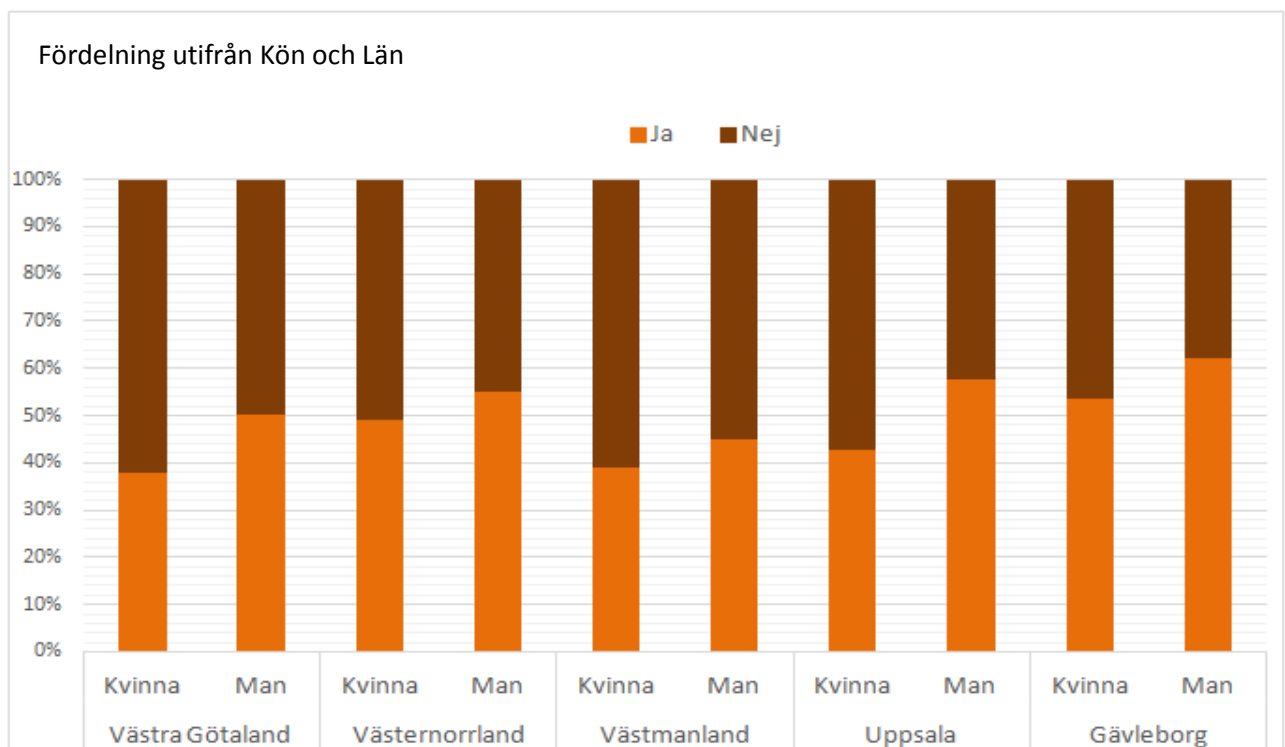
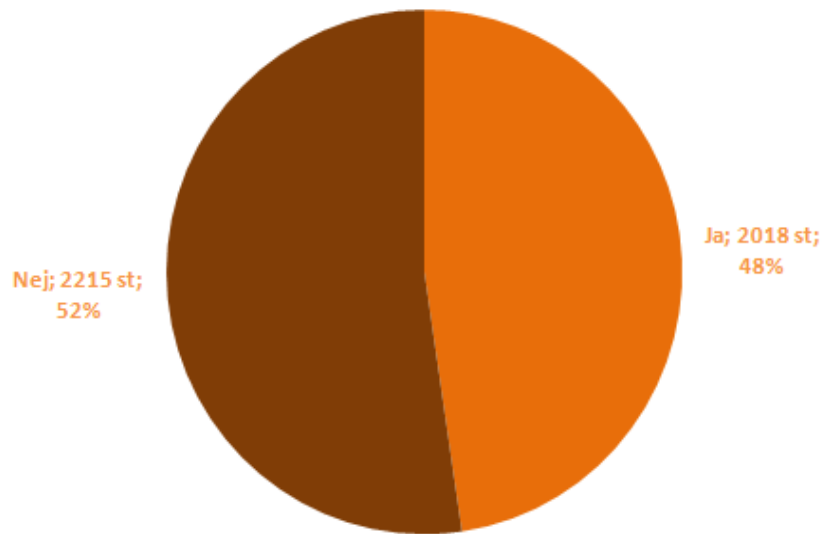
**Kommentar:** Den ojämlika fördelningen mellan länen är ett resultat av att projektet och marknadsföringen av enkäten inte har genomförts i alla län. Eftersom enkäten varit tillgänglig via webben har det dock inkommit svar från boende i andra län än de som medverkat i projektet. I de fall som svaren visas fördelat på kön och län är redovisningen begränsad till de fem största länen, med fler än 250 respondenter.

