

## Prévenez les chutes (Prevent Falls)

Les chutes peuvent causer de graves blessures, mais elles peuvent être évitées. Vous courez un plus grand risque de chuter lorsque vous vous sentez mal ou vous vous trouvez dans un lieu étranger. La diminution du nombre de chutes est la responsabilité de tous; patients, famille, amis et professionnels de la santé.

### Pour réduire les risques de chute (To Reduce your Risks of Falling)

- Regardez autour de vous, ralentissez, tenez-vous à un support, demandez de l'aide, attendez qu'on vous aide et faites attention. Ne risquez pas une chute.
- Informez le personnel et les personnes soignantes si vous manquez d'assurance en marchant ou si vous avez déjà chuté.
- Prenez votre temps, marchez à l'aide d'un support, comme une canne, un ambulateur ou des béquilles, surtout lorsque vous vous levez du lit ou d'une chaise.
- Gardez les articles régulièrement utilisés à portée de main, utilisez votre sonnette pour demander de l'assistance.
- Rapportez immédiatement les dégâts. Les planchers mouillés sont une cause d'accidents. Faites remarquer à un membre du personnel lorsque le plancher est mouillé et faites attention si vous voyez un panneau d'avertissement.
- Évitez de porter des vêtements trop amples ou trop longs.
- Portez des chaussures de la bonne pointure et offrant une bonne traction. Les chaussures d'intérieur à talon bas et semelle de caoutchouc sont conseillées.



## Travaillons ensemble pour offrir les soins de santé en toute sécurité (Making Health Care Safer, Together)

Nous souhaitons tous offrir des soins de santé en toute sécurité – que nous soyons patients, famille et amis, fournisseurs, médecins, personnel ou établissements.

Nous vous invitons à vous joindre à nous afin d'assurer que vos soins sont donnés en toute sécurité. Soyez conscients, informés et impliqués.

Si vous êtes malade, ne rendez pas visite à une personne à l'hôpital ou dans un établissement de soins.

### Où trouver des conseils de santé (Health Advice Information)

Health Link Alberta est un service téléphonique disponible 24 heures par jour, sept jours par semaine. Des infirmières diplômées y répondront à toutes vos questions sur votre santé.

#### Health Link Alberta

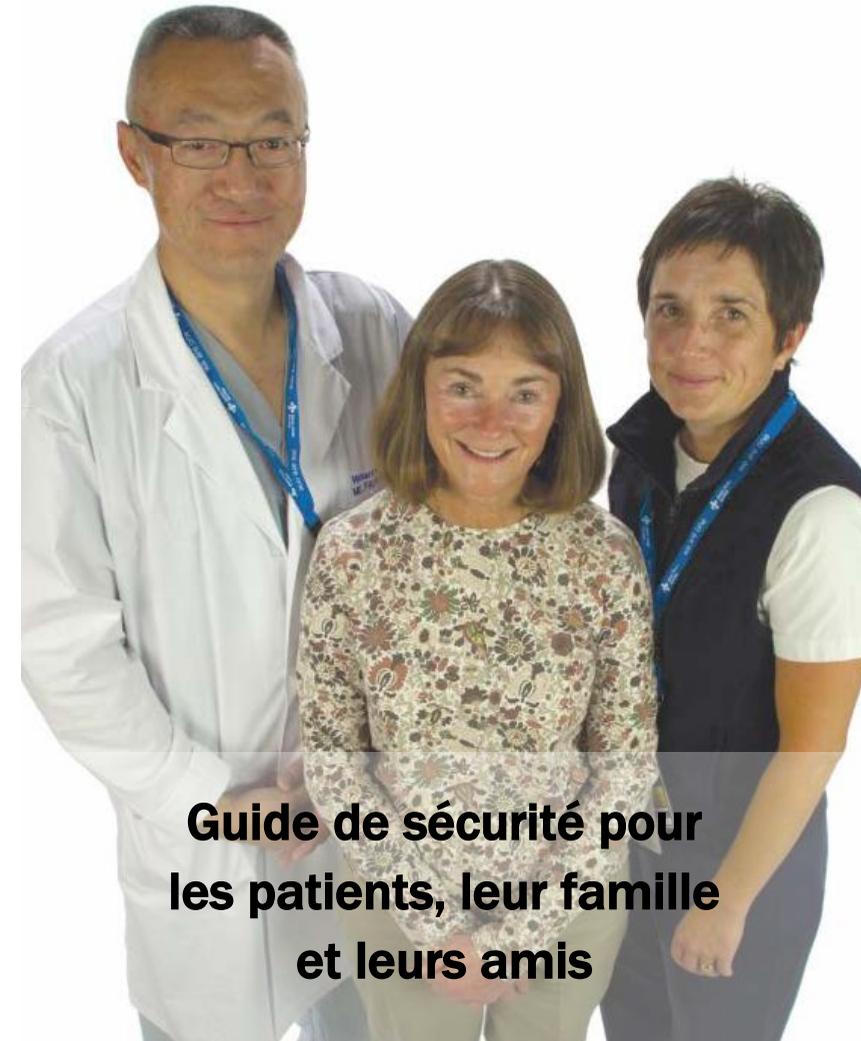
Sans frais :

