

## Attenzione alle calzature dei vostri cari!



**NO** calzature eleganti, a pianta stretta, con suola liscia.

**Sì** calzature a larghezza regolabile, con pianta comoda e suola di gomma antiscivolo.



**Per la Riabilitazione:**

**Sì** scarpe leggere, con suola di gomma, facili da indossare.



**Le consigliamo di leggere attentamente questa brochure e farla leggere ai propri cari.**

## Le cadute in ospedale

Genle Paziente, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità il **30 % delle persone sopra i 65 anni e il 50% di quelle sopra gli 80 anni, cade almeno 1 volta all'anno.**

Con l'avanzare dell'età, infatti, aumenta il rischio di caduta e i danni conseguenti.

La presente brochure intende fornire gli strumenti per la prevenzione dell'evento, sensibilizzando il paziente del rischio caduta e illustrando **le raccomandazioni** e i **comportamenti corretti** da adottare durante il soggiorno in ospedale, al fine di diminuire il rischio caduta.

### Istituto Clinico Sant'Ambrogio

di Istituti Ortopedici Galeazzi SpA

Via Luigi Giuseppe Faravelli, 16

Centralino 02.33.12.71 - CUP 02.33.12.70.11

Fax 02.33.12.77.17

Documento emesso dalla Direzione Sanitaria/Ufficio Qualità in conformità ai requisiti di Accreditazione e Joint Commission International



ISTITUTO CLINICO  
SANT'AMBROGIO

Principi di Educazione  
del Paziente e dei Familiari

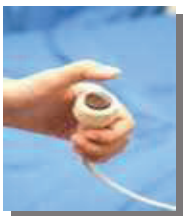
## 10 regole per NON CADERE

La prevenzione delle cadute  
in ospedale



1

Chiami il personale di assistenza, utilizzando il campanello di chiamata, quando vuole alzarsi e il personale e/o infermieristico le ha sconsigliato di alzarsi autonomamente dal letto oppure se non si sente in grado di farlo da solo/a.



2

Anche se ha avuto l'indicazione ad alzarsi liberamente, prima di scendere dal letto, si metta seduto ed attenda per qualche minuto.

Quando si china si tenga sempre ad un supporto bel saldo.



3

Nel caso debba recarsi frequentemente ai servizi igienici, provveda affinché il letto sia in posizione abbassata e che vi sia sempre ordine intorno al letto e lungo il percorso verso il bagno.



**Molte cadute avvengono di notte recandosi al bagno! Chiami sempre il personale se non è autorizzato ad**

**alzarsi autonomamente dal letto.**

4

Quando si reca in bagno, **utilizzi sempre i maniglioni** per sollevarsi dal WC e Bidet o per fare la doccia.



5

Presti attenzione per **evitare di camminare su superfici bagnate**, in particolare in bagno e quando è in corso la pulizia del pavimento nel reparto di degenza.



6

È fondamentale utilizzare **calzature idonee** (vedi schema): **di misura adeguata, comode, con allacciatura semplice e con suola di gomma antiscivolo.**



Indossi capi comodi, della giusta misura. Evitare camicie da notte troppo lunghe

7

**Segnali tempestivamente al personale ad assistenza:** eventuali luci non funzionanti,



malfunzionamenti del campanello di chiamata e/o guasti al telecomando di posizionamento del letto e **qualsiasi fattore che lei ritiene possa aumentare il suo rischio caduta.**

8

Se ne fa uso, porti da casa **l'ausilio per la deambulazione** (deambulatore, bastone, tripode), gli occhiali e/o le protesi acustiche. Utilizzi il corrimano ove disponibile.



9

Al fine di aumentare il Suo livello di consapevolezza del rischio caduta, Le elenchiamo **i principali fattori di rischio**, identificati dai Ministero della Salute, **che possono aumentare la possibilità di caduta:**

- Età maggiore di 65 anni;
- Deterioramento dello stato mentale e/o delle funzioni neuro-muscolari;
- Precedenti cadute;
- Incontinenza;
- Riduzione della vista;
- Patologie del piede;
- Paura di cadere.



10

Ulteriori fattori clinici (es. assunzione di particolari farmaci, patologie, ecc.) saranno presi in esame dal personale medico ed infermieristico al momento dell'ingresso in Reparto. **Le verranno poste alcune domande per effettuare una valutazione del rischio ed attivare eventuali interventi preventivi.**