



## Prevence pádů

### Vážená paní, vážený pane,

dovolte, abychom Vám a Vaším blízkým poskytli základní informace související s řešením problematiky výskytu pádů v průběhu léčení v ÚVN. Pády představují u seniorů a chronicky nemocných nejčastější a současně nejrizikovější nežádoucí událost komplikující hospitalizaci nebo domácí péči. Pády jsou nejčastější příčinou úrazu u lidí nad 65 let věku. Soběstačnost a psychická pohoda ovlivňuje délku pobytu v nemocnici. Strach z možného pádu negativně ovlivňuje kvalitu života. Cílem týmu pracovníků ÚVN je hledat cesty jak předcházet pádu v průběhu péče a snižovat pravděpodobnost výskytu této závažné komplikace léčení.

V ÚVN sledujeme a hodnotíme výskyt pádů za účelem zjištění příčiny a přijetí nápravných opatření. V průběhu hospitalizace se setkáte s následujícím postupem. Během rozhovoru v průběhu vstupního ošetřovatelského vyšetření od Vás sestra získá informace, které potřebujeme znát k zjištění rizika pádu. V případě zjištění rizika budete podrobně informováni o preventivních opatřeních, které mohou pádu zabránit. Obdržíte identifikační náramek červené barvy za účelem snadnější orientace všech zdravotnických pracovníků.

### Doporučení – k přijetí si vezměte:

- Pohodlnou ne úplně novou pevnou obuv
- Dlouhou lžici na obouvání
- Kvalitní gumový nástavec na francouzské hole

### Nejčastější příčiny pádů:

- Porucha zraku
- Zvýšená svalová slabost, narušení rovnováhy
- Snižovaná fyzická mobilita, špatná technika vstávání
- Desorientace, zmatenost, vliv alkoholu
- Použití léků (sedativa, hypnotika, diuretika)
- Překážky v místnosti
- Mokrý podlahy, kvalita povrchu (klouzající koberec, nerovné podlahové krytiny)
- Nesprávné používání pomocných zařízení (zábrany na stranách lůžek, poškozené brzdy u koleček lůžek, nezajištěné invalidní vozíky)
- Nesprávné užívání kompenzačních pomůcek (francouzské hole, chodítka atd.)
- Nefungující nebo neexistující signalizační zařízení k přivolání pomoci
- Špatné osvětlení
- Typ a stav obuvi - nepadnoucí boty, nevyhovující podrážky, vysoké podpatky

### Kteří pacienti jsou více ohroženi rizikem pádu?

- Se sníženou pohyblivostí
- Používající ortopedické pomůcky
- Po cévní mozkové příhodě
- S poruchou rovnováhy
- S poruchou zraku
- Po narkóze
- Zmatení, s nočním neklidem
- Tělesně a duševně handicapovaní

Piktogram umístěn u lůžka pacienta, který je v riziku pádu



**Možné následky pádů:**

- Zlomeniny
- Poranění hlavy a měkkých tkání
- Úzkost a deprese

**Preventivní opatření**

- Srozumitelné poučení pacienta a jeho blízkých o riziku pádu Dostatečná komunikace mezi zdravotníky a pacienty – opakované zdůrazňování preventivních opatření
- Dostupnost signalizace
- Dostatečné osvětlení
- Vhodné rozmístění nábytku v pokoji
- Vhodná obuv - pevná a dobře zavázaná
- Funkční pomůcky – madla a protiskluzné podložky v sociálních zařízeních
- Zábrany u lůžka
- Zajištění funkčního systému brzd koleček u lůžka a nočních stolků
- Péče o přiměřený stav výživy a o dobrou svalovou sílu, posilování svalů významných pro stabilitu a chůzi
- Bezpečná podlahová krytina - označení mokré podlahy barevným kuželem

**Režimová domácí opatření - doporučení**

- Odstranit koberečky a podložky
- Používat protiskluzovou podložku do vany
- Instalovat madla na WC, u vany

**Pracovníci ÚVN se snaží předcházet pádům včasnou identifikací rizikových pacientů, důsledným informováním pacientů a zajištěním bezpečného prostředí.**

**Žádáme Vás a Vaše blízké o vstřícnou spolupráci s cílem poskytovat Vám co nejbezpečnější péči.**

**Odborný garant: Bc. Dědková Milena - edukační specialista – úseková fyzioterapeutka ORFM**

**Mgr. Gutová Lenka, MBA - náměstkyně ředitele pro nelékařské zdravotnické profese a řízení kvality**