



ЧТОБЫ СНИЗИТЬ РИСК ПАДЕНИЯ, ВАЖНО ОБУСТРОИТЬ БЕЗОПАСНОЕ ПРОСТРАНСТВО:



КОМНАТА

ВАЖНО!

РЯДОМ С ЧЕЛОВЕКОМ ДОЛЖНО БЫТЬ УСТРОЙСТВО, С ПОМОЩЬЮ КОТОРОГО ОН МОЖЕТ ПОЗВАТЬ ПЕРСОНАЛ (КНОПКА ВЫЗОВА)

1

ПРАВИЛО ВЫТЯНУТОЙ РУКИ – все необходимое: стакан воды, телефон, пульт от телевизора, ходунки и другие предметы должны находиться в доступной близости

2

БОЛЬШЕ СВЕТА – установите у изголовья кровати настенную (настольную) лампу так, чтобы человек смог до них дотянуться; в темное время суток необходим ночник

3

КОНТРОЛЬ ТОРМОЗНЫХ УСТРОЙСТВ – инвалидное кресло, кровать на колесиках должны стоять на тормозе, когда не используются, чтобы опираясь на них, человек не упал



4

НЕ ДОПУСКАТЬ НА ПОЛУ НАЛИЧИЕ ПОСТОРОННИХ ПРЕДМЕТОВ: проводов, шнуров от личных электронных приборов (зарядное устройство телефона, ноутбука)

5

ИСПОЛЬЗОВАТЬ «УМНУЮ КРОВАТЬ» - у функциональной кровати поднять бортики, у обычной кровати сделать бортики из подушек и одеял. Если высок риск падения, опустить кровать как можно ниже к полу, положить на пол у кровати матрас

6

ХОДУНКИ И ОПОРНЫЕ ТРОСТИ должны быть подобраны по росту



ВАЖНО!

ЧЕЛОВЕК НЕ ДОЛЖЕН ЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ «ЗАПЕРТЫМ» В КРОВАТИ. ПРИ ПОДЪЕМЕ С КРОВАТИ НЕ ТОРОПИТЬСЯ: ДАЙТЕ ПОЖИЛОМУ ЧЕЛОВЕКУ (ИНВАЛИДУ) СНАЧАЛА НЕМНОГО ПОСИДЕТЬ, ПРЕЖДЕ ЧЕМ ВСТАТЬ



ВАЖНО!

ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ ГРАЖДАН ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА И ИНВАЛИДОВ НА СОЦИАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ОБРАТИТЬ ИХ ВНИМАНИЕ НА:

ОДЕЖДА



1

ДЛИНУ РУКАВОВ И ШТАНИН ОДЕЖДЫ. Узкая одежда может стеснять движения, широкая – сползать и быть неудобной

2

ОБУВЬ. Обувь выбирать **СТРОГО ПО РАЗМЕРУ**, чтобы она фиксировала стопу, **БЫЛА УДОБНОЙ**, **БЕЗ СКОЛЬЗЯЩЕЙ ПОДОШВЫ**, с закрытыми мысками, с низким каблуком и с задником



ВАЖНО!

НЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ТАПОЧКИ БЕЗ ЗАДНИКА! ХОДУНКИ И ТРОСТИ ДОЛЖНЫ БЫТЬ ПОДОБРАНЫ ПО РОСТУ!

1

НЕ РАССТАВЛЯЙТЕ ПРЕДМЕТЫ ВДОЛЬ СТЕН - у гражданина должна быть возможность прислониться к стене и идти, держась за нее

КОРИДОР





УБОРКА



1 ПОСТОЯННО следите за чистотой и сухостью пола



2 НИКОГДА НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ полирующие средства для пола, поручней, ручек и мебели



3 ПРОВОДИТЕ УБОРКУ, когда пожилые люди и инвалиды не ходят по учреждению, устанавливайте знак «Осторожно, мокрый пол!»



4 ВОВРЕМЯ УБИРАЙТЕ поломанную и неустойчивую мебель

4 НЕ РУГАЙТЕ человека за то, что он падает, иначе он будет испытывать страх и вину, станет меньше пить воды, начнет пренебрегать личной гигиеной, чтобы реже вставать

НЕОБХОДИМО

1 ВСЕГДА СОПРОВОЖДАТЬ граждан пожилого возраста и инвалидов при их перемещении по учреждению

2 СЛЕДИТЬ за исправностью используемых приспособлений для безопасного перемещения, они должны быть подобраны по росту

3 ОБСУДИТЬ с человеком страх его падения, если он ранее падал, предложите еще раз вместе пройти дорогу, на которой он упал



НЕЛЬЗЯ

1 ИСПОЛЬЗОВАТЬ поломанную и неустойчивую мебель

2 ПОВЫШАТЬ ГОЛОС на человека, будьте терпеливы и доброжелательны, важно вернуть ему уверенность в себе

3 ПРИВЯЗЫВАТЬ пожилого человека (инвалида) к кровати. Помните о достоинстве человека!

5 МЕНЯТЬ РАСПОЛОЖЕНИЕ ПРЕДМЕТОВ И МЕБЕЛИ всегда предупреждайте пожилого человека, инвалида о перестановках