

Maatregelen om vallen te voorkomen

Deze folder is bestemd voor mensen die opgenomen zijn of worden op de afdeling Neurologie.

Op deze afdeling liggen vaak patiënten die het risico lopen om te vallen.

Dit proberen we uiteraard zo veel mogelijk te voorkomen. We gebruiken hiervoor op onze afdeling een aantal hulpmiddelen die we in deze folder beschrijven.

U kunt zelf ook meehelpen om de kans op vallen te verkleinen. Een paar voorbeelden:

- **Draag stevige schoenen**

Het is belangrijk dat u goed zittende, stevige schoenen bij zich heeft in het ziekenhuis. Het liefst zonder hak. U kunt ook stevige pantoffels dragen.

- **Hulpmiddel om te lopen**

Als u thuis gewend bent aan een hulpmiddel om beter mee te lopen, bespreek dan met de afdelingsverpleegkundige hoe u dat hulpmiddel eventueel op de afdeling kunt gebruiken.

- **Antislipsokken**

Als u op de afdeling uit bed komt trekt u niet altijd direct uw schoenen aan. Daarom adviseren wij u antislipsokken te gebruiken. Deze sokken hebben een zool met stevige rubberen rondjes waardoor ze zorgen voor meer grip op een gladde vloer. De sokken kunt u in bed dragen, waardoor u ze al aan heeft als u uit bed gaat. U kunt ze kopen bij onder andere de HEMA.

Op de afdeling gebruiken we een aantal hulpmiddelen om te voorkomen dat u valt:

- **Een bewegingsmelder**

Om sneller in te kunnen grijpen als u uit bed dreigt te vallen, gebruiken we een bewegingsmelder (de Optiscan). Met de Optiscan® kunnen we uw bewegingen volgen als u uit bed wilt gaan of dreigt te

vallen. De verpleegkundigen krijgen dan een alarmsignaal. Zo kan de verpleegkundige sneller ingrijpen en (ernstige) verwonding bij u zoveel mogelijk voorkomen.

Doordat we de Optiscan gebruiken, is het vaak niet meer nodig om patiënten te fixeren.

- **Rolstoel met tafelblad**

Het kan zijn dat u als patiënt onrustig bent of dat te weinig balans heeft in uw bovenlichaam waardoor u niet kunt blijven zitten in bijvoorbeeld uw rolstoel. Het risico op vallen is dan groot. Om dit te voorkomen gebruiken we een tafelblad dat aan de rolstoel vastzit. Zo is het risico op vallen kleiner.

- **Tentbed**

Soms is het nodig om u in een tentbed te leggen. Het speciale tentbed is aan alle zijden dichtgeritst, zodat de patiënt het bed zelf niet kan verlaten maar voelt niet beklemmend. Het tentbed neemt onrust weg en creëert een veilige omgeving. Hiermee voorkomen we dat u uit bed valt of stapt en is het risico op vallen kleiner.

Vragen?

Als u vragen heeft over deze folder kunt u terecht bij Cora Demoed. U kunt haar bereiken op (0182) 50 54 10.

Colofon

uitgave: Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie: Marketing & Communicatie
april 2020
04.10.044