

**Kljub vsem ukrepom  
in nadzoru osebja,  
se lahko zgodi,  
da pacient  
pade ali zdrsne:**

- ▶ vstane sam in hodi brez spremstva,
- ▶ ponoči ne prižge luči,
- ▶ ima vrtočlavico ali motnje ravnotežja,
- ▶ preceni svoje moči in zmožnosti, kljub navodilom ne pokliče medicinske sestre za pomoč pri vstajanju.



**SKUPAJ NAM BO USPELO,  
DA BO VAŠE BIVANJE PRI NAS  
PRIJETNO, VARNO IN BREZ  
NELJUBIH DOGODKOV.**

**ZATO VAS PROSIMO ZA  
SODELOVANJE.**

**HVALA.**

# **PREPREČEVANJE PADCEV**

**NAVODILO ZA PACIENTE  
IN  
SVOJCE**



**Varnost pacientov je ena od  
najpomembnejših nalog vsake  
zdravstvene ustanove - bolnišnice.**

## Preprečevanje padcev v bolnišnici

Posledice padcev so lahko zanemarljive - brez vidnih poškodb, lahko pa bistveno vplivajo na zdravstveno stanje pacienta in dolžino zdravljenja v bolnišnici.

### Najpogostejši vzroki za padce pri pacientih

- pacient slabo oceni ali preceni svoje sposobnosti;
- se ne znajde v bolnišničnem okolju in se mu težje prilagodi;
- ne razume ali ne upošteva navodil osebja;
- splošna prizadetost zaradi bolezni.

Dejavniki povezani s starostjo:

- upočasnjenost;
- zmanjšanje mišične mase;
- moteno uravnavanje krvnega tlaka;
- povečana možnost dehidracije;
- kronične bolezni

### Priporočila za pacienta in svojce/skrbnike

- Pri sprejemu pacienta je potrebno zdravstvenemu osebju podati čim bolj popolne informacije o terapiji pacienta, potrebah in navadah, o pomoči pri gibanju-hoji.
- Če pacient doma uporablja pripomočke za hojo, le te naj prinese s seboj (razen vozičkov).
- Pacienti in svojci naj upoštevajo navodila in varnostne nasvete zdravstvenih delavcev.

Da se preventiva padcev lahko izvaja, je potrebno prepoznati ogrožene paciente za padelec. Te se prepozna z oceno tveganja za padelec. V bolnišnici ocenjujemo tveganje z Morse lestvico. Z ocenjevanjem prepoznamo paciente, ki imajo majhno, zmerno in veliko tveganje za padelec.

Na osnovi ocene se načrtujejo preventivne aktivnosti zdravstvene nege. Opravi se pogovor s pacientom o težavah, ki jih ima in ki so lahko vzrok za padelec. Izvede se pogovor s svojci, če so prisotni. Vedno je potrebno delovati v smislu spodbujanja funkcionalne neodvisnosti pacienta in jo spoštovati.

## NASVETI ZA PACIENTE V BOLNIŠNICI

**Pritisnite na zvonec, če potrebujete pomoč pri vstajanju s postelje.**



**Iz postelje ali stola vstajajte počasi in previdno.**



**Nosite nedersečo obutev za hojo, lahko prinesite svojo obutev.**



**Bodite previdni pri hoji, če so tla mokra.**



**Pri tuširanju uporabite stol in podloge za tla, v primeru slabosti pritisnite na zvonec.**



**Uporabljajte ustrezne pripomočke za hojo oziroma voziček, če ne zmorete hoditi - o tem obvestite medicinsko sestro.**