## 2. Är du man eller kvinna?



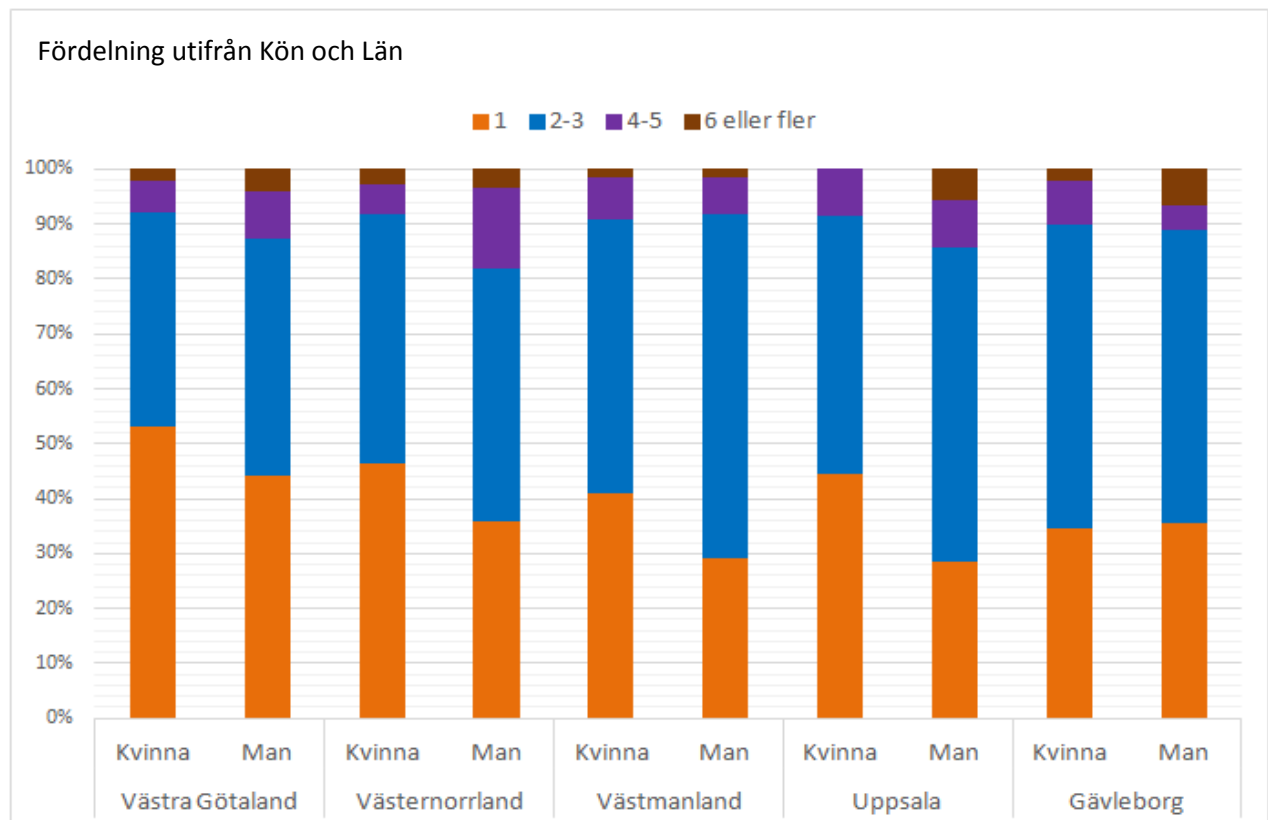
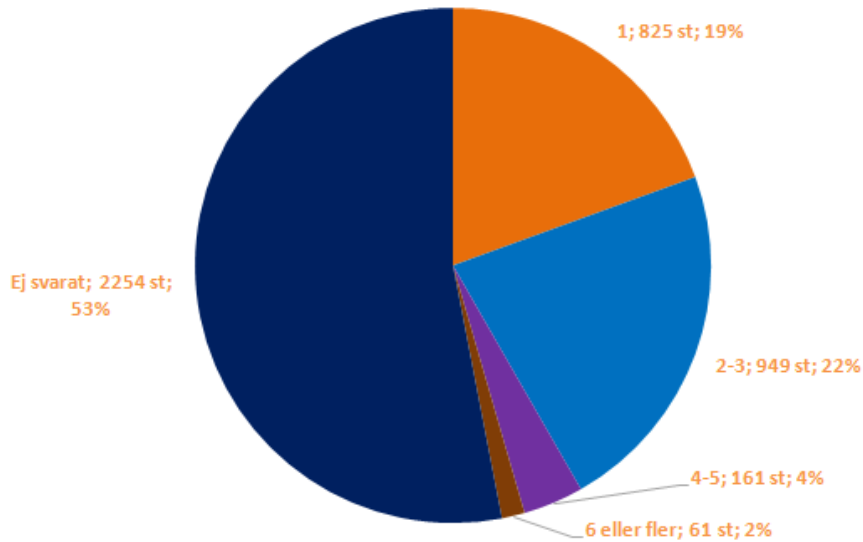
**Kommentar:** Att en majoritet av de svarande är kvinnor kan vara en avspegling av könssammansättningen i pensionärsföreningarna. I SPF är exempelvis 62 procent av medlemmarna kvinnor.

### 3. Har du någon gång ramlat omkull på snö eller is, de senaste fem åren?

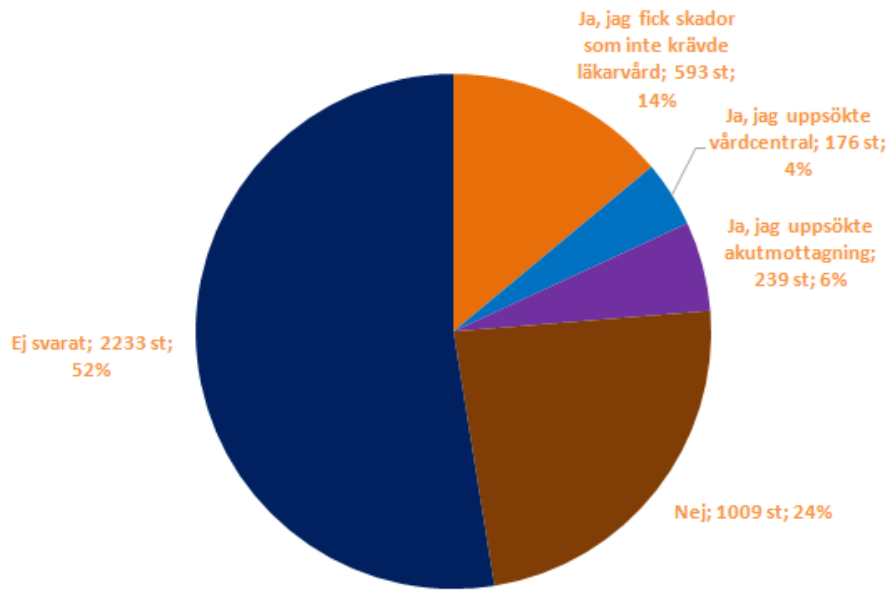


**Kommentar:** Något fler män än kvinnor har ramlat på snö eller is de senaste fem år i samtliga län. I det länet med flest svaranden, Västra Götaland, har till exempel ca 39 procent av kvinnorna och ca 50 procent av männen ramlat.

