

## PROGRAMMA DI INFORMAZIONE PER PAZIENTI E OPERATORI SANITARI

## **Chiama! Non cadere!**

Le seguenti informazioni spiegano cosa fare per evitare di cadere e tutelare la propria sicurezza durante la degenza in ospedale. Il ricovero in ospedale può renderti debole. Attieniti alle seguenti indicazioni per evitare di cadere.

 Chiedi aiuto ogni volta che hai necessità di alzarti dal letto o da una sedia.



- Non andare in bagno da solo/a.
- Non chinarti. Se ti cade qualcosa a terra, chiedi aiuto.
- Non appoggiarti a mobili dotati di ruote, come il comodino, il tavolo da letto o l'asta per la flebo.
- Indossa scarpe sicure e di sostegno, come scarpe con lacci o pantofole con suola antiscivolo. Non indossare scarpe o pantofole con la parte posteriore aperta.
- Chiama subito i soccorsi se vedi delle perdite sul pavimento.
- Utilizza i maniglioni in bagno e i mancorrenti nei corridoi.
- Se porti gli occhiali o degli apparecchi acustici, indossali quando sei sveglio/a.
- Comunicaci cosa ti serve avere vicino. Aiutaci ad accertarci che:
  - o Il pulsante di chiamata sia a portata di mano
  - Gli oggetti di cui potresti aver bisogno (come il telefono, i libri o gli occhiali) siano a portata di mano
  - La lampada da notte sia accesa prima che faccia buio
  - o Lo schienale del letto sia alzato per garantire la tua sicurezza

 $\circ~$  Intorno al letto e alla poltrona non vi siano ingombri

Per maggiori risorse visitare www.mskcc.org/pe per cercare la propria libreria virtuale.

Call! Don't Fall! - Last updated on December 12, 2022 Tutti i diritti sono proprietà di Memorial Sloan Kettering Cancer Center.