



QUANDO TI RICOVERI PORTA CON TE

- ✓ Tutti i farmaci che stai assumendo con le informazioni relative agli orari di somministrazione.
- ✓ Gli integratori, prodotti omeopatici ed erboristici che assumi.
- ✓ L'ausilio che utilizzi per camminare (bastone, tripode, deambulatore).
- ✓ Gli occhiali e/o le protesi acustiche.

A cura della
Direzione Sanitaria
UOS Rischio Clinico

rischioclinico@aulss6.veneto.it

CADUTE IN OSPEDALE?

NO GRAZIE!

***I NOVE PASSI PER
PREVENIRE LE CADUTE***

Gentile paziente,

leggi con attenzione questo opuscolo che contiene consigli utili per ridurre il rischio di caduta.

Se hai bisogno di chiarimenti, rivolgiti agli operatori che sono a disposizione.

Questo opuscolo è una sintesi del documento Aziendale "Prevenzione e gestione delle cadute del paziente nell'Aulss 6 Euganea".



**LA SICUREZZA DEI
NOSTRI PAZIENTI
CI STA A CUORE**

Immagini by Freepik.com

DURANTE IL RICOVERO: I NOVE PASSI!

1. **Tieni a portata di mano il campanello** e se necessario chiama prima di alzarti.
2. **Siedi e aspetta** qualche minuto prima di scendere dal letto.
3. **Evita i movimenti bruschi e repentini.**
4. **Accendi la luce** di notte, prima di scendere dal letto e quando devi andare in bagno.
5. **Usa la taglia giusta per i tuoi vestiti:** evita camicie da notte lunghe e allaccia la cintura del pigiama o della vestaglia per evitare di inciampare.
6. **Usa calzature chiuse,** con allacciatura semplice e con suola antiscivolo.
7. **Tieni a portata di mano** tutti gli oggetti di uso comune (il bicchiere d'acqua, gli occhiali, l'apparecchio acustico, ecc.).
8. **Utilizza il tuo ausilio** per muoverti (bastone, deambulatore, tripode) e tienilo a portata di mano.
9. **Bevi:** la disidratazione può causare confusione e aumentare il rischio di cadute.

AIUTACI A GARANTIRE LA TUA SICUREZZA

- ✓ **Segnala** se in passato sei già caduto.
- ✓ **Chiedi** al personale se puoi alzarti da solo dal letto o dalla sedia: ti indicherà se e come farlo.
- ✓ **Non alzarti** da solo se assumi farmaci per dormire, diuretici e lassativi.
- ✓ **Non alzarti** da solo se hai problemi di vista o di udito.
- ✓ **Non alzarti** da solo se hai vertigini o capogiri.
- ✓ **Non camminare** sul pavimento bagnato.
- ✓ **Segnala** al personale se hai particolari esigenze o abitudini alimentari.

SE CADI

- ✓ Non alzarti e chiedi aiuto.
- ✓ Attendi l'arrivo del personale sanitario.
- ✓ Avvisa il personale se, dopo la caduta, senti:
 - vertigini o svenimenti
 - mal di testa che va peggiorando
 - senso di nausea o vomito
 - confusione o agitazione
 - dolore che aumenta
 - incapacità ai movimenti
 - disturbi dell'equilibrio.