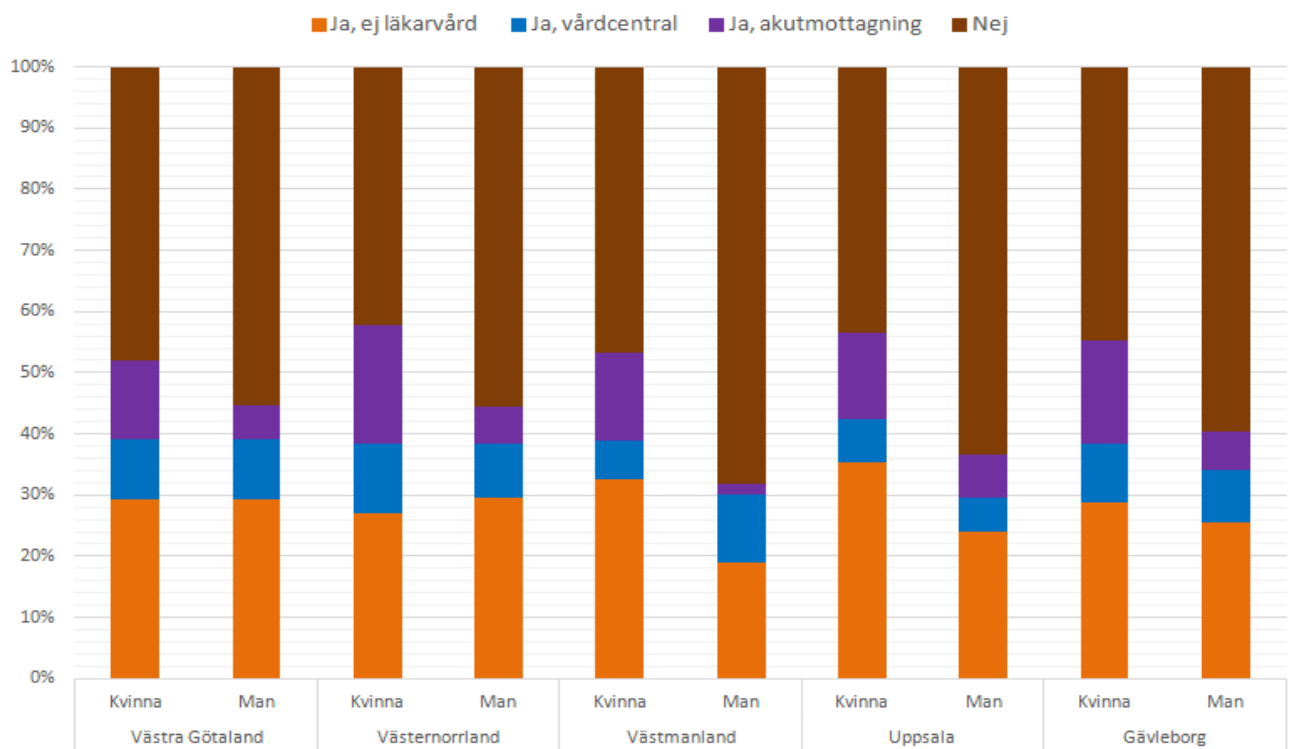
4. Om ja, vid hur många tillfällen har du ramlat omkull på snö och is de senaste fem åren?



## 5. Har du skadat dig vid något av tillfällena?

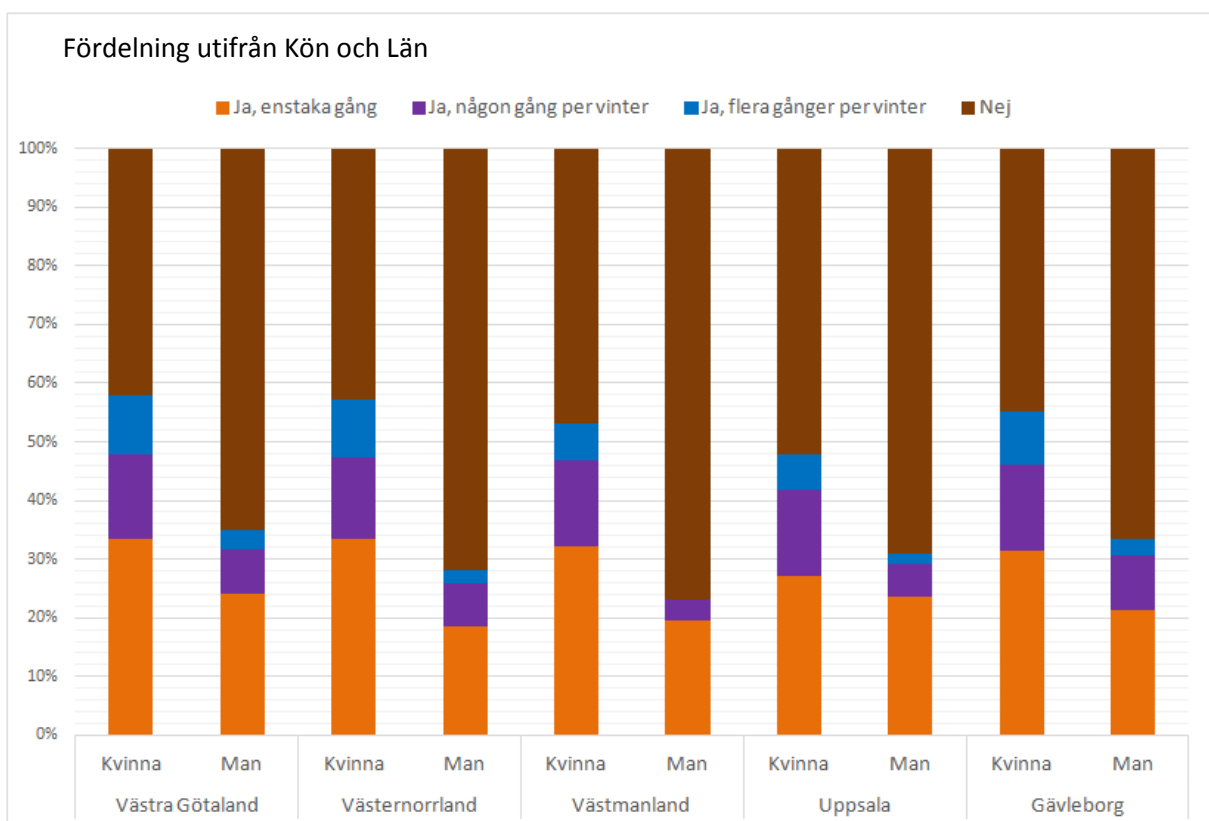
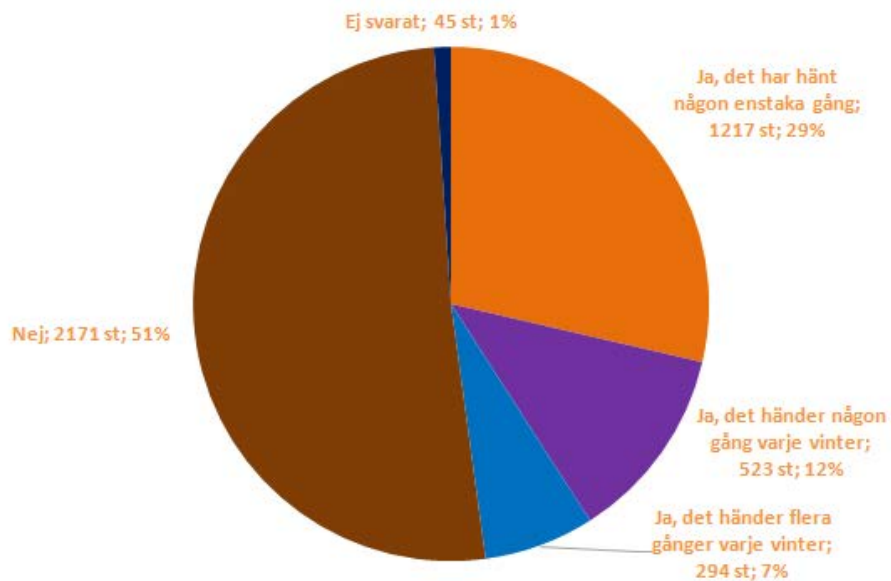


