

QUI TOMBE?

Un patient risque de tomber surtout si:

- il se trouve dans un environnement nouveau, comme l'hôpital
- il a eu une anesthésie ou des examens particuliers les heures précédentes
- il est alité depuis longtemps
- il souffre de maladies cardiaques ou de problèmes de tension (haute ou basse)
- il est tombé dans le passé ou récemment
- il a peur de tomber
- il prend trois ou plusieurs médicaments particuliers
- il est distrait en regardant son portable

En cas de chute avertir votre famille et votre médecin même si vous ne vous êtes pas fait mal

Appeler le 112 en cas de forte douleur ou de difficulté de mouvement

POURQUOI EST-CE IMPORTANT DE PRÉVENIR LES CHUTES?

La chute est un événement qui ne doit jamais être sous-évalué parce qu'elle peut être la cause de :

- fractures
- lésions de la peau et des organes internes
- traumatismes crâniens et rachidiens

Les chutes chez les personnes âgées peuvent causer de graves conséquences comme:

- perte d'autonomie fonctionnelle
- complications physiques
- augmentation des pathologies
- et dans les cas les plus graves la mort.

Les chutes peuvent indiquer un état de fragilité physique et/ou fonctionnelle.

Ce dépliant est disponible sur le site www.asst-monza.it

Prévention des chutes à domicile

Nous vous invitons à lire ce dépliant qui contient des suggestions utiles pour la prévention des chutes à domicile



Sistema Socio Sanitario



ASST Monza

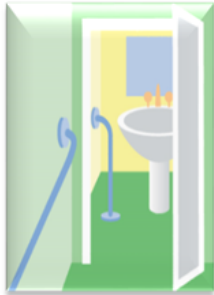
Conseils pour la prévention des chutes à domicile

À faire?

- toujours utiliser **des lunettes de vue adaptées**



- installer des **poignées de sécurité** et des rampes dans les escaliers, le long des murs, à côté de la baignoire, dans la douche et à côté des toilettes; si nécessaire faire installer un rehausseur de toilettes.



- utiliser un éclairage **adapté à la pièce** et la nuit utiliser une veilleuse



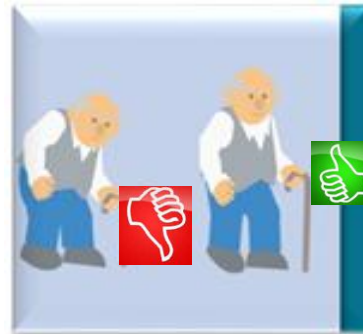
- toujours porter des **chaussures plates fermées**



- utiliser des **chaises** et des fauteuils **stables**



- si nécessaire utiliser **une canne pour aider à la marche** en étant sûr qu'elle est à la bonne hauteur et munie d'un embout en caoutchouc



À ne pas faire

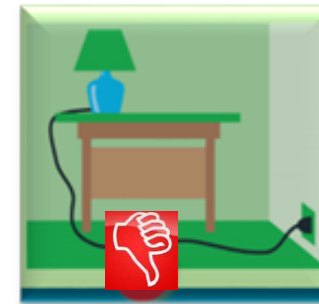
- **ne pas utiliser de cire** pour le sol et ne pas marcher sur un sol glissant



- ne pas utiliser de **lits trop hauts**



- ne laisser aucun **objets sur le sol**



- **ne pas utiliser de tapis** ou les fixer au sol

