

Redatto da: COT Cure Domiciliari e Palliative

Operatore:

Cell:

Il progetto si estende su tutto il territorio afferente all'ASL Città di Torino in collaborazione con gli IFeC appartenenti ai servizi di Cure Domiciliari



PROGETTO U.M.A.n.A

Unità Monitoraggio

Anziani non Autosufficienti



Promozione della Salute e Prevenzione

IFeC
Infermieri di Famiglia e Comunità

Questo opuscolo fornisce informazioni pratiche ed utili sui seguenti argomenti:

- presentazione progetto U.M.A.n.A.
 - istruzioni per caregiver
- prevenzione cadute
-prevenzione lesioni cutanee
- altri consigli



Consulta il medico o l'infermiere in caso di :

- vomito
- difficoltà nella deglutizione
- stipsi
- diarrea
- perdita/aumento di peso



DUBBI, INCERTEZZE, DOMANDE ?

NON ASPETTARE E CHIEDI

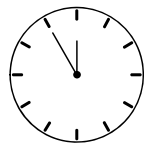


ALTRI CONSIGLI

Segui, se possibile, un'alimentazione equilibrata e varia prediligendo proteine (carne, pesce, e uova), frutta, verdure e carboidrati



Se l'appetito diminuisce fraziona i pasti nella giornata



Se riesci bevi durante la giornata. Ricorda che abbiamo bisogno di almeno 1000/1500 ml di acqua al giorno

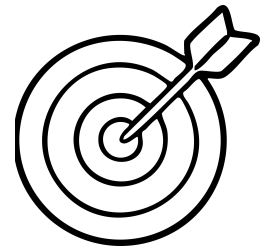


PRESENTAZIONE PROGETTO U.M.A.n.A.

Unità di monitoraggio infermieristico rivolto ad anziani (over 65) in lista d'attesa per la Residenzialità e/o Lungoassistenza domiciliare, in possesso di valutazione geriatrica (UVG)

OBIETTIVI:

- monitorare le condizioni clinico-assistenziali
- supervisionare gli utenti non autosufficienti ed il loro livello di compliance al piano di cura
- intercettare problematiche assistenziali, trattabili attraverso l'azione sinergica dei servizi aziendali specialistici
- incrementare alfabetizzazione sanitaria
- acquisire maggiore consapevolezza e controllo sulla propria vita



ATTIVITA'

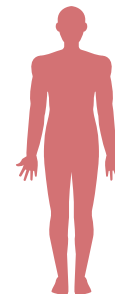
- Visita domiciliare IFeC
- Educazione terapeutica
- Educazione alla gestione delle malattie croniche
- Orientamento pratiche burocratiche
- Sostegno al caregiver
- Costruzione rete sociale



CURA DELLA CUTE

Controlla sempre la cute: la pelle secca e poco pulita facilita formazione di ferite e lesioni

Proteggi la cute dall'umidità con un prodotto protettivo



Mantieni la pelle sempre pulita e asciutta e controlla che non siano presenti arrossamenti

Usa acqua tiepida e saponi neutri per lavarti



Evita di massaggiare o frizionare le zone cutanee a rischio

Utilizza creme emollienti per idratare



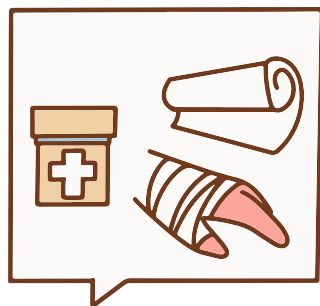
LESIONI DELLA PELLE? NO GRAZIE

La pelle è una barriera naturale che protegge il corpo.

La lesione è una ferita più o meno profonda che si forma quando si rimane immobili per lungo tempo nella stessa posizione su una superficie rigida.

Le zone del corpo a rischio di lesioni sono:

- osso sacro/bacino /inguine
- talloni
- malleoli e caviglie
- gomiti
- zona occipitale(testa)
- lobi delle orecchie
- spalle



MODALITA'

- contatto telefonico per presentazione progetto e programmazione 1° visita
- prima visita domiciliare
- monitoraggio telefonico periodico
- acquisizione consenso informato da parte del paziente e famiglia
- seconda visita domiciliare in accordo con la famiglia
- supporto al paziente e alla famiglia in attesa dell'erogazione del progetto richiesto



CADERE? NO GRAZIE!

