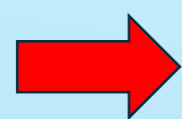
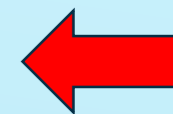


POR SU SEGURIDAD



RECOMENDACIONES PARA EVITAR CAÍDAS DURANTE EL INGRESO



DURANTE SU INGRESO

1. Durante su estancia en el Hospital, conozca el entorno: su habitación, el aseo, pasillos, sepa dónde está el timbre de llamada.
2. No se incorpore de forma brusca si lleva acostado mucho tiempo, espere unos segundos sentado primero en el borde de la cama para recuperar la tensión.
3. Utilice siempre zapatilla cerrada, sin cordones. No camine descalzo o con calcetines.
4. Utilice bastón o andador si tiene problemas para caminar.
5. Deje subidas las barandillas de la cama, no las baje, **ES POR SU SEGURIDAD.**
6. Mantenga la cama lo más baja posible y cerca del suelo para su fácil incorporación.
7. Tenga encendida alguna luz de confort durante la noche (que no moleste a usted ni al compañero/a de habitación)
8. Si el suelo está mojado o resbala, **NO CAMINE**, pida ayuda.
9. Llame al timbre si necesita ayuda para ir al baño.
10. Si usa gafas, póngaselas siempre. **NO LAS OLVIDE NUNCA.**

Cuando usted o un familiar suyo ingresa en el Hospital Príncipe de Asturias, deben seguir las recomendaciones de los profesionales de enfermería y consultarnos todas sus dudas. Les prestaremos **AYUDA** en cualquier momento y circunstancia y velaremos por su **SEGURIDAD.**

Es muy importante que ustedes nos ayuden a **PREVENIR** las caídas durante su ingreso, siguiendo las pautas adecuadas. Queremos que su estancia en el Hospital sea lo más positiva y confortable posible.

¿QUIÉNES TIENEN MÁS RIESGO DE SUFRIR CAÍDAS?

- Personas mayores de 65 años.
- Personas que ya hayan tenido una caída previa
- Pacientes desorientados, con alguna dificultad física o psicológica.
- Pacientes recién operados
- Personas con dificultad para moverse, ver u oír.
- La toma de algunos fármacos (los que se emplean para la tensión, para la diabetes, para dormir, etc...)

FAMILIA, ¿NOS AYUDA A PREVENIR LAS CAÍDAS?

- Si va a dejar solo al paciente, por favor, **AVÍSENOS.**
- Coloque sus objetos personales y el timbre de llamada a su alcance.
- Mantenga todas las medidas preventivas tal y como le hemos indicado.
- Si nota algún cambio o empeoramiento que dificulte la autonomía de su familiar, **INFÓRMENOS.**



GRACIAS POR SU COLABORACIÓN