Fördelning utifrån Kön och Län



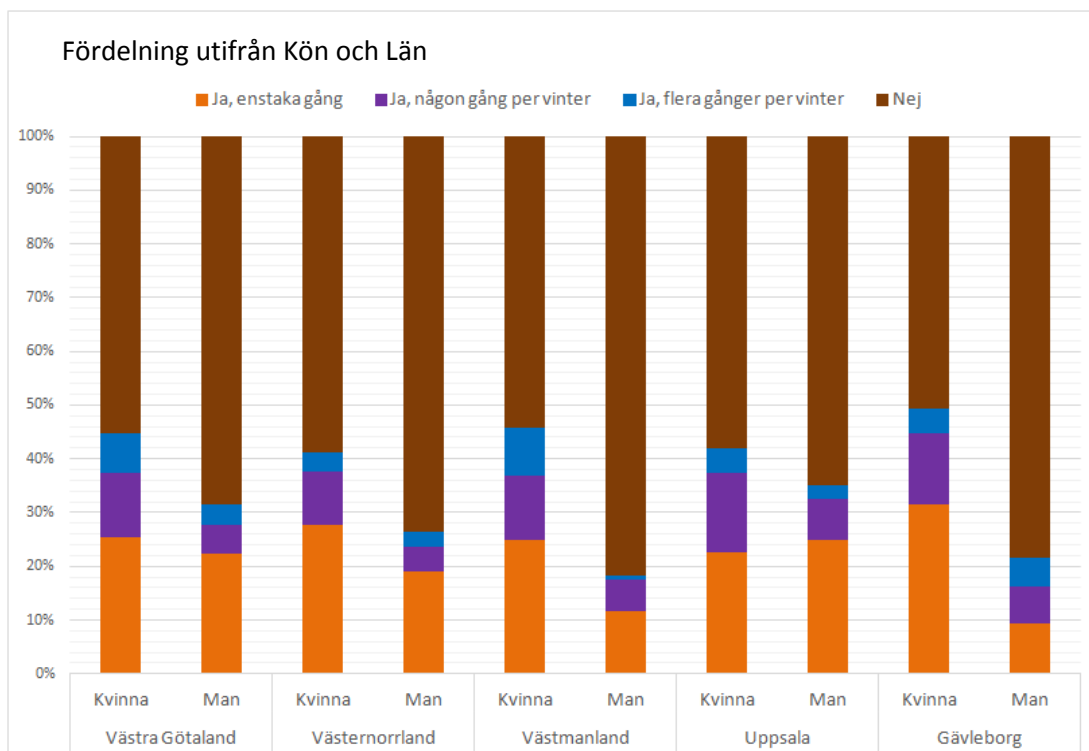
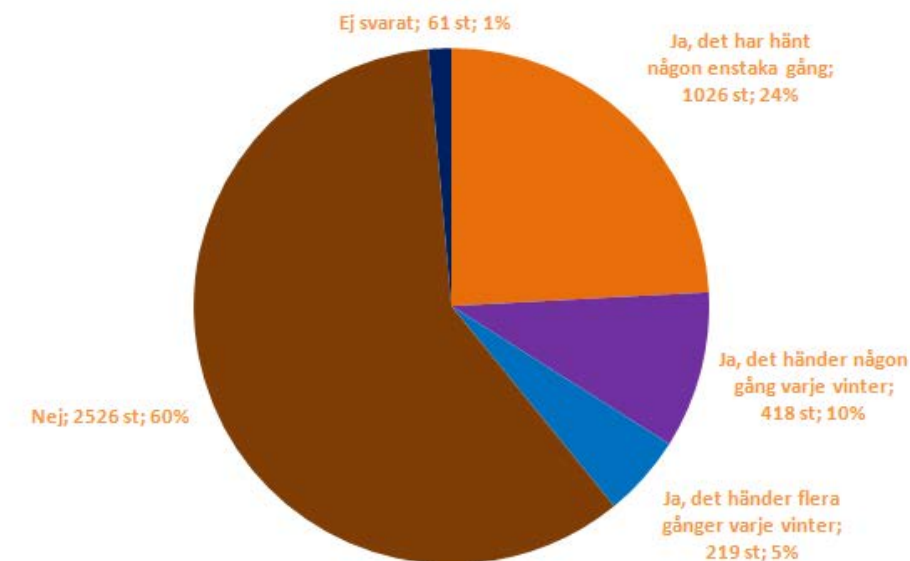
**Kommentar:** Fler kvinnor än män har skadat sig i en sådan omfattning att det krävt vård i samtliga län. I till exempel Västra Götaland har ca 22 procent av kvinnorna men bara ca 14 procent av männen uppsökt vårdcentral eller akutmottagning.

## 6. Har du någon gång låtit bli att gå ut på grund av risk för att halka under de senaste fem åren?



**Kommentar:** Fler kvinnor än män uppger att de låtit bli att gå ut på grund av risk för att halka i samtliga län. I till exempel Västra Götaland har ca 59 procent av kvinnorna men bara ca 35 procent av männen undvikit att gå ut.

