

Preventing Falls in the Hospital

While you are in the hospital, you may have tests, treatments or new medicines that could cause you to feel weak, dizzy or confused. Even being in bed for just one day can make you feel weak. Staff will work with you and your family to help you avoid falling while you are in the hospital.

To Help Prevent Falls:

- Ask the staff for help **before** you get out of bed. Your doctor or nurse will tell you when it is safe for you to get out of bed or go to the bathroom without help.
- Anytime you feel weak, lightheaded or dizzy, ask for help **before** getting out of bed.
- Make sure your call light, table, telephone and anything else you need are within reach before staff leaves the room.
- Wear slippers, socks or shoes that will not slip. Ask for a pair of non-slip socks if needed.
- Keep the side rails on your bed up. Do not lean against or climb over the side rails. They are used to keep you from falling out of bed.
- Take your time. Move slowly. Sit at the side of the bed for a minute before you stand up.
- Never use an IV pole or anything with wheels to support you.

Предотвращение падений в больнице

Во время вашего пребывания в больнице вы можете делать анализы и проходить обследования, курсы лечения и принимать новые для себя медицинские препараты, которые могут вызывать у вас слабость, головокружение или растерянность. Даже пробыв в постели всего один день, вы можете почувствовать слабость. Сотрудники будут работать с вами и вашей семьей, чтобы помочь вам избежать падений во время вашего пребывания в больнице.

Для предотвращения падений:

- Обращайтесь за помощью к персоналу до того, как решите встать с постели. Ваш врач или медсестра скажут вам, когда вам безопасно вставать с постели или ходить в туалет и ванную комнату без посторонней помощи.
- Каждый раз, когда вы чувствуете себя слабым, в неясном сознании или когда у вас головокружение, до того, как встать с постели, обратитесь за помощью к медицинскому работнику.
- Перед тем, как медицинский работник покинет помещение, убедитесь в том, что выключатель света, стол, телефон и всё, что вам нужно, находятся в пределах вашей досягаемости.
- Носите такие тапочки, носки и туфли, которые не дадут вам поскользнуться. Если необходимо, попросите пару нескользящих носков.
- Держите в поднятом положении боковое ограждение своей кровати. Не прислоняйтесь к боковым ограждениям и не перелезайте через них. Они нужны для того, чтобы уберечь вас от падения с кровати.
- Не спешите. Двигайтесь медленно. Перед тем, как вставать с постели, посидите минуту на краю кровати.
- Никогда не используйте для поддержки стойку капельницы или другие предметы на колесах.

- Go to the toilet often so you will not have to hurry.
- Ask someone to unplug and plug in your IV pump. Bending over can cause dizziness.
- Avoid wearing long nightgowns or robes.
- Keep a light on in your room—even at night.
- Ask how to use devices such as canes, walkers and wheelchairs.

Expect that staff will:

- Check on you often.
- Respond quickly to call lights and alarms.
- Store equipment and items out of the way.
- Clean up spills or slippery spots.

Your care team may use special equipment to keep you safe or to show that you are at higher risk for falling.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

2005 - 1/2012 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. Wexner Medical Center at The Ohio State University, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

- Ходите в туалет часто, чтобы вам не надо было спешить.
- Попросите кого-нибудь отключить и включить насос для внутривенных инфузий. Нагибания могут вызывать головокружение.
- Не носите длинные ночные рубашки или халаты.
- Держите включенным свет в своей палате, даже ночью.
- Спросите, как использовать такие устройства как трости, ходунки и инвалидные коляски.

Ожидайте, что персонал будет:

- Часто к вам навещать.
- Быстро реагировать на световые и звуковые сигналы вызова.
- Хранить оборудование и различные предметы в стороне от проходов.
- Вытирать пролитые жидкости и скользкие участки.

Персонал, который ухаживает за вами, может использовать специальное оборудование для обеспечения вашей безопасности и для того, чтобы показать, что у вас более высокий риск падения.

Если у вас возникают вопросы или опасения, обращайтесь к своему врачу или медсестре.

2005 - 1/2012 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. Wexner Medical Center at The Ohio State University, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Preventing Falls in the Hospital. Russian.