

EVITATE I PERICOLI

Lista di controllo per calzature sicure

- Calzano bene
- Con lacci o chiusura con velcro (per mantenere il piede saldo)
- Dotate di suola antiscivolo
- Con tacco basso
- Il rinforzo posteriore della scarpa deve essere alto e rigido in modo da offrire stabilità
- La parte centrale della suola dovrebbe essere sottile e resistente, consentendovi di “sentire” la superficie su cui camminate
- Il tacco dovrebbe essere largo per garantire il maggiore contatto possibile con il suolo

Per maggiori informazioni, vi preghiamo di rivolgervi al/la vostro/a infermiere/a, fisioterapista, podologo/a o terapista occupazionale.

Partnering with Consumers - Standard 2

Consumers and/or carers provided feedback on this patient information.

Comprehensive Care - Standard 5

Preventing Falls and Harm from Falls. The risk of falls and harm from falls is higher for people with impaired vision, poor balance, muscle weakness, reduced bone density and taking some medications.

Used and modified with permission from:
Developed by Falls Specialist Officer
– A FIPC Initiative, The Prince Charles Hospital, 2008



© State of Queensland (Department of Health) 2015
<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/au/deed.en>

*Ispirati
da
Voi*

Calzature sicure per la vostra degenza in ospedale



SCARPE SICURE

- ✓ Calzano bene
- ✓ Con lacci o chiusura con velcro (per mantenere il piede saldo)
- ✓ Dotate di suola antiscivolo
- ✓ La parte centrale della suola dovrebbe essere sottile e resistente, consentendovi di “sentire” la superficie su cui camminate
- ✓ Il rinforzo posteriore della scarpa deve essere alto e rigido in modo da offrire stabilità
- ✓ Il tacco dovrebbe essere largo per garantire il maggiore contatto possibile con il suolo



Il St Vincent's offre un programma chiamato Shoe Bank (Banca delle Scarpe). Se siete idonei, durante la vostra degenza in ospedale possiamo darvi scarpe sicure e di buona qualità, che potrete portare anche a casa.

I criteri di idoneità includono:

- Vivere da soli
- Avere un reddito basso
- Non avere altre scarpe sicure da indossare

*Per maggiori informazioni, rivolgetevi
al/la vostro/a infermiere/a.*



SCARPE NON SICURE

- ✗ Possono scivolare via dal piede mentre camminate
- ✗ Non garantiscono il giusto sostegno per il piede
- ✗ Non sostengono il tallone
- ✗ Hanno soles scivolose
- ✗ Un pericolo d'inciampo è qualsiasi cosa che possa farvi cadere

Ogniqualevolta camminate o vi muovete, indossate sempre scarpe antiscivolo, con il tacco basso e che calzino bene, anziché pantofole o infradito.



I calzini antiscivolo possono essere utili come misura temporanea nella prevenzione delle cadute. Se desiderate averne un paio, vi preghiamo di comunicarlo a un membro del personale.

Vogliamo che la vostra degenza in ospedale sia serena e piacevole. Calzature non sicure possono causare cadute e provocare gravi infortuni.

Ci auguriamo che voi, i vostri familiari o le persone che si prendono cura di voi (carers), vi portino in ospedale calzature adatte alla vostra degenza.



Calzini antiscivolo