

Schulungsvideo
zur Vermeidung
von Stürzen



▶ VIDEOBEITRAG



Anleitung zur Vermeidung von Stürzen

Gesundheit
kommt von Herzen.



Herz-Jesu
Krankenhaus Wien

Tipps, wie Sie Stürze vermeiden können.

- ! Bei Schwindel, Nichtwohlfühlen oder nach einer Operation etc. unbedingt melden und nicht alleine aufstehen.

-> Patient*innenglocke verwenden



- ! Sich erst hinsetzen, wenn Sessel-, Bettkante, etc. spürbar und ggf. Lehne greifbar sind.

-> Nicht auf der Kante sitzen, sondern mit dem Gesäß komplett auf der Sitzfläche bleiben.

- ! Licht einschalten beim Aufstehen.



- ! Mögliche Stolperfallen (am Boden liegende Gehhilfen, Kabel von Trainingsgeräten etc.) beachten.



- ! Wichtige Dinge in greifbarer Nähe haben und benutzen (Brille, Hörgerät etc.).



- ! Gehhilfe immer und korrekt verwenden sowie in Reichweite halten, auch bei kurzen Strecken und bis die Sitzfläche erreicht wurde.



- ! Achtung: Bei Einnahme eines Schlafmittels kann es zu einer Beeinträchtigung der Reaktionsfähigkeit kommen!



- ! Richtiges Schuhwerk (rutschhemmend, hinten geschlossen) und adäquate Kleidung (nicht zu lange, nicht zu groß – Stolpergefahr!)

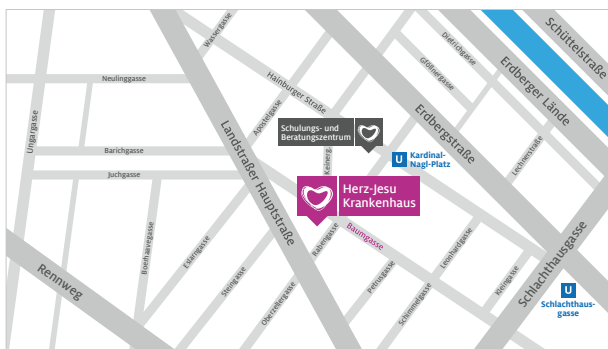
Hier sehen Sie das für Sie geeignete Schuhwerk während Ihres Aufenthalts im Herz-Jesu Krankenhaus unter Berücksichtigung Ihrer Operation und Grunderkrankung:

Immer passend. ->		Ihr richtiges Schuhwerk wird durch unser medizinisches Fachpersonal angekreuzt.	
	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>



Herz-Jesu
Krankenhaus Wien

Anfahrtsplan



So finden Sie mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu uns:

Öffentlich erreichen Sie uns mit der U-Bahnlinie U3 (Station Kardinal-Nagl-Platz) bzw. mit der Buslinie 74A (Haltestelle Rabengasse). Sollten Sie mit Ihrem Fahrzeug anreisen, beachten Sie bitte die flächendeckende Kurzparkzone für ganz Wien, Montag bis Freitag von 9–22 Uhr.

Kontakt

Herz Jesu Krankenhaus GmbH

Baumgasse 20A · 1030 Wien · T: +43 1 7122684-0
office@kh-herzjesu.at · www.kh-herzjesu.at

Stand: September 2022