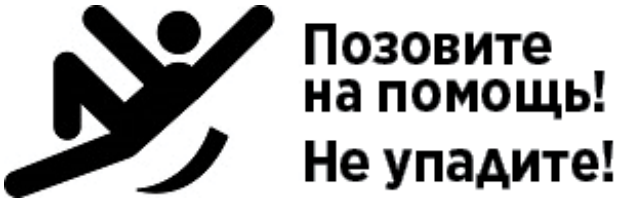
Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Позовите на помощь! Не упадите!



Эта информация поможет вам понять, как предотвратить падения и позаботиться о своей безопасности во время пребывания в больнице. В результате пребывания в больнице вы можете ослабнуть. Следуйте этим рекомендациям, чтобы избегать падений.

- Просите помочь вам каждый раз, когда вам нужно встать с кровати или стула.
- Не ходите в туалет сами.
- Не наклоняйтесь. Если вы что-то уронили, попросите вам помочь.
- Не опирайтесь на мебель на колесиках, например, на прикроватную тумбочку, накроватный столик или штатив для внутривенных вливаний.
- Носите безопасную, плотно облегающую обувь, например обувь на шнурках или тапочки с нескользящей подошвой. Не надевайте обувь или

тапочки с открытой пяткой.

- Если вы увидели на полу пролитую жидкость, сразу же обратитесь за помощью.
- Пользуйтесь поручнями в туалете и перилами в коридорах.
- Если вы носите очки или слуховой аппарат, надевайте их во время бодрствования.
- Скажите нам, что вам нужно держать под рукой. Помогите нам проследить за тем, чтобы мы:
  - разместили кнопку вызова в пределах досягаемости;
  - положили то, что вам может понадобиться (например, телефон, книги или очки), в пределах досягаемости;
  - включили ночное освещение до того, как стало темно;
  - подняли верхнее перильце кровати для обеспечения вашей безопасности;
  - убрали ненужные вещи у вашей кровати или кресла.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center