

Предупреждение функционального ухудшения во время госпитализации

Информационный лист для пациентов и родственников

Острое состояние, требующее госпитализации, может стать переломным моментом в жизни пожилого человека и привести к снижению его повседневной активности — даже после короткой госпитализации и иногда без прямой связи с причиной госпитализации.

Длительное пребывание в постели замедляет процесс выздоровления и может привести к значительной потере мышечной массы и силы, пролежни, нарушения питания и утрату контроля над функциями мочеиспускания и стула. А также к резкому снижению ориентации и памяти. Эти состояния могут представлять угрозу для пациента, приводить к длительной госпитализации, недееспособности потребности в уходе и не возможности вернуться домой в плоть до летального исхода

Сохранение активности во время госпитализации помогает уменьшить и предотвратить функциональное ухудшение.

Преимущества ходьбы во время госпитализации:

- Профилактика функционального ухудшения
- Сохранение мышечной массы и силы, снижение риска падений, уменьшение болей в суставах
- Снижение риска образования пролежней
- Улучшение кровообращения и стабилизация артериального давления
- Повышение аппетита и снижение риска удушья во время приема пищи
- Снижение запоров и сохранение контроля над функциями мочеиспускания и дефекации
- Улучшение настроения и качества сна
- Сохранение ясности мышления и профилактика спутанности сознания
- Поддержание вентиляции легких, улучшение дыхания, профилактика пневмонии

Рекомендации по поддержанию активности во время госпитализации:

- Рекомендуется сидеть в кресле во время приема пищи и при посещении гостей.
- Рекомендуется принести вспомогательные средства, такие как: средства для ходьбы, очки для чтения, слуховой аппарат и зубные протезы.
- Рекомендуется сохранять самостоятельность в повседневной активности (одевание, гигиена, питание и т.д.).
- После получения разрешения от медицинского персонала рекомендуется ходить по отделению в соответствии с индивидуальными возможностями пациента не менее двух раз в день (самостоятельно или под наблюдением и с сопровождением родственников или персонала).
- Рекомендуется вставать и ходить в туалет.
- Рекомендуется продолжать заниматься досугом, таким как: просмотр телевизора, чтение книг, решение кроссвордов и т.д.

Желаем скорейшего выздоровления

