

Prevenção de quedas

Dirigido aos pacientes e respetivas famílias

As quedas podem ter consequências graves:



Utilize as maçanetas de portas e os corrimãos.



Utilize os seus auxiliares de marche (andarilhos).

Utilize os seus óculos e/ou aparelho auditivo



Peça uma iluminação adaptada.



Opte por calçado fechado e antiderrapante.



Peça ajuda para ir à casa de banho.

Chame o(a) enfermeiro(a) sempre que precisar necessário.

Peça para que a sua cama fique no nível mais baixo



Se sentir necessidade de ir à casa de banho, vá de imediato

Se o chão estiver sujo, comunique ao pessoal.



Para evitar tonturas, deve primeiro sentar-se na borda da cama e, a seguir, levante-se de forma lenta.



**Promovemos a autonomia do paciente.
Não é possível evitar todas as quedas**

Prevenção de quedas

Dirigido aos pacientes e respetivas famílias

Para evitar as quedas no seu quarto, é necessário garantir que



O equipamento médico

Preste atenção durante as suas deslocações com um suporte de infusão, sonda, stent ou qualquer elemento que possa fazê-lo tropeçar

Os seus auxiliares marcha

Devem estar sempre disponíveis. Traga e porte calçado fechado.



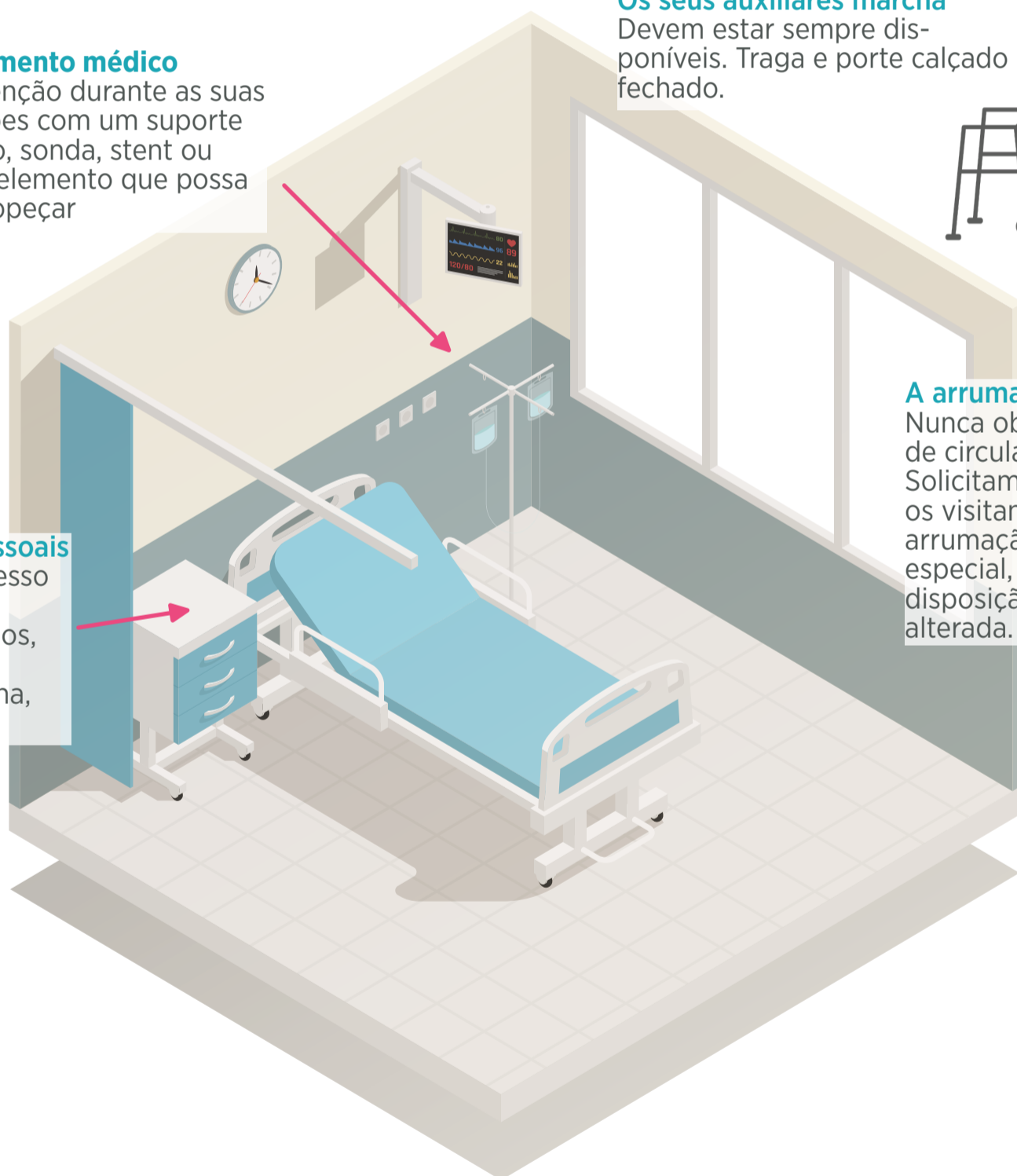
A arrumação no quarto

Nunca obstrua a passagem de circulação. Solicitamos que todos os visitantes respeitem a arrumação do quarto, em especial, se durante a visita a disposição tiver sido alterada.



O seus objetos pessoais

Deve garantir o acesso fácil ao seu equipamento (óculos, aparelho auditivo, pantufas, campainha, telefone, etc.)



SAIR DA CAMA: ORGANIZAÇÃO



- A mesa de cabeceira é colocada ao lado da cama parte superior.
- O calçado e o auxiliar de marcha ficam virados para a saída da cama.
- O suporte de infusão fica ao lado da saída, de preferência nos pés da cama.