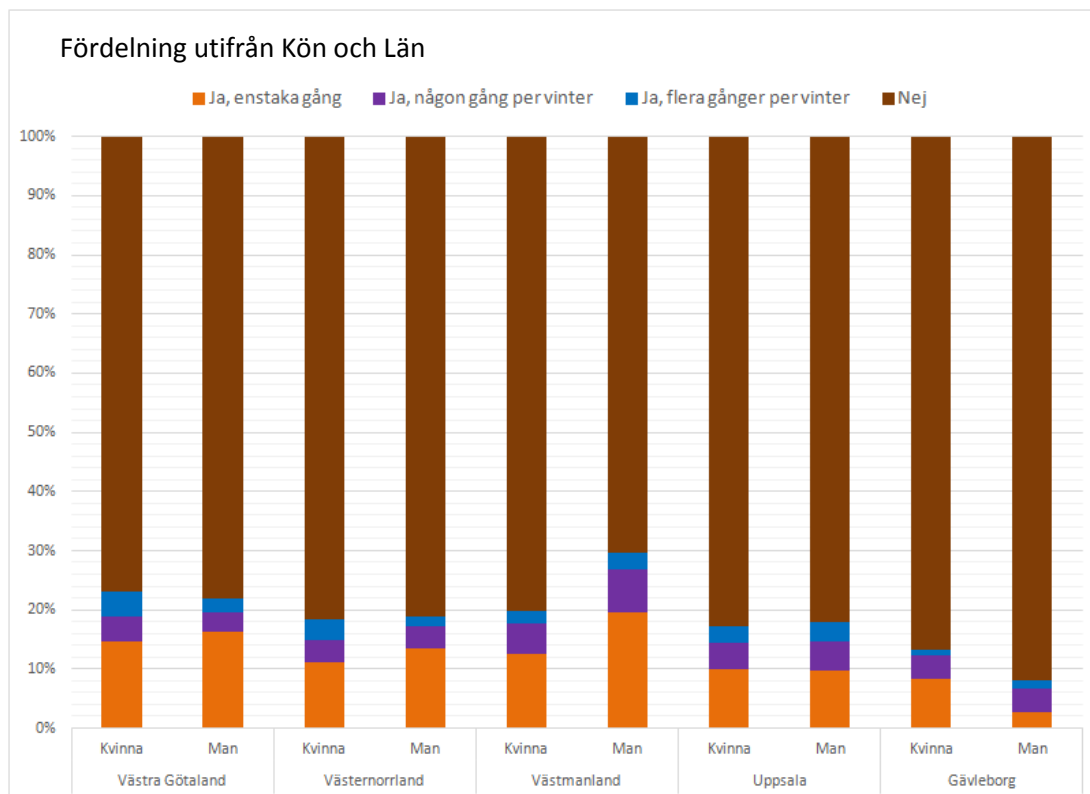
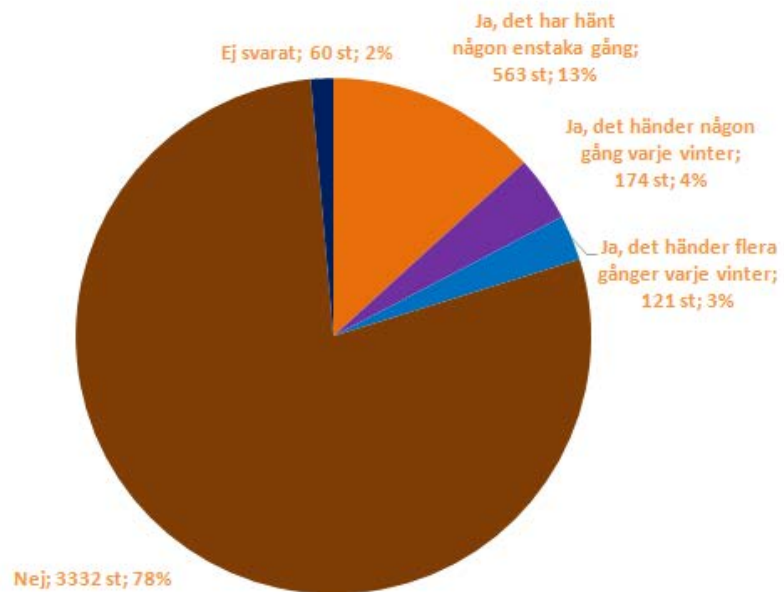
## 7. Har du någon gång behövt ta en alternativ väg (tex till bussen, till torget etc.) på grund av risk för att halka under de senaste fem åren?



