



LA SEGURIDAD EN EL HOGAR

La seguridad en el hogar para el paciente y las personas encargadas de su cuidado

La seguridad en el hogar es de fundamental importancia para el paciente y las personas encargadas de su cuidado. Las siguientes pautas pueden ser útiles a fin de garantizar un entorno seguro para el paciente:

Lavado de las manos

- Lavarse bien las manos con frecuencia es la mejor manera de mantener la seguridad del paciente, de quienes se encargan de cuidarlo y de los familiares. Adopte el hábito de lavarse las manos enérgicamente durante al menos 15 a 20 segundos con agua y jabón. Láveselas antes y después de comer, antes y después de tocarse la nariz o la boca, después de ir al baño, después de fumar, después de acariciar a las mascotas y **siempre antes y después de atender al paciente. ¡Lavarse las manos con frecuencia es la principal manera en que todos podemos evitar la propagación de infecciones!**

Seguridad para el oxígeno

- Coloque un cartel de “PROHIBIDO FUMAR” sobre las puertas de ingreso a su casa. La compañía que le provee el equipo de oxígeno puede suministrarle estos carteles.
- Si alguna persona va a fumar, usted primero debe hacer lo siguiente:
 - Quite la mascarilla de oxígeno o los tubos de la cara del paciente.
 - Apague la máquina o el tanque de oxígeno por completo.
 - Se debe esperar 30 minutos antes de poder fumar. El oxígeno puede permanecer en el interior o en la superficie del cuerpo y de la ropa y puede provocar un incendio, incluso si el equipo de oxígeno se ha desconectado.
- Evite los productos a base de petróleo. Use únicamente productos a base de agua para el cuidado de la piel, entre otros, bálsamo para los labios, loción para el rostro y el cuerpo y productos para el cabello.
- Mantenga los tubos lo más cortos posible para aumentar la cantidad de oxígeno que recibe el paciente.
- No utilice pulverizadores en aerosol cerca del equipo de oxígeno.
- No lubrique ni limpie el equipo con aceite, grasa o productos químicos.
- Coloque la máquina de oxígeno (concentrador) sobre una alfombra, un tapete o algún tipo de almohadilla gruesa para reducir el ruido.

- Manipule los cilindros de oxígeno con cuidado y guárdelos en posición vertical en el carro o soporte suministrado. Los cilindros de oxígeno tienen presión muy elevada y pueden ser peligrosos si se caen.
- No guarde ni utilice oxígeno a una distancia de 10 pies de una llama expuesta. Las llamas expuestas y las posibles fuentes de fuego incluyen artículos como velas, estufas, fósforos, cigarrillos, calentadores, dispositivos para cocinar y chimeneas.
- Asegúrese de tener un detector de humo que funcione, un extinguidor de incendios en condiciones de uso y un plan de escape en caso de incendio.
- Asegúrese de que sus huéspedes y visitas sepan que usted tiene oxígeno y que respeten todas las normas de seguridad anteriores.

Tratar de evitar las caídas

Evitar las lesiones es muy importante para su equipo de atención. Su enfermera prestará atención a cosas específicas, como medicamentos y debilidad, y le ayudará a buscar la manera de tratar de evitar las caídas.

A continuación se enumeran algunas cosas a las que usted debería prestar atención para reducir el riesgo de caerse adentro de su casa:

- Pisos resbalosos, áreas sueltas o tapetes pequeños.
- Oscuridad o iluminación tenue que dificulta la visión.
- Escaleras sin barandas o partes sueltas en la alfombra que cubre los escalones.
- Tinajas de baño, duchas e inodoros sin barras de sostén.
- Cosas desordenadas que dificulten caminar por el lugar y con las que sea fácil tropezarse (por ejemplo, pilas de periódicos y revistas).
- Objetos difíciles de alcanzar a alturas elevadas (el estante superior de un armario).
- Cables de electricidad, cables de teléfono o sondas de oxígeno.
- Considere la idea de tener una silla con orinal junto a la cama en vez de caminar hasta el baño, especialmente de noche.
- Considere la idea de respetar una rutina para ir al baño a fin de evitar la necesidad súbita de ir corriendo al baño.

A continuación se enumeran algunas cosas a las que usted debería prestar atención para reducir el riesgo de caerse afuera de su casa:

- Aceras, senderos o entradas para coches resbaladizos por efecto del hielo o de la nieve.
- Usar zapatos o botas con poca adherencia o sin adherencia al suelo.
- Entradas, senderos y garajes con poca iluminación.
- Senderos que se han tornado inestables por el paso del tiempo (como los que están hechos de ladrillos).

¿Necesita más información o ayuda? Llame al 633-3400 las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para recibir ayuda al instante. Gracias por permitirnos contribuir a cuidar de usted y sus seres queridos.