

INFORMATIVA PER UTENTI, VISITATORI E DIPENDENTI
Prevenzione delle cadute



Per prevenire le cadute in struttura, è fondamentale adottare alcune misure sia da parte del personale che dei pazienti stessi o visitatori. Queste includono l'identificazione precoce delle situazioni a rischio, l'ottimizzazione dell'ambiente, l'uso corretto di ausili e la promozione di comportamenti sicuri.



Misure generali:

- **Illuminazione adeguata:** verificare che gli ambienti godano di una buona illuminazione per favorire la visibilità
- **Pavimenti non scivolosi:** Mantenere i pavimenti puliti, asciutti e privi di ostacoli.
- **Arredamento e attrezzature da lavoro adeguati:** le sedie, gli ausili, i carrelli ecc. devono essere sistemati in modo da non intralciare il passaggio
- **Utilizzo di corrimano:** assicurare la presenza di corrimani lungo i corridoi e le scale.
- **Manutenzione degli ausili:** Assicurare la manutenzione regolare degli ausili (letti, deambulatori, ecc.).



Misure per il personale:



- **Identificazione dei pazienti a rischio:** attenzione ai fattori di rischio
- **Ausili adeguati:** assicurarsi che gli ausili siano idonei e utilizzati correttamente.
- **Monitoraggio continuo:** monitorare costantemente le condizioni dei pazienti e intervenire tempestivamente in caso di necessità.
- **Comunicazione efficace:** comunicare efficacemente con i pazienti e i loro familiari per fornire informazioni e istruzioni.
- **Riduzione dell'uso di contenzioni:** ridurre al minimo l'uso di contenzioni fisiche o farmacologiche.



Misure per i pazienti/visitatori:



- **Chiedere aiuto:** non esitare a chiedere assistenza al personale per alzarsi, camminare, andare in bagno o svolgere altre attività.
- **Utilizzare il campanello:** quando si ha bisogno di aiuto, suonare il campanello per avvisare il personale.
- **Orientarsi nell'ambiente:** chiedere informazioni sulla propria stanza e sui percorsi per orientarsi
- **Segnalare guasti:** segnalare al personale eventuali malfunzionamenti di ausili o arredi.
- **Indossare calzature adeguate:** utilizzare scarpe o pantofole chiuse, della misura giusta e con soles antiscivolo.
- **Mantenere il letto in posizione bassa:** assicurarsi che il letto sia mantenuto nella posizione più bassa possibile.
- **Bloccare i freni del letto e delle carrozzine/deambulatori a ruote:** Assicurarsi che i freni degli ausili siano sempre bloccati quando il paziente è a riposo al letto oppure esegue trasferimenti da/verso l'ausilio.
- **Attenzione agli oggetti:** Tenere gli oggetti personali (come il campanello, il telefono, ecc.) a portata di mano per evitare movimenti rischiosi.
- **Alzarsi lentamente:** Se ci si alza dal letto, farlo lentamente e con attenzione, soprattutto dopo essere stati sdraiati o seduti a lungo.
- **Evitare corse:** evitare di correre all'interno della struttura, poiché gli spazi potrebbero essere affollati e gli ostacoli numerosi.
- **Non sottovalutare la debolezza muscolare:** se ci si sente deboli, chiedere aiuto per camminare e svolgere altre attività.