

PREVENCIA PÁDOV - POUČENIE PACIENTA

Vážení pacienti,

súčasťou zvyšovania kvality ošetrovateľskej starostlivosti je zaistenie bezpečného prostredia pre pacientov tzn. odstránenie/eliminovanie rizika úrazu a pádu.

Vo vlastnom záujme si prosím prečítajte inštrukcie ako sa vyvarovať takýmto mimoriadnym situáciám.



Rizikové faktory:

- ☐ Zmätenosť
- ☐ Pokročilý vek
- ☐ Problémy so zrakom alebo sluchom
- ☐ Slabosť
- ☐ Porucha pohyblivosti
- ☐ Užívanie liekov, ktoré môžu spôsobiť zmätenosť

Kedy pre Vás môže nastať zvýšené riziko pádu:

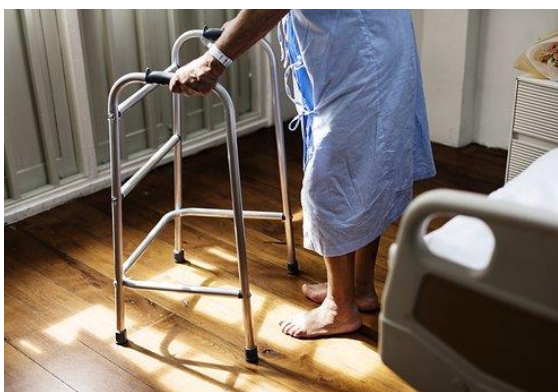
PÁD Z LÔŽKA, PRI POSTELI, PRI PRESUNE

- ✚ Aby posteľ zodpovedala potrebám pacienta i zdravotníckych pracovníkov je doplnená rôznymi pomôckami a zariadeniami, ktoré majú svoj význam, pomáhajú pri pohybe a zabezpečujú pred pádom napr. **hrazdička, uzdička, bočnice, schodíky.**
- ✚ Ak tieto pomôcky váš stav vyžaduje, požiadajte prosím zdravotnícky personál, aby ich pre vás zabezpečil. Ak zistíte poruchu a nefunkčnosť týchto pomôcok, nahláste to zdravotníckemu personálu.
- ✚ Neváhajte privolať zdravotnícky personál, ak potrebujete pomoc a vyžaduje si to váš zdravotný stav. Na privolanie personálu slúži **signalizačné zariadenie**, ktoré je súčasťou každej postele. Ak zistíte poruchu signalizačného zariadenia, požiadajte spolupacienta o pomoc s privolaním personálu.
- ✚ Po zobudení a dlhšom ležaní a po podaní infúzie, si pomaly sadnite, **chvíľku posed'te (5-10 minút)** a až potom pomaly vstávajte z postele. Predídete tak, náhlému zníženiu tlaku, závratom a následnému pádu.
- ✚ Pohybujte sa po izbe a oddelení za dostatočného svetla tzn. v noci si rozsviet'te izbové svetlo, lampu.

PÁD Z DÔVODU POŽITIA HYPNOTÍK – LIEKY NA SPANIE

- Po použití liekov na spanie, ukludnenie môžete pociťovať **nežiaduce účinky** ako je: slabosť, závrat, strata rovnováhy, zmätenosť. **Preto, po užití lieku už z postele nevstávajte, v prípade potreby privolajte sestru signalizačným zariadením.**
- Pri pociťovaní daných príznakov, oznámte to personálu. Pre väčší pocit istoty, **požiadajte o bočnicu.**

PÁD Z DÔVODU POUŽÍVANIA ORTOPEDICKO-PROTETICKEJ POMÔCKY



Ortopedicko-protetická pomôcka ako napr. francúzske a nemecké barle, vychádzková palička a chodítko atď. uľahčujúce pohyb a presun. O ich správnom používaní a nastavení sa poraďte so zdravotníckym personálom – fyzioterapeutom. Každá barla, palička, chodítko musí mať vhodnú dĺžku a neporušený gumený násadec.

PÁD Z DÔVODU POŠMYKNUTIA

- Z hygienického hľadiska je potrebné umývanie a dezinfekcia podláh na oddelení a izbách minimálne dvakrát denne, a preto nastáva riziko pošmyknutia na mokrej dlážke. Preto vždy počkajte až dlážka úplne uschne. Zároveň rešpektujte upozornenia upratovačky, personálu a výstražnú žltú tabuľu umiestnenú na umytej dlážke.
- Mimoriadny pozor si dávajte v kúpeľni pri hygiene a v okolí bazéna – používajte protišmykovú podložku a pridržievajte sa madiel, používajte vhodnú obuv.
- Neváhajte privolať personál, ktorý Vám pomôže pri pohybe v kúpeľni a okolí bazéna.