Non sottovalutare mai le cadute nell'anziano, soprattutto se affetto da osteoporosi.

Anche se la caduta non sembra essere stata violenta, il semplice contraccolpo può determinare una frattura o una incrinatura e se assume farmaci anticoagulanti il rischio emorragico è maggiore!



STRATEGIE DI PREVENZIONE PER PERSONE NON DEAMBULANTI



assicurati che le sbarre di protezione del letto siano alzate



assicurati che la persona sia in una condizione di comfort



assicurati che ci sia un campanellino a portata di mano da usare in caso di bisogno



se insorge una condizione di agitazione psico-motoria, assicurati che la persona non abbia la necessità di urinare o evacuare



assicurati che gli ausili siano correttamente mantenuti



assicurati di saper utilizzare correttamente gli ausili (solleva malati), se non è così chiedi di essere addestrato dagli infermieri di famiglia



se la persona allettata è portatrice di catetere vescicale a permanenza, controlla sempre che il catetere sia pervio

STRATEGIE DI PREVENZIONE PER PERSONE DEAMBULANTI



togli i tappeti



non lasciare i fili a terra



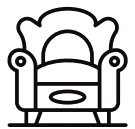
indossa scarpe chiuse anche in casa



utilizza punto luce notturno



posiziona maniglioni per sorreggerti e alzarti in bagno e in camera da letto



alzati dal letto o dalla poltrona con calma



utilizza sempre bastone e girello per avere un appoggio più sicuro



fai esercizio fisico tutti i giorni



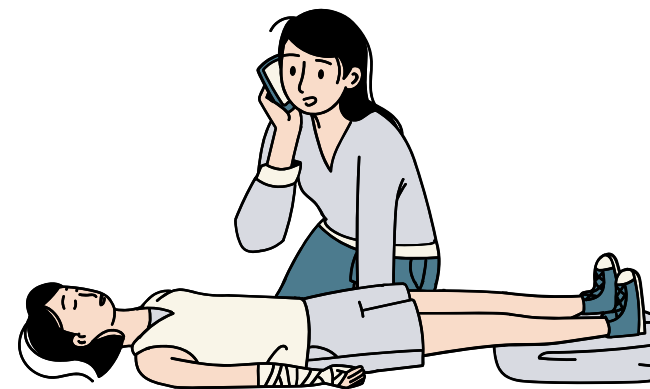
controlla vista e udito



concorda con il medico l'orario di assunzione dei farmaci

CONSIGLI PER IL CARE GIVER IN CASO DI CADUTA

- controlla lo stato di coscienza
- controlla i parametri vitali, compresa la glicemia se diabetico ed eventuale dolore
- esame testa-piedi per verificare la presenza di escoriazioni o contusioni
- controlla se le gambe sono in asse
- chiama i soccorsi



MOBILIZZAZIONE IN SEDIA /CARROZZINA

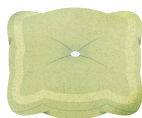
Limita il tempo in posizione seduta



Sollevati ogni 10 minuti usando i braccioli della sedia, o fatti aiutare a sollevarti dalla carrozzina almeno ogni ora

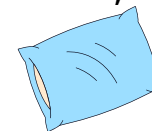


Utilizza un cuscino antidecubito sulla seduta della carrozzina .Non sono da utilizzare ciambelle ad aria e vello di pecora



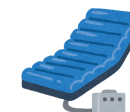
MOBILIZZAZIONE A LETTO

Cambia la posizione almeno ogni due ore variando tra fianco destro, sinistro e supino.

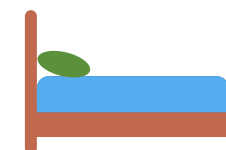


Non alzare troppo lo schienale del letto perché facilita la frizione e lo scivolamento sul letto stesso

Utilizza ausili di supporto per alternare o ridurre la pressione (materasso antidecubito)



Tieni sollevati i talloni dalla superficie di appoggio
Utilizza un archetto solleva coperte per evitare posizioni viziate dei piedi



utilizza la pediera del letto per tenere sollevate le coperte