

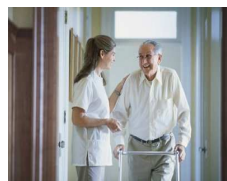
Mentre sono in ospedale, cosa posso fare da paziente?



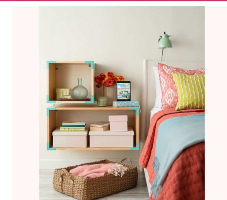
Indossa capi di vestiario di giusta taglia evitando camicie da notte lunghe



Alzati sempre lentamente sia dal letto che dalla sedia/poltrona. Se avverti un capogiro siediti e chiama il personale



Fatti sempre aiutare dal Personale sanitario/famigliare se ti viene raccomandato di non recarti da solo in bagno o di eseguire altre attività



Fai in modo che gli oggetti di uso comune che tieni sul comodino (es. occhiali) siano raggiungibili facilmente



Di notte accendi la luce prima di alzarti



Bevi regolarmente per evitare la disidratazione che può causare confusione e aumentare il rischio di cadere

Costruiamo insieme un'assistenza più sicura

Questa brochure fa parte di un insieme di iniziative promosse dall'Azienda Ospedaliera di Padova per creare con il cittadino e i suoi familiari una collaborazione e un dialogo costante.

L'obiettivo è fornire all'utenza le informazioni e gli strumenti necessari per diventare partner attivamente impegnati nel perseguire una sempre migliore qualità e sicurezza nelle cure.

Contattaci: per qualunque domanda o chiarimento relativa a questa iniziativa o alla prevenzione delle cadute, rivolgiti al Servizio Rischio Clinico e Sicurezza del paziente.

Responsabile Prof.ssa Anna Aprile

puoi contattarci a:
rischioclinico.aopd@aopd.veneto.it

Ultimo aggiornamento: Rev 06 del 31 agosto 2022



REGIONE DEL VENETO
**Azienda
Ospedale
Università
Padova**

Direzione Medica Ospedaliera

UOS Rischio Clinico

CADUTE
costruiamo insieme



**COSA SAPERE E COSA FARE
PER ESSERE PROTAGONISTI RESPONSABILI
DELLA PROPRIA SALUTE**

LA PREVENZIONE DELLE CADUTE NELL'AZIENDA OSPEDALE - UNIVERSITA' PADOVA

Cosa posso fare prima di entrare in ospedale?

Ricorda di portare sempre con te:

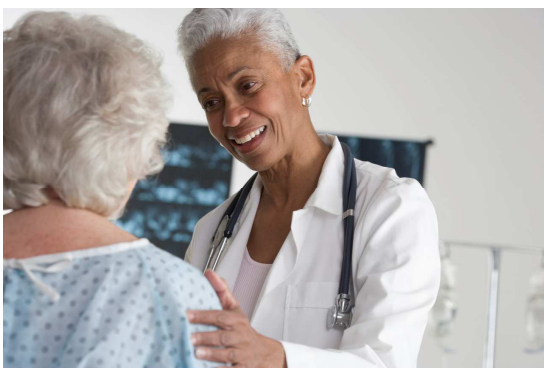
Tutto ciò che ti è normalmente di aiuto nella tua quotidianità (occhiali, bastone ...)

Tutte le medicine che prendi abitualmente e tutte le informazioni sugli orari e i dosaggi di Assunzione

Mentre sono in ospedale, cosa può fare lo staff?

Darti tutte le informazioni per la prevenzione delle cadute e aiutarti a rendere la stanza di degenza un luogo sicuro

Valutare con te il rischio di caduta e realizzare un programma di prevenzione personalizzato



Le cadute negli anziani ospedalizzati sono un evento molto frequente con possibili gravi conseguenze sia fisiche che psicologiche.

GENTILE UTENTE SE RISPONDI "SI" A QUESTE DOMANDE POTRESTI ESSERE A RISCHIO CADUTA

- Sei già caduto in passato?
- Se si hai paura di cadere ancora?
- Agisci sopravvalutando le tue capacità, non accettando i tuoi limiti fisici?
- Indossi spesso calzature con la suola scivolosa o pantaloni/gonne troppo lunghe/larghe?
- Hai mai sofferto di problematiche di equilibrio/vertigine, di mobilità o di dolori articolari?
- Hai notato un indebolimento della vista e/o dell'udito?
- Hai calli, ulcere, e/o deformità ai piedi?
- Assumi farmaci per favorire il sonno, per abbassare la pressione del sangue, per ridurre l'ansia?

Mentre sono in ospedale, cosa posso fare da paziente?



Comunica all'infermiere se ti senti instabile sulle gambe o se temi di poter cadere



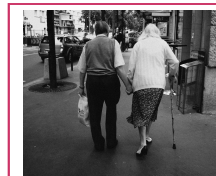
All'ingresso prendi confidenza con la stanza e con il percorso per raggiungere il bagno



Evita di camminare se il pavimento della stanza è bagnato e avvisa subito il personale se vi sono ostacoli che intralciano il tuo movimento o se noti altre situazioni di rischio



Utilizza calzature chiuse di misura adeguata, con allacciatura semplice e suola antiscivolo



Se normalmente usi il bastone o altri supporti usali anche durante il ricovero invece che appoggiarti al muro o ai mobili della stanza



Tieni il campanello a portata di mano