

מניעת נפילות דף הדרכה למאושפז ולמשפחתו

המחלה והאשפוז הכרוך בה יכולים לחשוף אותך לסכנת נפילה. צוות המטפלים עושה מאמצים רבים להביא לשיפור במצב בריאותך במחלקה ולשמור על בטיחותך בעת האשפוז במחלקה. חשוב לנו שיתוף פעולה שלך ושל בני משפחתך. להלן המלצות ודרכי פעולה כיצד להקטין את הסכנה לנפילה בעת האשפוז

- אם הינך משתמש באמצעי עזר להליכה כגון הליכון, או מקל, דאג להביאם עמך מהבית לשימוש באשפוז.
- אם הינך משתמש במשקפי ראייה, או במכשיר שמיעה, דאג שיהיו עמך בעת האשפוז.
- אם הינך מסוחרר, המנע מקימה והליכה ללא ליווי, קרא לצוות במידת הצורך.
- בקימה מהמיטה, במידה ומעקות המיטה סגורים, המנע לטפס מעליהם. קרא לאיש צוות.
- בצע מעבר מתנוחה לתנוחה באיטיות. בקימה מהמיטה, המתן כ-2 דקות בישיבה ולאחר מכן בעמידה, ובדוק שאינך חש סחרחורת.
- אם הינך מרותק למיטה, דאג להשאיר את פעמון המצוקה בקרבתך והשתמש בו בעת הצורך.
- אם אתה חש בחוסר בטחון בעת ההליכה, דווח לצוות הסיעודי.
- התאם את אורך המכנס על-ידי קיפול מכפלת המכנס - במידת הצורך.
- דאג לסגור את כפתורי ושרוכי הביגוד.
- המנע מללכת יחף, או בגרביים. הקפד על נעילת נעל, או נעל-בית סגורה, מתאימה לרגל.
- המנע מהליכה באזור רצפה רטובה.
- במידת הצורך, היעזר במעקות הנמצאים במחלקה, לצידי הקירות, בשירותים ובמקלחות.
- בכניסתך למקלחת/שירותים וודא כי הרצפה יבשה.
- לפני הרחצה וודא שיש ברשותך את האביזרים הנדרשים (פיג'מה, מגבת כלי רחצה).
- מומלץ להתרחץ בישיבה, לוודא קיום פעמון במקלחת לקריאת עזרה במידת הצורך
- אין לנעול את הדלת בכניסתך למקלחת /שירותים

לידיעתכם :

- ✓ ניתן לרכוש/להשאיל ציוד ואביזרי עזר במכון לריפוי בעיסוק בבית חולים העמק או/ו בסניפי יד שרה ע"י פניה לפיזיותרפיסטית.
- ✓ ניתן להיעזר ביחידה להמשך טיפול בהערכת צרכים ובהתאמת דיור (לקבלת השירות יש צורך בהפניית רופא).



אנו מאחלים לך בריאות טובה
ותודה על שיתוף הפעול