

Información al paciente

Alto Riesgo de Caídas

Educación al paciente

En el Hospital El Pilar realizamos una valoración del riesgo de caídas al ingreso de cada uno de nuestros pacientes.

El resultado de esta valoración nos indica que tiene riesgo alto de caída, por lo que, le sugerimos siga los siguientes consejos:

- Disminuya la altura de la cama y compruebe que esté frenada.
- Evite levantarse de manera brusca, incorpore el cabecero de manera progresiva.
- Cada vez que quiera levantarse de la cama, pero sienta que podría perder el equilibrio, presione el “botón de llamada” para pedir ayuda a enfermería.
- Pida ayuda a su familiar o al personal cuando quiera ir al baño o caminar por la habitación.
- Localice el timbre de emergencia del baño y úselo en caso necesario.
- Utilice zapatos que tengan suelas firmes, planas y antideslizantes. No utilice sandalias o calzado abierto que pueda hacerle perder el equilibrio.
- Mantenga una buena iluminación tanto de día como de noche. No camine en la oscuridad.
- Mantenga fuera del paso cables y objetos que puedan hacerle tropezar.
- Si habitualmente usa bastón o andador, que haga uso de él.
- Siéntese en sillas que no se muevan y tengan apoya brazos para ayudarse cuando se sienta y se levanta.
- Hable con su médico si el medicamento que toma normalmente le produce somnolencia, mareos o confusión. Infórmese de posibles formas o medicamentos que puedan ayudarle a reducir estos efectos secundarios.
- Si detecta líquidos en el suelo díganoslo, avisaremos al servicio de limpieza.



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área “Mi Quirónsalud” de quironsalud.es, o en nuestra App.

Hospital El Pilar
Grupo **quirónsalud**