

Bitten Sie auf jeden Fall um Begleitung oder Unterstützung, wenn...

- ... Sie dazu neigen häufig zu stürzen
- ... Sie beim Gehen unsicher sind
- ... Sie sich im Umgang mit ggf. erforderlichen Gehhilfen noch nicht sicher fühlen
- ... Sie unter Unwohlsein, Schwäche oder Gleichgewichtsstörungen leiden
- ... Sie nach Untersuchungen oder Operationen, die mit einer Narkose erfolgt sind, zum ersten Mal aufstehen

Nutzen Sie die Hilfestellungen der Pflegenden sowie die Trainingseinheiten mit den Therapeutinnen und Therapeuten und mit Ihren Angehörigen um begleitet an Ihrer Mobilität und Aktivität zu arbeiten.

Dadurch gewinnen Sie mehr Sicherheit.

Wir wünschen Ihnen gute Besserung.

**Ihr Pfl egeteam
des Unfallkrankenhauses Berlin**



Vermeidung von Stürzen

Liebe Patientinnen und Patienten, Liebe Angehörige,

wir möchten Sie über das Thema Sturz und notwendige, vorbeugende Maßnahmen während Ihres Krankenhausaufenthaltes informieren und Ihnen helfen Ihre Sturzgefahr zu verringern.

Die wichtigsten Maßnahmen finden Sie in diesem Informationsblatt.



Sollten Sie weiteren Beratungsbedarf haben, wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an uns.

Das Krankenhaus – eine ungewohnte Umgebung

- Machen Sie sich so schnell und gründlich wie möglich mit Ihrer neuen Umgebung vertraut
- Lassen Sie sich die Funktion Ihres Bettes und der dazugehörigen Klingel erklären
- Prägen Sie sich ein wo sich der Lichtschalter befindet
- Stehen Sie nachts nur im ausreichend beleuchteten Zimmer auf
- Legen Sie die Klingel immer in Ihre Reichweite
- Achten Sie auf rutschfestes, geschlossenes Schuhwerk
- Lassen Sie sich bei Bedarf rutschfeste Socken aushändigen
- Vermeiden Sie das Laufen auf feuchten Böden
- Wenn Ihnen das Bett sehr schmal erscheint und Sie Angst haben hinauszufallen können **auf Wunsch** die Bettgitter teilweise oder ganz geschlossen werden
- Stellen Sie Mobilitätshilfen in Reichweite oder bitten Sie die Pflegenden darum
- Sollten Sie einen Transfer auf einen Rollstuhl oder WC-Stuhl vornehmen, achten Sie bitte darauf, daß diese gut gebremst sind
- Lassen Sie sich mögliche Ableitungen und den Umgang damit erklären
- Laufen Sie möglichst nicht selbständig mit angeschlossenen Infusionsleitungen oder Infusionsständern herum

