

La sécurité, c'est l'affaire de tous

Guide sur la sécurité pour les patients, leur famille et leurs amis

Les infections, les médicaments et les chutes constituent les trois risques les plus courants pour la sécurité des patients. Diminuez les risques qui vous guettent en appliquant les consignes suivantes :

Évitez les chutes

Une chute peut entraîner des blessures graves, mais la plupart sont évitables. Vous risquez davantage de tomber si vous êtes malade ou si vous vous trouvez dans un environnement inconnu. La réduction des chutes est la responsabilité de tous : patients, famille, amis et personnel soignant.

Pour réduire vos risques de chute

- Regardez autour de vous, ralentissez et appuyez-vous à quelque chose. **Demandez et attendez de l'aide**, et soyez prudent. Ne prenez pas de risques.
- **Avertissez les employés et le personnel soignant** si vous avez de la difficulté à garder l'équilibre ou si vous avez déjà fait une chute.
- **Prenez votre temps**; utilisez toute aide nécessaire comme une canne, un déambulateur ou des béquilles, en particulier pour sortir du lit ou pour vous lever d'une chaise.
- **Gardez les objets que vous utilisez souvent à portée de la main.** Au besoin, utilisez la sonnerie d'appel pour obtenir de l'aide.
- **Signalez tout déversement immédiatement.** Les planchers humides peuvent causer des accidents. Indiquez à un membre du personnel si le plancher près de vous est humide et soyez prudent si vous voyez un panneau indiquant « plancher mouillé ».
- Évitez de porter des vêtements trop amples ou trop longs.
- **Portez des chaussures bien ajustées et qui offrent une bonne traction.** Les chaussures d'intérieur avec un talon large et bas et des semelles de caoutchouc sont idéales.

Évitez une infection

Lavez-vous les mains

- Se laver les mains est la façon la plus efficace d'éviter les infections. Un lavage des mains efficace dure au moins 30 secondes.
- Si vous n'avez pas accès à de l'eau et du savon, utilisez le désinfectant pour les mains à base d'alcool et frottez-vous les mains pendant 20 secondes.

- Rappelez au personnel de se laver les mains avant de s'occuper de vous. Ils apprécieront le rappel!
- Encouragez vos visiteurs à se laver les mains.

Halte aux germes!

- Couvrez votre toux! Toussez et éternuez dans votre manche ou dans un mouchoir, pas dans votre main.
- Si votre professionnel de la santé vous le recommande, faites-vous vacciner contre la grippe.
- Rappelez à vos amis et aux membres de votre famille de ne pas vous rendre visite s'ils font de la fièvre, s'ils toussent, ou s'ils souffrent d'une maladie contagieuse.

Soyez au courant des médicaments que vous prenez

Assurez-vous que votre professionnel de la santé connaît tous les médicaments que vous prenez, y compris les médicaments en vente libre, les herbes médicinales et les remèdes traditionnels.

- Gardez une liste à jour de la médication que vous prenez.
- Apportez votre liste avec vous chaque fois que vous consultez votre professionnel de la santé. N'oubliez pas de mettre votre liste à jour, au besoin. Vous pouvez utiliser un registre ou une application pour téléphone intelligent pour gérer votre médication : www.knowledgeisthebestmedicine.org.
- Si un changement est apporté à votre médication, demandez pourquoi. Si vous ne reconnaissez pas le médicament qu'on vous donne, parlez-en à votre personnel soignant avant de le prendre.
- Sachez à quoi servent les médicaments qu'on vous donne et comment les prendre (par exemple, avec de la nourriture). Assurez-vous de savoir ce que vous prenez, et pourquoi.
- Avez-vous déjà eu une réaction à un médicament ou à un produit alimentaire ou êtes-vous allergique à quoi que ce soit? Si oui, informez un membre de votre équipe de soins.

Vérification de votre identité

Pour votre sécurité, nous vérifions et confirmons régulièrement votre identité à l'inscription, avant les examens, avant l'administration de médicaments, lors des procédures ou lorsque vous recevez des soins. Pour ce faire, nous confirmons votre nom, votre date de naissance ou votre adresse ou nous vérifions votre bracelet. Avertissez-nous si vous changez de nom, d'adresse, de numéro de téléphone ou de personne à joindre en cas d'urgence.

N'hésitez jamais à poser des questions en cas de doute. Si quelque chose semble clocher, ne restez pas silencieux, dites-le.

Posez des questions, écoutez, parlez

La sécurité commence par une bonne communication. Aidez-nous à assurer votre sécurité en communiquant clairement.

- **INTERROGEZ** votre professionnel de la santé au sujet de votre plan de traitement. Déterminez ce que vous pouvez faire pour vous sentir mieux et améliorer votre état de santé.
- **ÉCOUTEZ** attentivement et demandez plus d'informations, surtout si vous ne comprenez pas. Prenez des notes et demandez le soutien d'un ami ou d'un membre de votre famille.
- **PARLEZ** de vos inquiétudes, de vos besoins et de vos priorités avec vos professionnels de la santé.

Demandez l'aide d'un interprète si vous êtes malentendant ou si l'anglais n'est pas votre langue maternelle.

Retour à la maison

Assurez-vous de savoir quoi faire lorsque vous rentrez à la maison.

- Si vous devez être hospitalisé, vous devriez planifier votre retour à la maison tôt au cours de votre séjour hospitalier. Il est important de parler de votre situation de vie et de prendre les dispositions nécessaires à l'avance.
- Demandez des instructions écrites, au sujet notamment de vos médicaments, de vos traitements et de vos rendez-vous de suivi.
- Assurez-vous de savoir quoi faire pour rester en bonne santé à la maison.
- Soyez conscient des signes de danger à surveiller à la maison.
- Sachez quand et qui appeler si vous avez besoin de soins supplémentaires.

S'ils sont sensibilisés et bien informés et qu'ils participent aux soins que leur donne leur équipe de soins, les patients peuvent jouer un rôle vital dans la sécurité des soins de santé.

An English version of this document
is available.



Administration des services de
santé et des services sociaux
DES TERRITOIRES DU NORD-OUEST

Administration des services de santé et des services sociaux des Territoires du Nord-Ouest

C. P. 1320, Yellowknife, NT X1A 2L9