

Važno je utvrditi ne samo rizike za pad, već spriječiti i ozljede koje pri tome mogu nastati.

RIZIK OD OZLJEDA POVEĆAN JE KOD:

- osoba starije životne dobi
- bolesti koštanog sustava, problema s koagulacijom (zgrušavanjem krvi)
- nakon operativnog zahvata

OSTALI NAČINI NA KOJE MOŽETE DOPRINIJETI SPRJEČAVANJU PADA/OZLJEDA:

- obavijestite nas ako se ne osjećate dobro (osjećate slabost, malaksalost ili vrtoglavicu)
- uzmite u obzir da lijekovi koje uzimate, operacija ili bolesti od koje bolujete mogu utjecati na ravnotežu i siguran hod.



Ukoliko je medicinska sestra procijenila da Vam je potrebna pomoć pri kretanju, uvijek ju pozovite prije ustajanja iz kreveta te budite strpljivi i pričekajte pomoć.

- ne hodajte bos, nosite udobnu i čvrstu obuću sa gumenim potplatom, nosite odjeću koja je komotna i ne sputava kretanje
- prije ustajanja iz kreveta sjedite nekoliko minuta, zatim ustanite pridržavajući se za rub kreveta, hodajte uz zid
- za sigurnije i lakše kretanje, koristite pomagala (štap, hodalicu, štake...)
- kada ste u krevetu ili kupaonici, provjerite da li Vam je zvono na dohvata ruke
- zatražite informacije o prevenciji pada kod kuće



KBC SESTRE MILOSRDNICE
Služba za zdravstvenu njegu

SUDJELUJTE U PREVENCIJI
PADA U BOLNICI



Pad je iznenadna promjena položaja tijela kod koje osoba završi na podu nenamjerno.

On može imati brojne **negativne posljedice** koje utječu na sigurnost pacijenata u bolnici, a moguće i na kvalitetu života nakon hospitalizacije. Posljedice mogu biti: **ozljede, produženje hospitalizacije i drugo.**

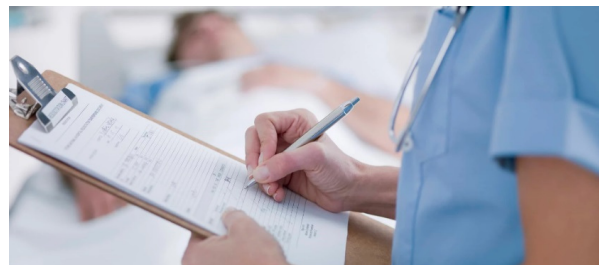
Koji su rizici za pad u bolnici?

- medicinski (prethodni padovi, određeni lijekovi koje uzimate, različite bolesti i njihove posljedice)
- funkcionalni (poremećaj mentalnog stanja, eliminacije, mobilnosti, problemi s vidom/sluhom i sl.)
- ponašanje (nepoznavanje rizika/posljedica pada, nekritičnost i sl.)
- bolničko okruženje (slaba vidljivost, mokri podovi, neispravni kreveti i/ili pomagala za kretanje, stvari izvan dohvata ruke i ostalo)

Uz zdravstvene djelatnike i pacijenti/osobe koje o njima brinu mogu imati važnu ulogu u osiguranju sigurnosti pacijenata u bolnici, te pomoći u prepoznavanju rizika i sprječavanju pada.



Zdravstveni djelatnici za procjenu rizika mogu koristiti različita pomagala (skale).



Pacijenti/osobe koje se o njemu brinu mogu i sami procijeniti spadaju li u skupinu osoba s rizikom za pad kroz slijedeća pitanja:

1. Jeste li nedavno pali?
2. Imate li više od 65 godina?
3. Imate li problema s vidom?
4. Uzimate li više od tri vrste lijeka?
5. Je li Vam sve napornije hodati?
6. Osjećate li vrtoglavicu ili strah od pada?
7. Imate li problema prilikom odlaska na toalet na vrijeme?

Odgovor **DA** na bilo koje od navedenih pitanja prisutan povećani rizik za pad.

Kao aktivni sudionici u procesu zdravstvene skrbi možete upozoriti zdravstvene djelatnike (medicinske sestre/tehničare) na povećani rizik.

