**Создание безопасной среды**

Неподходящая среда может создавать трудности человеку любого

возраста, но особенно страдают от нее пожилые и люди с физическими или

умственными недостатками. Во избежание несчастных случаев необходимо

обеспечить им как можно более безопасную окружающую среду.

Прежде всего следует выяснить, какие именно изменения необходимы. В

этом может помочь сам больной, объяснив, когда он испытывает трудности:

поднимаясь или ложась в кровать, передвигаясь по комнате или выполняя

какие-либо другие действия.

**Обустраивая квартиру (дом) пожилого пациента, подходы к ней (нему) и**

**его комнату, необходимо придерживаться следующих правил:**

* На пути из одного помещения в другое не должно быть препятствий или
* незакрепленных проводов.
* Двери в доме пожилого человека могут быть без порогов.
* Следует избегать установки мебели с выступающими углами и ножками,
* а если она уже есть, то сделать перестановку.
* Под напольные ковры и прикроватные коврики нужно положить
* специальные нескользящие подложки (продаются в магазинах).
* У ковров и ковровых покрытий не должно быть загнутых краев,
* потрепанных и рваных мест.
* В ванных комнатах и душевых помещениях рекомендуется положить на
* пол резиновые коврики или нескользящие покрытия.
* Рядом с унитазом и ванной (душем) нужно прикрепить к стене
* дополнительные опоры для рук.
* Мыльница должна находиться не дальше, чем на расстоянии вытянутой
* руки.
* Выключатели освещения должны располагаться рядом с дверью и так,
* чтобы до них было удобно доставать рукой. Под рукой пациента пусть будут
* также выключатели настольных ламп и торшеров.
* Каблуки и подошвы домашней и уличной обуви не должны быть
* слишком гладкими.
* Ступени лестницы должны быть в хорошем состоянии. Недопустимы
* сломанные, шатающиеся или наклонные ступени.
* Полы и лестницы должны быть чистыми и сухими, на них не должно
* быть ненужных предметов и ковровых дорожек. Края ступеней можно
* «окантовать» нескользящим материалом (продается в магазинах строительных
* материалов).
* Ступени должны быть хорошо освещены. Удобно, когда выключатели
* есть как при входе в подъезд, так и около двери в квартиру.
* Скамейка или табурет, на которые становятся, чтобы достать лежащие
* высоко предметы, должны быть прочными. Ставить их нужно только на
* твердую и ровную поверхность.
* Ножки стремянки при ее установке должны быть полностью раздвинуты
* и надежно закреплены.
* К лежачему больному доступ нужен с обеих сторон кровати.
* В целях повышения безопасности лежачего больного можно
* использовать прикроватную сетку или решетку.

 