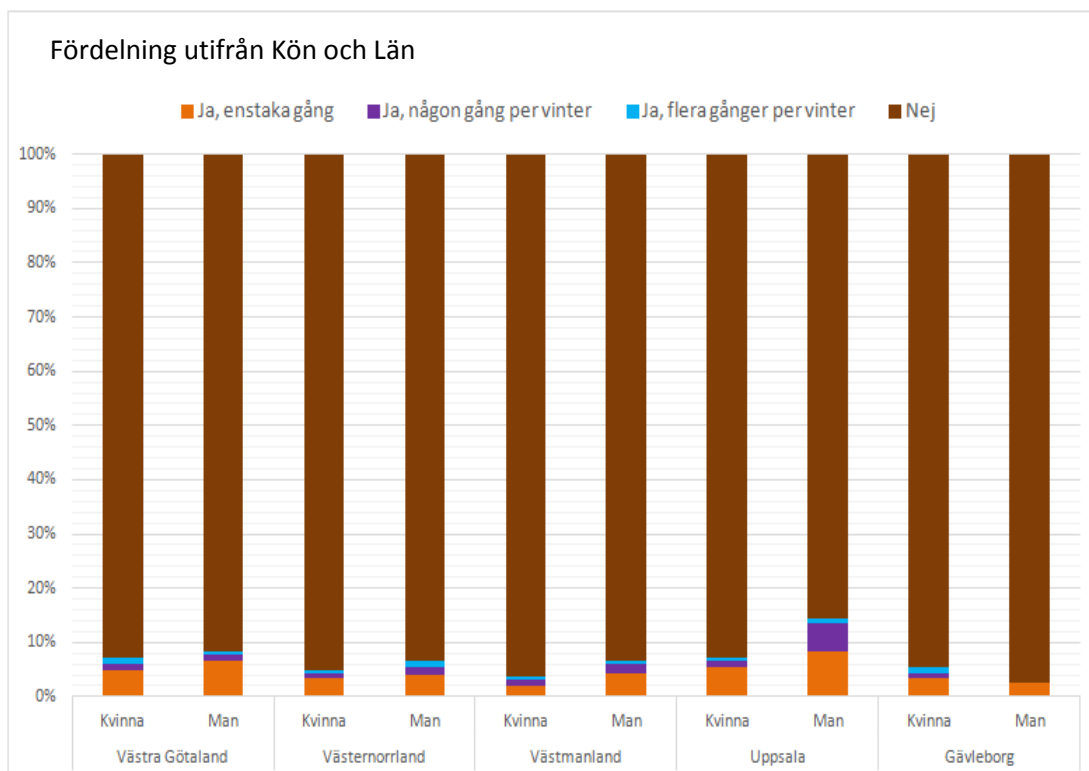
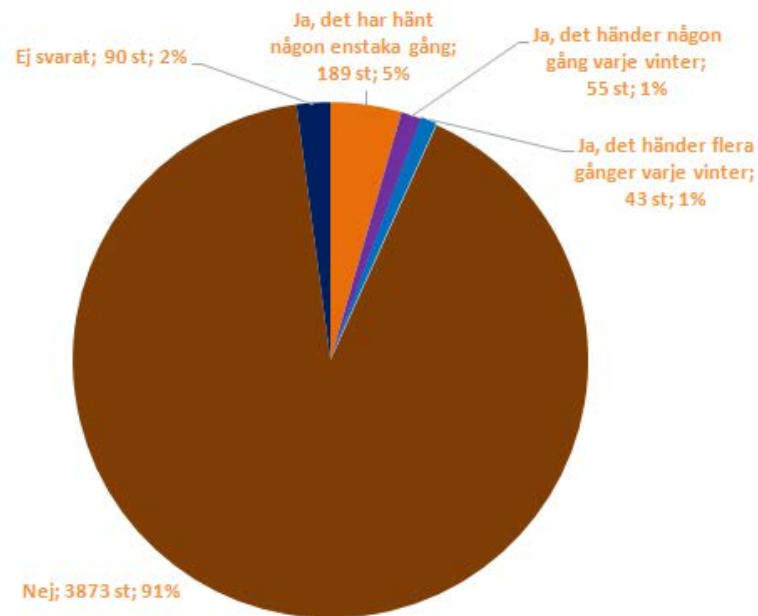
**Kommentar:** Fler kvinnor än män uppger att de tagit en alternativ väg på grund av risk för att halka i samtliga län. Till exempel har cirka 45 procent av kvinnorna men bara 31 procent av männen i Västra Götaland någon gång tagit en alternativ väg.



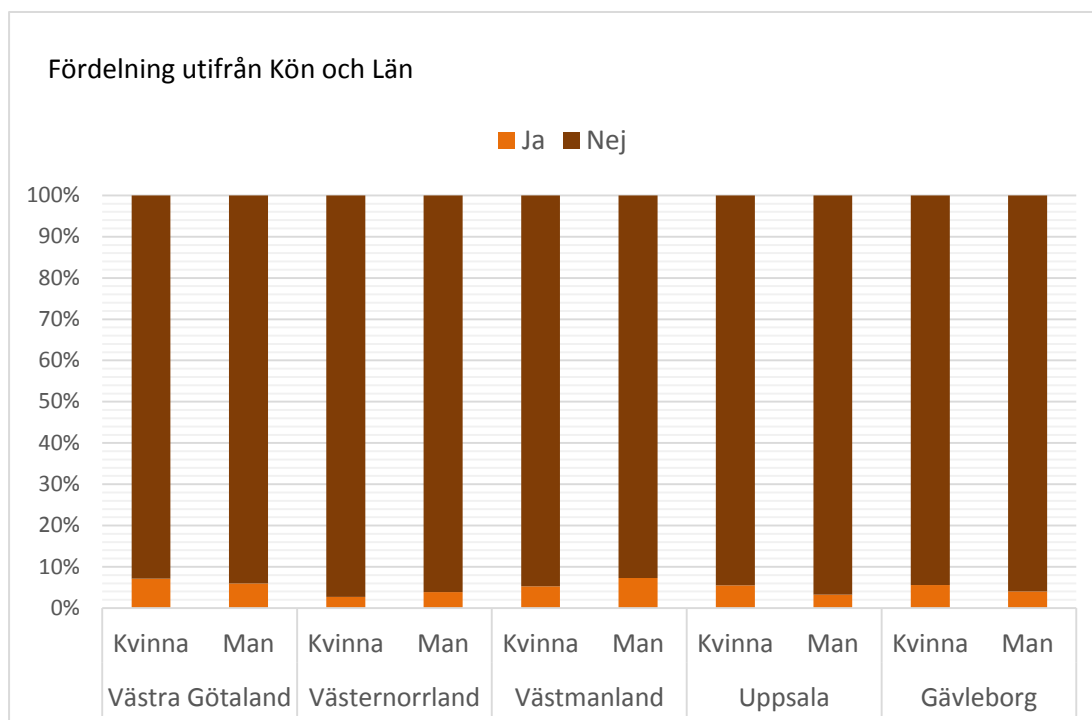
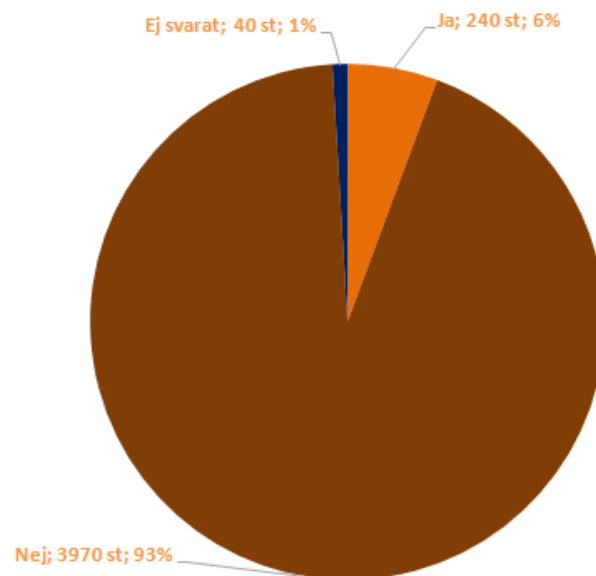
## 8. Har du någon gång behövt ta hjälp av anhörig för att transportera dig på grund av risk för att halka under de senaste fem åren?



