

# Σωματικός περιορισμός

Πληροφορίες για οικότροφους ιδρυμάτων, την οικογένεια και τους φροντιστές



Σωματικός περιορισμός σημαίνει ο,τιδήποτε σας εμποδίζει να κινείστε ελεύθερα.

Μπορεί να περιλαμβάνει τη χρήση εξοπλισμού, όπως ράγες κρεβατιού, ζώνες κάτω του υπογάστριου (μέσης) ή καρέκλα συνδεδεμένη με τραπέζι. Μπορεί επίσης να σημαίνει αφαίρεση αντικειμένων όπως περιπατητήρων.

Στο παρελθόν, ο σωματικός περιορισμός χρησιμοποιούταν για λόγους ασφαλείας. Θεωρείτο ότι μπορούσε να σταματήσει τους ανθρώπους να πέφτουν κάτω. Χρησιμοποιείτο επίσης για να εμποδίζει τους ανθρώπους να κάνουν πράγματα όπως να περιπλανούνται ή να σηκώνονται από το κρεβάτι.

Αλλά τώρα ξέρουμε ότι αυτό μπορεί να χειροτερέψει τα προβλήματα. Ο σωματικός περιορισμός μπορεί να προκαλέσει βλάβη και σοβαρούς τραυματισμούς.

## Οι κίνδυνοι χρήσης σωματικού περιορισμού

Ο σωματικός περιορισμός συχνά προκαλεί προβλήματα όπως:

- απώλεια δύναμης και πτώσεις
- Πόνο
- δυσκοιλιότητα ή ακράτεια
- τραυματισμούς λόγω πίεσης (κατακλίσεις/δερματικά έλκη)
- πανικό, φόβο και θυμό
- απομόνωση και μοναξιά
- απώλεια αξιοπρέπειας
- τραυματισμό και θάνατο.

## Πότε θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί ο σωματικός περιορισμός;

Ο σωματικός περιορισμός είναι η τελευταία λύση και αναγκαίος μόνο για ακραίες καταστάσεις έκτακτης ανάγκης.

Μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο για μικρό χρονικό διάστημα. Θα πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο όταν έχουν δοκιμαστεί όλες οι άλλες λύσεις.

Πριν εφαρμοστεί ο σωματικός περιορισμός, είναι σημαντικό να διασφαλιστεί ότι δεν χρησιμοποιείται για την αντιμετώπιση της πλήξης, της δυσφορίας, του άγχους ή της ασθένειας ενός τρόφιμου. Δεν πρέπει ποτέ να χρησιμοποιείται λόγω έλλειψης προσωπικού.

Μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο αφού συζητηθεί μαζί σας και με την οικογένειά σας. Αυτή η συζήτηση πρέπει να περιλαμβάνει τους κινδύνους χρήσης του σωματικού περιορισμού.

Πρέπει να παρακολουθείται στενά και να εξετάζεται από το προσωπικό φροντίδας και από το γιατρό σας.

## Παραδείγματα σωματικού περιορισμού

- Ράγες ασφαλείας κρεβατιών
- Ζώνες κάτω του υπογάστριου ή ζώνες ασφαλείας
- Καρέκλες συνδεδεμένα με τραπέζι
- Απομάκρυνση των βοηθημάτων κινητικότητας, όπως τους περιπατητήρες
- Καρέκλες ή κρεβάτια από τα οποία είναι δύσκολο να σηκωθεί κάποιος
- Χρήση επίπλων για τον αποκλεισμό διαδρόμων.

## Ποιος μπορεί να εγκρίνει το σωματικό περιορισμό;

Ο σωματικός περιορισμός πρέπει πάντα να συζητείται μαζί σας, με την οικογένειά σας ή τον νόμιμο κηδεμόνα, το γιατρό και το εξειδικευμένο προσωπικό.

Εσείς ή ο νόμιμος κηδεμόνας σας πρέπει να δώσετε τη συγκατάθεσή σας για τη χρήση του περιορισμού. Σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης, αυτό μπορεί να μην είναι δυνατό. Ωστόσο, αυτή θα πρέπει να ληφθεί το συντομότερο δυνατόν.

### Συνεργασία

Εσείς και η οικογένειά σας καταλαβαίνετε ποιες είναι οι ανάγκες σας.

Συνεργαστείτε με το προσωπικό για να μοιράσετε πληροφορίες. Αυτό βοηθά στη δημιουργία ενός σχεδίου φροντίδας που επικεντρώνεται σε εσάς. Ένα καλό σχέδιο φροντίδας περιλαμβάνει το ιστορικό της ζωής σας και τι σας ευχαριστεί ή σας δυσαρεστεί.

Το μοίρασμα πληροφοριών μπορεί να βοηθήσει στην αποφυγή σωματικού περιορισμού με το να χρησιμοποιούνται στρατηγικές που σας βολεύουν. Μιλήστε στο προσωπικό για τη χρήση του σωματικού περιορισμού και κάντε ερωτήσεις για την καλύτερη φροντίδα.

### Ερωτήσεις για το προσωπικό;

- Γιατί χρησιμοποιείτε το σωματικό περιορισμό; Είναι αναγκαίος;
- Προσπαθήσατε να χρησιμοποιήσετε εναλλακτικές λύσεις αντί το σωματικό περιορισμό; Ποιες είναι οι εναλλακτικές λύσεις;
- Χρησιμοποιείτε το λιγότερο περιοριστικό και τον καταλληλότερο τρόπο περιορισμού;
- Πώς θα παρακολουθείται ο σωματικός περιορισμός και για πόσο χρονικό διάστημα θα χρησιμοποιηθεί;



**Αποποίηση ευθυνών:** Οι παρούσες πληροφορίες υγείας είναι μόνο για γενικούς σκοπούς. Παρακαλούμε συμβουλευτείτε το γιατρό σας ή άλλο επαγγελματία υγείας για να βεβαιωθείτε ότι αυτές οι πληροφορίες είναι σωστές για εσάς.

Για να λάβετε τη δημοσίευση αυτή σε προσβάσιμη μορφή στείλτε email στο [acqiu@dhhs.vic.gov.au](mailto:acqiu@dhhs.vic.gov.au)  
Εγκεκριμένο και έκδοση από την Κυβέρνηση της Βικτώριας, 1 Treasury Place, Μελβούρνη.  
© Πολιτεία της Βικτώριας, Department of Health and Human Services, Ιούνιος 2016. ISBN 978-0-7311-6808-8  
Διαθέσιμο στο <https://www2.health.vic.gov.au/ageing-and-aged-care/residential-aged-care/safety-and-quality/participating-with-consumers>