



**Žlutý kopec 7, 656 53 Brno,
tel. 543 131 111, e-mail: direct@mou.cz, www.mou.cz**

Základní informace pro prevenci pádů určené pacientům

Ošetřující sestra vyhodnotila váš zdravotní stav jako rizikový v oblasti vzniku pádu. K tomuto riziku může docházet z několika příčin. Patří k nim celkový stav onemocnění, podávaná léčba, vyšší věk, snížená pohyblivost atd. Pádu se v mnoha případech nedá zabránit. Lze však snížit riziko vzniku úrazu kvůli pádu dodržováním preventivních opatření, se kterými vás formou tohoto letáku chceme seznámit.

Preventivní opatření, která doporučujeme dodržovat

V rámci kvalitního předávání informací o vašem zdravotním stavu – riziku pádu – vám bude ke jménu u lůžka umístěno červené kolečko. Je to značka pro ošetřující personál, že se nacházíte v riziku pádu.

- Přesvědčte se, že máte vždy na dosah zvonek, a že jej v případě potřeby umíte použít.
- Na pokoji naleznete informační leták „Jak se vyhnout pádu“. Ve vašem zájmu mu věnujte, prosím, pozornost.
- V případě, že máte na lůžku umístěnu cedulku „Nevstávejte, použijte zvonek“, vždy před opuštěním lůžka přivolejte ošetřující personál.
- Neváhejte požádat ošetřovatelský personál o pomoc či doprovod při chůzi. V některých případech, pokud to váš stav vyžaduje, se bez doprovodu (v zájmu vaší bezpečnosti) nepohybujte mimo lůžko vůbec.
- Pokud vstáváte z lůžka, nejprve se posadte s nohama spuštěnými k zemi, pomalu napočítejte do deseti a za použití opory vstaňte.
- Používejte vhodnou obuv (pevná pata).
- Používejte madla, zábradlí.
- Rozmístěte zařízení v pokoji a pomůcky tak, aby nebyly překážkou v chůzi (pokud to váš stav dovoluje. V opačném případě se o bezpečnost pokoje postará ošetřující personál).
- Pozor na kluzkou podlahu (vytírání, vylitá tekutina...).

Sestra vás o riziku pádu a preventivních opatřeních poučí. V případě jakýchkoliv nejasností se bez obav obraťte na ošetřující personál. Věříme, že důsledným dodržováním preventivních opatření se u vás sníží riziko pádu a vzniku úrazu v souvislosti s pádem na minimum.