

Le programme de prévention des chutes : Le rôle de CAMH

- Le personnel déterminera les risques de chute de **TOUS** les clients admis à CAMH.
- Toutes les mesures nécessaires seront prises afin de réduire le plus possible les risques de chute et de blessure pour **TOUS** les clients.
- Le personnel réévaluera vos risques de chute si votre état de santé change, si vous êtes transféré dans un nouveau milieu ou si vous faites une chute.

Si vos risques de chute sont particulièrement élevés :

- En collaboration avec vous et votre famille, le personnel élaborera un plan de soins adapté à vos besoins particuliers.



Le programme de prévention des chutes de CAMH

Dans le cadre de ce programme, on :

- encouragera un partenariat entre les clients, les familles et le personnel afin de créer un milieu sûr ;
- respectera la dignité du client et ses décisions ;
- fournira des soins axés sur le client.

Available in English

Pour tout renseignement sur des questions de toxicomanie et de santé mentale ou pour obtenir d'autres ressources, veuillez vous adresser au Centre de renseignements R. Samuel McLaughlin de CAMH :

Sans frais en Ontario : 1 800 463-6273
À Toronto : 416 595-6111

Pour faire un don, veuillez vous adresser à la Fondation de CAMH :

Tél. : 416 979-6909
Courriel : foundation@camh.net

Si vous avez des questions à poser ou des éloges ou des préoccupations à formuler au sujet des services offerts par CAMH, adressez-vous au Service des relations avec les clients :
Tél. : 416 535-8501, poste 2028 ou 2078

Site Web : www.camh.net



Centre for Addiction and Mental Health
Centre de toxicomanie et de santé mentale

Un Centre collaborateur de l'Organisation panaméricaine de la santé et de l'Organisation mondiale de la Santé

Affilié à part entière à l'Université de Toronto

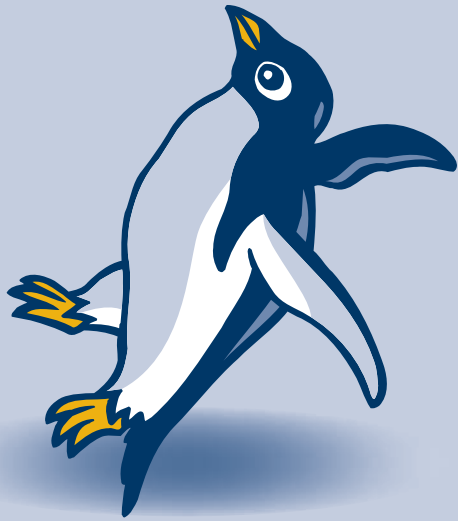
Programme de prévention des chutes



Centre for Addiction and Mental Health
Centre de toxicomanie et de santé mentale

Le saviez-vous ?

Les chutes constituent un problème de santé important. Elles peuvent causer un traumatisme crânien, des fractures, réduire la mobilité et rendre une personne plus craintive.



Quelles sont les personnes vulnérables ?

Toutes celles qui présentent des facteurs de risque tels que :

| | |
|------------------------|--------------------|
| Troubles d'équilibre | Étourdissements |
| Faiblesse | Dépression |
| Chute(s) antérieure(s) | Confusion/psychose |
| Troubles visuels | Troubles auditifs |
| Médicaments | Viellissement |

Si un de ces facteurs de risque vous concerne, parlez-en au personnel.

Ce que vous pouvez faire !

Agissez **DÈS MAINTENANT** pour réduire vos risques de chute.

- ▲ **Si vous craignez de faire une chute, dites-le au personnel.**
- ▲ **Faites régulièrement des activités physiques sans danger.** L'exercice quotidien améliore votre équilibre et votre souplesse et augmente votre force physique.
- ▲ **Portez vos lunettes et votre appareil auditif si vous en avez besoin.**
- ▲ **Portez des chaussures adéquates.** Elles vous aideront à garder votre équilibre.
- ▲ **Levez-vous lentement après avoir mangé, vous être allongé ou vous être reposé.** Si vous êtes étourdi ou chancelant ou si vous vous sentez faible, faites-le savoir au personnel.
- ▲ **Prenez régulièrement des repas sains et équilibrés.**
- ▲ **Renseignez-vous sur vos médicaments et consultez votre médecin et le personnel.** Certains médicaments sur ordonnance et en vente libre peuvent affecter votre équilibre et votre coordination.

Ce que le personnel fera !

Il prendra les mesures suivantes pour réduire les risques de chute et de blessure :

- ▲ Il vous familiarisera avec votre unité.
- ▲ Il veillera à ce que l'éclairage soit adéquat.
- ▲ Il nettoiera les lieux rapidement si quelque chose est renversé.
- ▲ Il signalera et réparera ce qui est défectueux.
- ▲ Il éliminera tout obstacle de votre chemin vers les toilettes, vers votre chambre et dans les couloirs.
- ▲ Il utilisera correctement le dispositif de freinage du matériel.
- ▲ Il veillera à ce que vos effets personnels soient à portée de la main.
- ▲ Il vous encouragera à porter vos lunettes et votre appareil auditif et à utiliser un ambulateur ou une canne.
- ▲ Il vous encouragera à porter des chaussures antidérapantes qui offrent un bon soutien.
- ▲ Il examinera tous vos médicaments.
- ▲ Il vous encouragera à vous livrer à des activités sûres et à bouger.

Les chutes sont la cause de 85 % de toutes les blessures nécessitant l'hospitalisation des personnes de 65 ans et plus.

(Institut canadien d'information sur la santé, 2000)