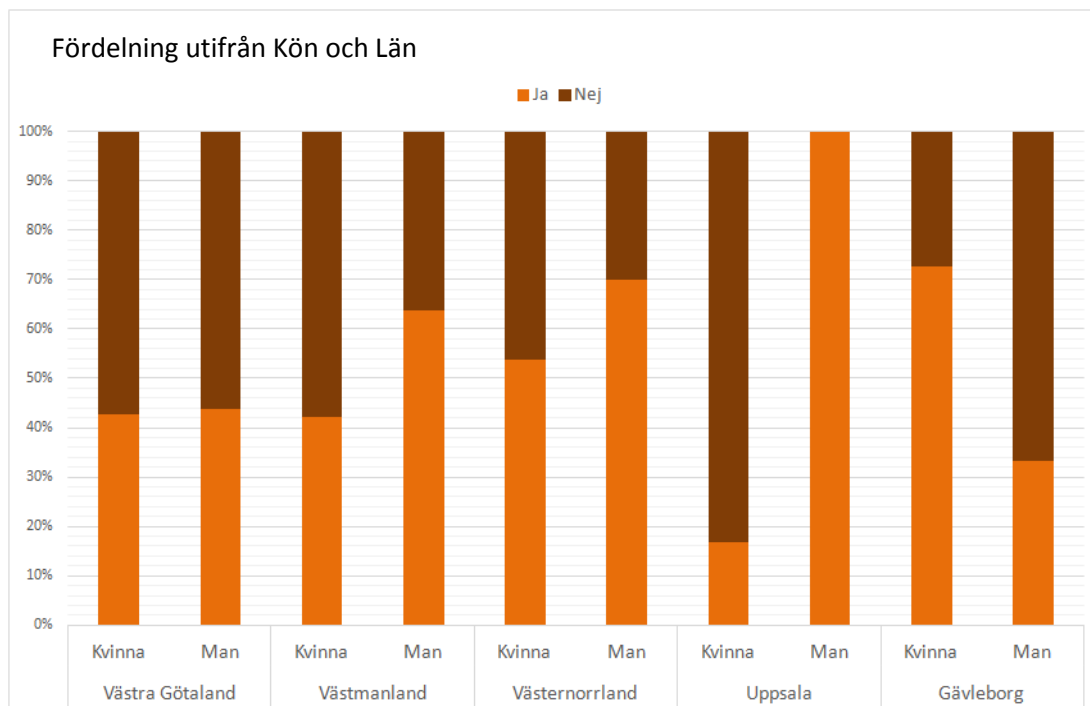
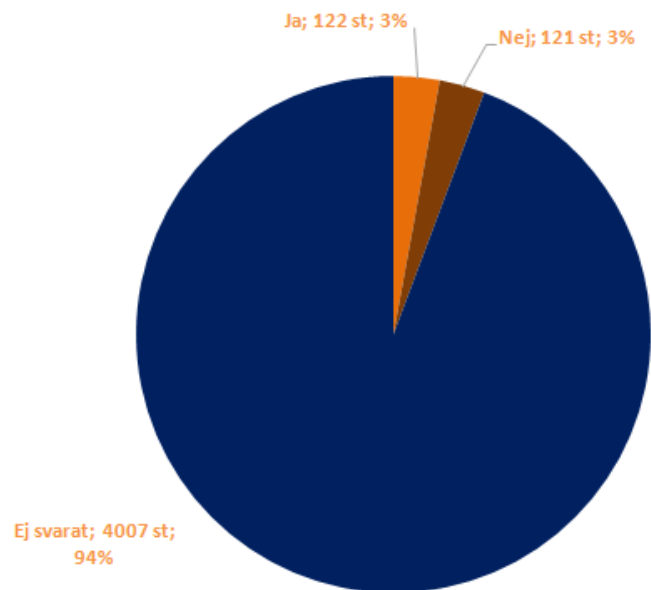
## 9. Har du någon gång behövt åka taxi på grund av risk för att halka under de senaste fem åren?



## 10. Har du färdtjänst?

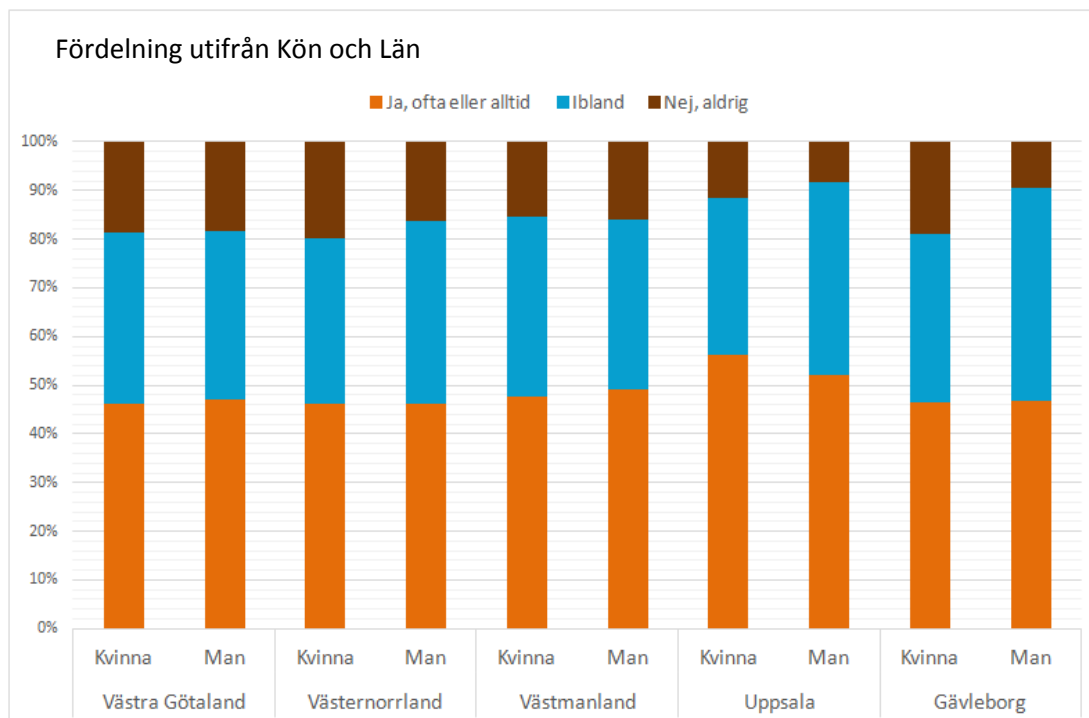
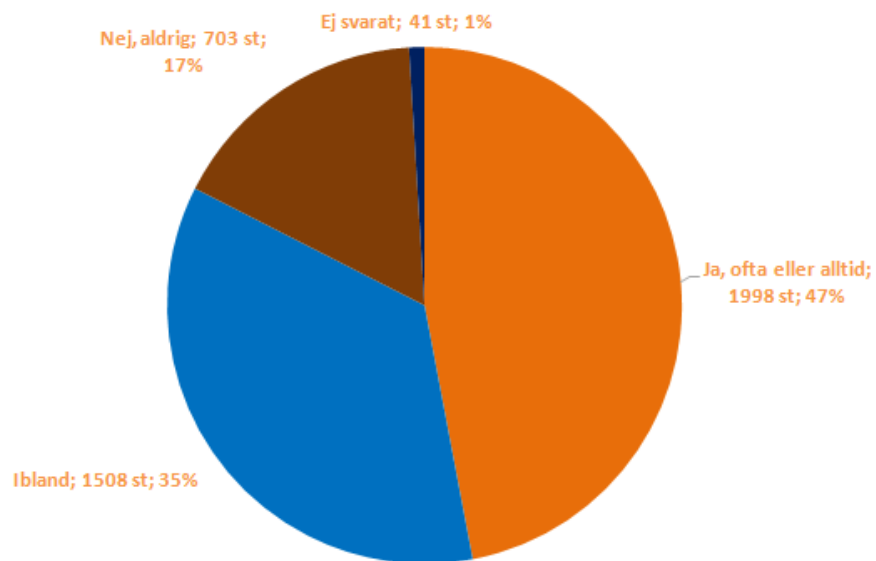


