

من يسقط ؟

- هناك خطر سقوط المريض خاصة إذا:
 - تواجد في بيئة جديدة ، مثل المستشفى
 - خضع لعملية تخدير أو لفحوصات خاصة في الساعات الأخيرة
 - كان مضطرا للبقاء في السرير لفترة طويلة
 - كان يعاني من أمراض القلب أو يعاني من ارتفاع أو انخفاض في ضغط الدم
 - سقط في الماضي أو في الفترة الأخيرة
 - كان خائفا من السقوط
 - كان يتناول ثلاثة أنواع من الأدوية أو أكثر أو أدوية خاصة
 - يتلهى عند النظر في الهاتف

هذا الكتيب متوفر على الموقع

www.asst-monza.it

الوقاية من السقوط في المستشفى

ندعوك لقراءة هذا الكتيب
الذي يحتوي على نصائح مفيدة
للووقاية من السقوط خلال الإستشفاء



Sistema Socio Sanitario

 Regione
Lombardia
ASST Monza

نصائح لمنع السقوط في المستشفى

. إبلاغ الموظفين عندما تشعر بعدم الاستقرار في المشي وانتظر وصولهم



. اعرف مكان الجرس للاتصال و من أجل استخدامه

. راقب المنطقة المحيطة بالسرير وتأكد من عدم وجود عوائق

. يجب ارتداء دائما النظارات الطبية وأجهزة السمع ، إذا أشير إليهم

. إبلاغ الموظفين عن أي إختلال مثل مصابيح الإضاءة المحترقة ، والمنضدة الغير مستقرة ، والسرير ذا الخلل



. قم دائما بتشغيل النور عندما تستيقظ في الليل

. إجعل السرير في وضعية منخفضة مقارنة مع الأرض وانهض متبقيا جالسا لبضع دقائق متجنبًا الحركات المفاجئة

. إذا لزم الأمر ، استخدم وسائل لتساعدك على المشي (حتى تلك التي تستخدم بشكل روتيني في المنزل)



. تجنب الملابس / السراويل الطويلة جدا واستخدام الأحذية الملائمة (مغلقة في المؤخرة بنعال مضادة للانزلاق وبدون كعب)

. انتبه إلى إشارات الخطر التي تشير إلى الارضيات المبللة أو الأبواب المنزلقة



لماذا مهم الوقاية من السقوط ؟

السقوط هو حدث لا ينبغي أبدا التقليل من شأنه لأنه يمكن أن يكون سببه:

- . الكسور
- . إصابات جلدية و في الأعضاء الداخلية
- . صدمات في الرأس وفي العمود الفقري.

يمكن أن يشير السقوط إلى حالة من الضعف البدني/ أو الوظيفي.

- السقوط لدى كبار السن يمكن أن تسبب عواقب خطيرة مثل:
- . فقدان الاستقلالية الوظيفية
- . المضاعفات الجسدية
- . زيادة في الأمراض
- . في أخطر الحالات حتى الموت.

السقوط في المستشفى

يطيل

فترة الاستشفاء

إذا كنت بحاجة إلى مساعدة أو رأيت شخص ما في حالة صعوبة ، إتصل دائما بالموظفين.
لا تخف من الإزعاج