

**Ospedale di Zona “San Camillo”
Treviso**



OPUSCOLO INFORMATIVO

**PREVENZIONE E GESTIONE RISCHIO CADUTE IN
OSPEDALE**



PREVENZIONE E GESTIONE RISCHIO CADUTE IN OSPEDALE

Le cadute nei pazienti ospedalizzati, specie se anziani, sono un evento molto frequente, con possibili gravi conseguenze sia fisiche che psicologiche.

Questo opuscolo contiene alcuni consigli utili per ridurre il rischio di caduta.

Se fossero necessari chiarimenti, il personale sanitario di questo Ospedale è a disposizione.

EPIDEMIOLOGIA

1 persona su 3, sopra i 65 anni, cade almeno 1 volta all'anno e il 10% riporta un infortunio.

Le cadute e gli infortuni ad esse correlati hanno una maggiore incidenza tra le donne che tra gli uomini.

Il 60% delle persone con storia di caduta, cade una seconda volta.

Circa il 95% delle fratture d'anca si verifica in seguito ad una caduta e nel 75% dei casi non si ottiene un recupero completo della situazione pre-infortunio.

FATTORI DI RISCHIO

- Età > 65 anni
- Storia di cadute
- Disturbi della motilità
- Disturbi cognitivi
- Uso di farmaci (psicofarmaci, diuretici, farmaci cardiologici)
- Anoressia e disidratazione
- Intervento chirurgico
- Fattori ambientali (stanza di degenza, bagno, corridoi)

TIPI DI CADUTA

1. Cadute fisiologiche prevedibili (causate da fattori legati a condizioni cliniche della persona, prevedibili)
2. Cadute fisiologiche non prevedibili (causate da fattori legati a condizioni cliniche della persona, non prevedibili)
3. Cadute accidentali
(causate il più delle volte da fattori ambientali)

COSA DEVE FARE IL PERSONALE SANITARIO (all'ingresso in Reparto)

Valutare il rischio di caduta del paziente e realizzare un programma di prevenzione personalizzato, partendo dall'attribuzione di un braccialetto con colori diversi a seconda del livello di rischio:

Braccialetto verde: basso rischio

Braccialetto giallo: medio rischio

Braccialetto rosso: alto rischio

Durante il ricovero il colore del braccialetto può essere cambiato

Raccogliere accuratamente l'anamnesi dei farmaci che il paziente assume a domicilio

Dare tutte le informazioni utili per la prevenzione delle cadute e aiutare a rendere la stanza di degenza e il Reparto un luogo sicuro:

- indicare il campanello per chiamare il personale sanitario e consigliare di tenerlo sempre vicino
- indicare l'ubicazione delle luci
- fare in modo di mantenere un'adeguata illuminazione notturna
- sorvegliare che il pavimento sia asciutto e pulito
- invitare il paziente a segnalare qualsiasi situazione di rischio personalmente riscontrata

COSA PUO' FARE IL PAZIENTE

- Ascoltare i consigli dati dal personale sanitario
- Chiedere al personale se può alzarsi in autonomia
- Segnalare eventuale storia di cadute
- Elencare i farmaci assunti abitualmente a domicilio
- All'ingresso prendere confidenza con la stanza e il percorso per raggiungere il bagno
- Tenere a portata di mano il campanello
- Accendere la luce di notte se desidera alzarsi
- Sedersi e aspettare qualche minuto prima di alzarsi, evitando movimenti bruschi e repentini
- Evitare di alzarsi e avvisare il personale sanitario in caso di vertigine/capogiro o debolezza delle gambe
- Adottare un abbigliamento adatto, della giusta taglia, cinture dei pantaloni del pigiama e vestaglie allacciate, non camicie da notte troppo lunghe, per evitare di inciampare
- Adottare calzature possibilmente chiuse con facile allacciatura e soles antiscivolo
- Non camminare se il pavimento è bagnato
- Fare attenzione ad eventuali ostacoli che intralcino il passo
- Usare occhiali e protesi acustiche personali, utilizzati abitualmente a domicilio

- Utilizzare l'ausilio abituale per muoversi (bastone, deambulatore) e tenerlo sempre a portata di mano
- Non affidarsi ad appoggi non sicuri (comodino, sponde del letto, portasciugamani) ma utilizzare corrimano e maniglioni predisposti appositamente
- Nutrirsi e idratarsi adeguatamente

IN CASO DI CADUTA

1. Mantenere la calma!
2. Non alzarsi autonomamente
3. Chiamare aiuto (suonare il campanello se possibile o chiamare a voce alta)
4. Segnalare al personale sanitario se, dopo la caduta compaiono:
 - dolore
 - incapacità ai movimenti
 - mal di testa, vomito
 - confusione mentale
 - senso di mancamento