

Προστατεύστε τον εαυτό σας από τις πτώσεις στο νοσοκομείο

(Protecting Yourself from Falls in the Hospital – Greek)



UHN

Κατά την παραμονή σας στο UHN, το νοσοκομείο μας δεσμεύεται να λάβει τα παρακάτω μέτρα, προκειμένου να αποφύγετε τις πτώσεις:

- Φροντίζουμε ο ασθενής να εξοικειωθεί με το δωμάτιο, το μπάνιο και τους χώρους θεραπείας
- Βεβαιωνόμαστε ότι το κουδούνι κλήσης της νοσοκόμας υπηρεσίας λειτουργεί κανονικά και ότι ο ασθενής μπορεί και το φτάνει
- Τοποθετούμε τα προσωπικά αντικείμενα και το νερό ή οποιοδήποτε πόσιμο υγρό σε σημείο που να μπορεί να το φτάνει ο ασθενής
- Τοποθετούμε τα είδη προσωπικής υγιεινής, όπως πάπια, ουροσυλλέκτης για άνδρες και τουαλέτα-κάθισμα, σε σημείο που μπορεί να τα φτάνει ο ασθενής
- Βεβαιωνόμαστε ότι τα γυαλιά όρασης, τα ακουστικά βαρηκοΐας και το Π ή το μαστούνι είναι σε σημείο που μπορεί να τα φτάνει ο ασθενής
- Τοποθετούμε το τραπέζακι και το τηλέφωνο σε σημείο που μπορεί να τα φτάνει ο ασθενής
- Τοποθετούμε το κρεβάτι σε χαμηλότερη θέση και βεβαιωνόμαστε ότι τα φρένα του κρεβατιού είναι ενεργοποιημένα
- Βεβαιωνόμαστε ότι ο μοχλός ρύθμισης του κρεβατιού είναι σε σημείο που μπορεί να το φτάνει ο ασθενής (πρόκειται συνήθως για ένα κουμπί στο πλαϊνό μέρος του πλαισίου του κρεβατιού με το οποίο ρυθμίζεται η κλίση της κεφαλής του κρεβατιού σε χαμηλότερη ή υψηλότερη θέση).
- Βεβαιωνόμαστε ότι το κορδονάκι για το φως βρίσκεται σε σημείο που να μπορεί να το φτάνει ο ασθενής και ότι υπάρχει επαρκές φως
- Καθαρίζουμε αμέσως οποιοδήποτε υγρό στο πάτωμα
- Αφαιρούμε οτιδήποτε εμποδίζει την πρόσβαση στο μπάνιο και τους διαδρόμους
- Ελέγχουμε τον ασθενή σε τακτά χρονικά διαστήματα
- Βοηθούμε τον ασθενή να αντιμετωπίσει τον πόνο
- Ελέγχουμε τα φάρμακα που χορηγούνται στον ασθενή για να δούμε εάν αυξάνουν τον κίνδυνο πτώσης

Τί μπορεί να κάνει ο ασθενής για την ελαχιστοποίηση του κινδύνου πτώσης:

- Να φορά μη αντιολισθητικά υποδήματα
- Να καλεί σε βοήθεια εάν αισθάνεται αδύναμος ή ζαλίζεται όταν:
 - σηκώνεται από το κρεβάτι ή από καρέκλα
 - ξαπλώνει στο κρεβάτι ή κάθεται σε καρέκλα
 - περπατά στους διαδρόμους και τους λοιπούς χώρους του νοσοκομείου
- Να μη στηρίζεται σε νοσοκομειακό εξοπλισμό. Τα περισσότερα είδη νοσοκομειακού εξοπλισμού έχουν ροδάκια
- Να ενημερώνει το νοσοκομείο για οποιαδήποτε παράληψη και να μάς υποδεικνύει πώς μπορούμε να βοηθήσουμε, προκειμένου να αποτρέψουμε τον κίνδυνο πτώσης

Μόνο με τη συνεργασία μπορούμε να προλάβουμε και να αποτρέψουμε τις πτώσεις!

Οι πληροφορίες που παρέχονται στο παρόν φυλλάδιο έχουν ενημερωτικό και μόνο χαρακτήρα και δεν προορίζονται να υποκαταστήσουν ιατρική γνώμηση, διάγνωση ή θεραπεία. Παρακαλούμε να επικοινωνήσετε με το γιατρό σας ή τον πάροχο ιατρικών υπηρεσιών, προκειμένου να λάβετε συμβουλές σχετικά και τη συγκεκριμένη ασθένεια ή πάθηση. Είναι δυνατή η παραγωγή ενός και μόνο αντιγράφου του υλικού αυτού, εφόσον πρόκειται να αναπαραχθεί για μη εμπορικούς σκοπούς.

© 2010 University Health Network. All rights reserved/ Με την επιφύλαξη κάθε δικαιώματος.

Συγγραφέας: UHN Fall Safety and Restraints Committee

Ημερομηνία δημιουργίας: 06/2010

Έντυπο: D-5119B



University Health Network
Toronto General Hospital Toronto Western Hospital Princess Margaret Hospital