

UNAPRIJEDITE SVOJU SIGURNOST

- Pad je najčešći uzrok ozljeda u bolnici
- Cilj naše Ustanove je kvaliteta naše usluge kako biste se Vi osjećali sigurno
- Odabirom odgovarajućih postupaka zdravstveni djelatnici nastoje spriječiti padove bolesnika
- **Vi također** možete aktivno djelovati u podizanju razine vlastite sigurnosti, jer možete pomoći u prepoznavanju rizika i sprječavanju pada



KOJE SU NEGATIVNE POSLJEDICE PADA

- Pomak ili prijelom kostiju i zglobova
- Ozljeda glave
- Ogrebotine kože i podljev
- Produljenje oporavka i rehabilitacije
- Smanjenje samopouzdanja i neovisnosti



POMOĆU UPITNIKA ZA PROCJENU RIZIKA PROCIJENITE POSTOJI LI KOD VAS RIZIK ZA PAD?

- Da li ste pali u posljednjih 12 mjeseci?
- Imate li više od 65 godina?
- Uzimate li više od tri vrste lijekova?
- Imate li problema s vidom?
- Osjećate li vrtoglavicu ili poremećaj ravnoteže?
- Da li Vam je sve napornije hodati?
- Imate li problema prilikom odlaska na zahod na vrijeme?



Odgovor **DA** na bilo koje od navedenih pitanja govori da je kod Vas povećan rizik za pad!

KAKO MOŽETE SMANJITI RIZIK I SPRIJEČITI PAD?

- Ako ste **nedavno pali kod kuće** svakako o tome obavijestite medicinsku sestru ili liječnika
- Obavijestite ih ako **osjećate slabost, vrtoglavicu ili malaksalost**
- Uzmite u obzir da lijekovi koje uzimate, operacija ili bolest od koje bolujete **moгу utjecati na Vašu ravnotežu ili siguran hod**
- Kada se smjestite u postelju ili ste u kupaonici provjerite da li Vam je **zvono na dohvata ruke**
- Ukoliko je medicinska sestra procijenila da Vam je potrebna pomoć pri kretanju **uvijek je pozovite** ako želite ustati iz postelje
- Ako primijetite prolivenu tekućinu na podu ili druge opasnosti za kretanje **obavijestite medicinsku sestru**
- Nosite **sigurne papuče** koje su stabilne, ne kližu se i koje se daju učvrstiti
- Nosite odjeću koja je komotna i **ne sputava kretanje**
- **Prije ustajanja iz postelje** sjedite nekoliko minuta, zatim ustanite pridržavajući se
- **U kupaonici budite pažljivi** i uzmite si dovoljno vremena za toaletu kako bi izbjegli žurbu koja predstavlja rizik za pad
- Ukoliko ste kod kuće **koristili pomagala pri kretanju** u dogovoru s medicinskom sestrom zamolite obitelj da Vam ih donese u bolnicu
- Vježbanje pridonosi povećanju pokretljivosti te **slijedite upute** medicinske sestre ili fizioterapeuta

VAŽNO ZA ČLANOVE OBITELJI I POSJETITELJE

- Molimo, **obavijestite nas** o prethodnim padovima bolesnika kod kuće!
- **Nemojte samoinicijativno** podizati bolesnika iz kreveta bez prethodnog razgovora s medicinskom sestrom, jer neki lijekovi ili pretrage mogu utjecati na ravnotežu i privremeno umanjiti samostalnost pri kretanju!
- **Donesite sva pomagala** koja bolesnik koristi kod kuće!

UKOLIKO VAM NEDOSTAJU NEKE OD OVIH STVARI, OSIGURAJTE DA IH VAŠI NAJBLIŽI DOSTAVE ŠTO PRIJE U BOLNICU

- Kućna obuća (papuče sa gumenim potplatom)
- Naočale i slušni aparat s rezervnom baterijom
- Pomagalo pri hodu (hodalice, štap), u dogovoru s medicinskom sestrom

SVI ZAJEDNO UNAPRIJEĐUJEMO SIGURNOST BOLESNIKA



© Can Stock Photo - csp23050338

OPĆA BOLNICA DUBROVNIK

DR. ROKA MIŠETIĆA 2

20 000 DUBROVNIK



PREVENCIJA PADA BOLESNIKA U BOLNICI (informativni letak za bolesnike i posjetitelje)



ODJEL ZA KVALITETU, EDUKACIJU, SUZBIJANJE BOLNIČKIH INFEKCIJA I
VANJSKE PACIJENTE