11. Om ja, använder du färdtjänsten oftare vintertid än sommartid, på grund av risken för att halka?



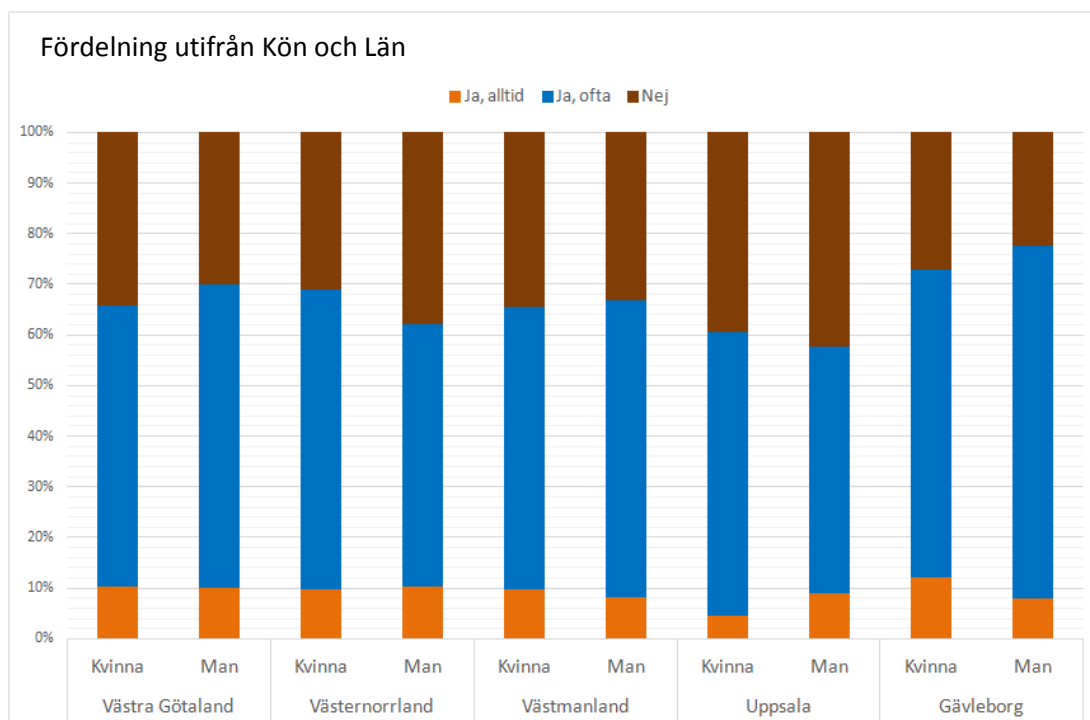
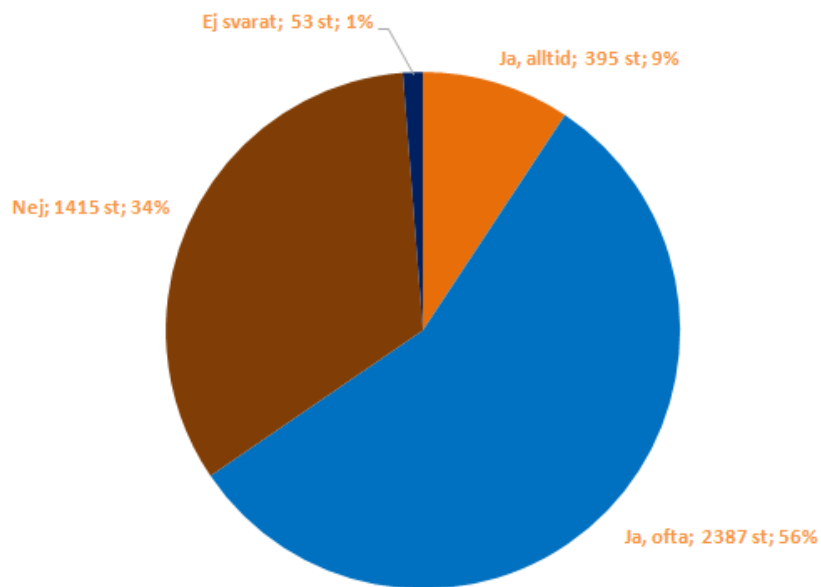
**Kommentar:** Frågan om färdtjänst är den som har fått mest ojämlig fördelning mellan kön och län. I synnerhet Uppsala län avviker där 100 procent av männen men bara 17 procent av kvinnorna använder färdtjänsten oftare vintertid än sommartid.

## 12. Använder du halkskydd när det finns risk för halka?



**Kommentar:** Nära hälften använder ofta halkskydd. Användningen fördelar sig lika över landet och mellan könen.

### 13. Upplever du att vinterväghållningen är tillräcklig i de områden där du brukar gå?



**Kommentar:** En tredjedel anser att vinterväghållningen inte är tillräcklig. Fördelningen är lika mellan könen och länen.