

FSFA és una institució privada i sense ànim de lucre, dedicada a tenir cura, acompanyar i donar suport a persones en situació de dependència, ja siguin persones grans, amb discapacitat intel·lectual o que pateixen una situació de malaltia.

El nostre equip humà professional, eficaç i responsable brinda a les persones ateses una atenció integral centrada en la persona amb l'objectiu de millorar la seva qualitat de vida, potenciar la seva autonomia i afavorir la seva integració i participació social.

Aquesta atenció la trobaràs a **Can Torras**, centre santuari d'atenció intermèdia, **Les Hortènsies**, centre per a persones amb discapacitat intel·lectual, i **El Montseny**, centre residencial per a persones grans.

Per la millor atenció de les persones ateses, els professionals **agraïm la vostra col·laboració.**

Sobretot, persones.

STOP CAIGUDES

**Guia informativa per a
persones ateses, familiars i
cuidadors.**

QUI TÉ MÉS RISC DE CAIGUDES

- Majors de 65 anys.
- Persones amb dèficit visual i/o auditiu.
- Pacients que prenen medicació per dormir, regular la pressió arterial, controlar el sucre.
- Persones desorientades o amb marejos habituals.
- Usuaris/es amb alguna intervenció quirúrgica recent.
- Usuaris que reinicien la marxa després d'un episodi convalescent.

QUÈ FEM PER EVITAR LES CAIGUDES DE LES PERSONES ATESES

Els professionals de la FSFA treballem per prevenir les caigudes de les persones ateses.

QUAN INGRESSI

- Valorarem el risc que té de patir una caiguda.
- L'informarem, també als seus familiars i acompanyants, de quines mesures es poden prendre per disminuir el risc de caigudes.

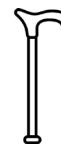
COM ENS POT AJUDAR?

- Demani ajuda per moure's sempre que ho necessiti.
- Utilitzi el timbre d'avís.
- Avisi als professionals davant de qualsevol símptoma de mareig.

COM PREVENIR LA CAIGUDA DURANT L'ESTADA HOSPITALÀRIA?

SI ÉS VOSTÈ PACIENT

- Empri calçat antilliscant i tancat, i roba adient.
- Pregunti i conegui els efectes secundaris de la medicació que pren.
- Utilitzi les ulleres i l'audífon, si ho necessita.
- Tingui els objectes necessaris a l'abast: timbre, telèfon, cunya, interruptor de la llum...
- Utilitzi els ajuts tècnics adequats: caminadors, bastons, etc.
- Eviti agafar-se del tovalloler, les portes, les tauletes, etc.
- Si ha passat el servei de neteja, esperi fins que el terra estigui sec.
- Vagi al lavabo cada dues o tres hores per evitar urgències.



NO S'AIXEQUI RÀPID. SI ESTÀ ESTIRAT, ESPERI UNA ESTONA ASSEGUT AL LLIT. **DEMANI AJUDA** SEMPRE QUE HO NECESSITI. **SEGUEIXI LES RECOMANACIONS** DELS PROFESSIONALS.

SI ÉS VOSTÈ FAMILIAR O ACOMPANYANT

- Deixi el mobiliari de l'habitació al seu lloc perquè no molesti els usuaris i els professionals.
- Ajudi'ns en els actes quotidians: higiene, anar al bany, aixecar-se del llit o la cadira, etc.
- Si té les baranes del llit pujades, deixi-les així, és per la seguretat del pacient.
- Deixi sempre els objectes personals i el timbre d'avís a prop del pacient.
- Mantingui les mesures preventives tal i com les ha trobat.
- Avisi'ns si el pacient es queda sol.



ANIMI LA PERSONA QUI ACOMPANYA A SEGUIR ELS CONSELLS DE PREVENCIÓ I FACI-HO VOSTÈ. **DEMANI AJUDA SEMPRE QUE HO NECESSITI.**