

## Au CIUSSS de l'Estrie - CHUS, la sécurité des soins et des services est une préoccupation quotidienne

La santé et le bien-être de la population constituent les principales préoccupations du CIUSSS de l'Estrie - CHUS. La qualité et la sécurité des soins et des services se trouvent donc au centre des priorités de tous les employés, médecins, professionnels de la santé, étudiants, stagiaires et bénévoles.

Pour plus d'information  
819 780-2222  
[santeestrie.qc.ca](http://santeestrie.qc.ca)

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Estrie - Centre  
hospitalier universitaire  
de Sherbrooke

Québec



# Pour éviter de tomber

La prévention des chutes  
Pour la sécurité et la qualité des soins et des services



Information :  
Tél. : 819 780-2220, poste 46351  
[santeestrie.qc.ca](http://santeestrie.qc.ca)

# Pour éviter de tomber

## Le CIUSSS-IUGS se préoccupe des risques de chutes et de leurs conséquences chez tous ses usagers

Vous craignez de tomber ou vous êtes préoccupé par le risque de chutes de votre proche? Parlez-en avec un professionnel de la santé du CIUSSS de l'Estrie - CHUS.

Saviez-vous que les chutes sont la cause première de décès accidentel chez les personnes de 65 ans et plus? Au CIUSSS de l'Estrie - CHUS, les intervenants s'assurent de maintenir l'autonomie et la qualité de vie des usagers. La clientèle admise dans les milieux de soins est plus vulnérable aux risques de chutes, c'est pourquoi les intervenants mettent tout en œuvre pour les prévenir. Voici comment :

- Par une évaluation systématique du risque de chute auprès de tous les usagers admis;
- En vous renseignant sur les facteurs de risque de chutes de votre proche et sur les diverses stratégies pour les prévenir;
- En proposant des mesures pour améliorer la sécurité de votre proche dans le respect de ses décisions, de sa qualité de vie et de son autonomie;
- En élaborant avec vous un plan d'intervention individualisé adapté aux besoins particuliers de votre proche, si son risque de chutes est particulièrement élevé;
- En réévaluant les risques de chutes de votre proche si son état de santé change, s'il déménage dans un nouveau milieu ou s'il fait une chute.

### Comment aider votre proche à prévenir les chutes en milieu de soins :

- En lui rappelant l'importance de porter ses lunettes, son appareil auditif et d'utiliser sa canne, sa marchette ou son déambulateur;
- En gardant son environnement dégagé et bien éclairé;
- En lui faisant porter des chaussures qui procurent un bon soutien et qui sont antidérapantes. Elles contribuent à maintenir son équilibre;
- En veillant à ce que ses effets personnels, sa cloche d'appel et son téléphone soient à la portée de la main;
- En informant immédiatement le personnel s'il ressent des étourdissements, une faiblesse ou s'il a une démarche chancelante;
- En l'encourageant à s'alimenter sainement;
- En lui rappelant de se lever lentement après avoir mangé, s'être allongé ou s'être reposé;
- En respectant les consignes des intervenants pour ses déplacements;
- En vous renseignant sur les effets secondaires possibles de ses médicaments.

**Si vous craignez que votre proche fasse une chute, dites-le au personnel.**