1-866-408-5465 (LINK)

Edmonton : 780-408-5465 (LINK)

Calgary : 403 943-5465 (LINK)

Nous souhaitons remercier nos patients et leurs familles pour leur aide lors de la création de ce pamphlet. Pour commander un pamphlet, écrivez au [patient.engagement@albertahealthservices.ca](mailto:patient.engagement@albertahealthservices.ca) avec le nombre demandé, ou appelez le 1 877 735-1102.



**Guide de sécurité pour  
les patients, leur famille  
et leurs amis**



Les Services de santé de l'Alberta s'engagent à travailler avec vous pour offrir des soins sûrs et de haute qualité, à tous les niveaux du système de soins de santé.

Les patients jouent un rôle important dans la prestation de soins en toute sécurité, en restant conscients, informés et impliqués, à titre de membre de leur équipe de soins de santé.



## Demandez. Écoutez. Parlez. (Ask. Listen. Talk)

La sécurité passe par la communication. Aidez-nous à vous protéger en communiquant clairement :

- **DEMANDEZ** à votre professionnel de la santé des clarifications sur vos soins. Découvrez ce qu'il faut faire pour améliorer votre état de santé et guérir.
- **ÉCOUTEZ** attentivement et demandez plus d'information, surtout si vous ne comprenez pas. Prenez des notes ou invitez un ami ou membre de votre famille pour vous soutenir.
- **PARLEZ** de vos inquiétudes, besoins et priorités avec votre professionnel de la santé. Parlez du programme de soins, de ce qu'il implique et de ce qui est prévu.

**Si vous ne parlez ou ne comprenez pas l'anglais, veuillez en aviser votre équipe de soins et ils feront appel à un interprète.**

## Vérification de l'identité (Verify Your Personal Identification)

- La vérification de l'identité du patient est un facteur primordial dans la prestation de soins de santé en toute sécurité.
- Pour votre sécurité, nous vérifions périodiquement votre identité à plusieurs étapes de votre traitement. Par exemple, à l'inscription, avant une chirurgie ou pendant les soins.
- Le mode de confirmation peut être de dire votre nom et date de naissance, ou de présenter votre carte d'assurance maladie ou une autre pièce d'identification.
- Veuillez nous faire part de tout changement de nom, d'adresse, de numéro de téléphone ou de personne à aviser en cas d'urgence.

## Nettoyez vos mains (Clean Your Hands)

- Le lavage des mains est le meilleur moyen de prévenir la transmission d'infections. Toussez et éternuez dans votre manche ou en couvrant votre nez avec un mouchoir.
- Freinez la transmission des virus à l'aide des désinfectants à base d'alcool situés à divers endroits de l'établissement, ou en nettoyant vos mains avec soin, avec de l'eau et du savon, pendant 20 secondes. Si vous avez besoin d'aide, n'hésitez jamais à demander.
- Si vous n'êtes pas certain que votre prestataire de soins de santé a les mains propres avant d'entrer en contact avec vous, vous pouvez le lui demander.
- Rappelez aux autres de se nettoyer les mains, comme vos parents, amis et soignants.

## Connaissez vos médicaments (Know Your Medicine)

- Vous savez plus que tous quels médicaments vous prenez et comment. Conservez une liste à jour de tous les médicaments (MedList) et gardez-la sur vous, car elle peut communiquer ces informations lorsque vous en êtes incapable ou que vous oubliez.



- Les médicaments sont bien plus que vos ordonnances. Ils comprennent les médicaments sans ordonnance, les suppléments, vitamines et remèdes naturels, inhalateurs, timbres, onguents, gouttes ophtalmiques et échantillons distribués par votre médecin. Inscrivez le nom, la dose et l'heure à laquelle vous prenez chaque produit.
- Si un changement est apporté à vos médicaments, demandez pourquoi. Sachez à quoi servent vos médicaments et comment les prendre (p. ex. : avec de la nourriture). Rappelez-vous de mettre la liste à jour. Ayez recours à votre liste à chaque rencontre avec un professionnel de la santé.
- Avez-vous déjà eu une réaction à un médicament ou aliment? Si oui, faites-en part à votre équipe de soins.

Pour en savoir plus au sujet de la compilation de la MedList ou pour plus de renseignements, consultez le site Web des Services de santé de l'Alberta, ci-dessous :

## Connaissez vos médicaments (Know Your Medications)

[www.albertahealthservices.ca/9515.asp](http://www.albertahealthservices.ca/9515.asp)