

Veilig op weg

Valpreventie in AZ Sint-Lucas



Veilig op weg

Valpreventie in AZ Sint-Lucas

Veilig op weg in het ziekenhuis, samen gaan we er voor!

Valincidenten kunnen ernstige schade met zich meebrengen en daarom willen we samen met u het vallen in ons ziekenhuis zoveel mogelijk vermijden. We geven graag enkele tips wat u kunt doen om het risico op vallen zo laag mogelijk te houden.

U komt op consultatie of naar het dagziekenhuis?

- Gebruikt u een hulpmiddel bij het lopen, zoals een kruk, looprek of rollator?
- Bent u slechtziend?
- Lijdt u aan een cognitief probleem, zoals een aandachts- of geheugenprobleem?
- Bent u de afgelopen week gevallen?

Als u beantwoordt aan één van deze criteria, meld dit dan meteen bij uw arts of verpleegkundige bij het begin van de consultatie of bij de opname op het dagziekenhuis.

U bent opgenomen

Let op de VALKUIL:

Veilig schoeisel

- Draag altijd stevige, gesloten schoenen of pantoffels. Vermijd schoeisel met een gladde zool en loop niet rond op blote voeten of kousen.

Aangepast hulpmiddel

- Vraag hulp als u zich onzeker voelt bij het stappen. Gebruik steeds uw looprek, kruk of rollator.
- Vraag hulp om op en af de behandeltafel te gaan.
- Vraag advies aan de kinesitherapeut over een kruk, looprek... als u moeilijkheden ondervindt bij het stappen.

Laagstand

- Laat uw bed altijd op de laagste stand staan, tenzij het verzorgend team het uitdrukkelijk anders vermeldt.

Kort bij de hand

- Hou de bel en andere voorwerpen die u graag gebruikt bij de hand. We helpen u daar graag bij.

Uitgliden en vallen vermijden

- Laat niets rondslingeren op de grond en houd de doorgangen vrij.
- Meld zaken die het valrisico verhogen zoals natte vloeren, als u gemorst hebt of als u iets hebt laten vallen.

In remstand

- Zet materiaal op wieltes altijd in remstand. Steun enkel op vaste objecten.

Licht aan

- Steek 's nachts altijd het licht aan als u opstaat, voorzie desnoods een nachtlucht.

Hebt u een verhoogd risico op vallen?

We schatten uw risico op vallen groter in als u:

- zes maanden voor de opname of tijdens het verblijf gevallen bent;
- slechtziend bent;
- moeilijk te been bent.

Om ervoor te zorgen dat al onze medewerkers op de hoogte zijn van uw verhoogd

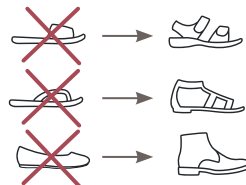
risico op vallen, geven we u een gele polsband. Zo weten al onze collega's dat ze de acties rond valpreventie nauwgezet moeten uitvoeren om zo uw risico op een val te verkleinen. Als u dit om privacyredenen niet wilt, zullen we dat respecteren.

Wat is een veilige schoen?

Verkeerde schoenen dragen of op kousen rondlopen vergroot de kans om te vallen.

Goed schoeisel voldoet aan de volgende criteria:

- Ze zitten stevig rond uw voeten.
- Ze geven u voldoende ruimte in lengte, breedte en teenhoogte.
- Ze omsluiten uw enkel, wat de nodige steun geeft.
- Ze hebben geen gladde zool.



Voor meer info over valpreventie, surf naar
www.valpreventie.be



artikel 21.877 | Laatste update: 2017

Deze brochure werd ontwikkeld voor gebruik binnen AZ Sint-Lucas Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het ziekenhuis. Deze informatiebrochure werd met de grootste zorg opge maakt, maar de inhoud is algemeen en indicatief. Deze brochure omvat niet alle medische aspecten. Als er vergissingen, tekortkomingen of onvolledigheden in staan, zijn AZ Sint-Lucas, het personeel en de artsen hiervoor niet aansprakelijk.