

Il mio piano quotidiano

per prevenire le lesioni da pressione

Usa questa pagina per trasformare le indicazioni in una giornata realmente sostenibile. Orari, azioni e responsabilità vanno adattati alla persona.

Persona / iniziali

Data

Referente / contatto

Risveglio e igiene

Controlla: Cute, sacro, talloni, dispositivi, presidi umidi.

Indicazione di partenza: Detersione delicata, cambio postura, scarico.

Il nostro piano d'azione

Chi se ne occupa / orario / note

Mattina a letto

Controlla: Posizione, scivolamento, talloni, comfort.

Indicazione di partenza: Piccoli cambi spontanei o assistiti; riposizionamento secondo piano.

Il nostro piano d'azione

Chi se ne occupa / orario / note

Passaggio in poltrona / carrozzina

Controlla: Postura, appoggi, cuscino, piedi.

Indicazione di partenza: Sistemare seduta, allineamento e tempi; evitare permanenze troppo lunghe senza

Il nostro piano d'azione

Chi se ne occupa / orario / note

Pasti

Controlla: Capacità di mangiare e bere, postura, stanchezza.

Indicazione di partenza: Aiuto al pasto e segnalazione di una riduzione importante dell'assunzione.

Il nostro piano d'azione

Chi se ne occupa / orario / note

Pomeriggio

Controlla: Cute nelle zone caricate durante la seduta.

Indicazione di partenza: Ridistribuire il carico; rivalutare dolore e arrossamenti.

Il nostro piano d'azione

Chi se ne occupa / orario / note

Sera e igiene

Controlla: Cute, continenza, dispositivi, essudato se presente.

Indicazione di partenza: Proteggere la cute e preparare la posizione notturna.

Il nostro piano d'azione

Chi se ne occupa / orario / note

Notte

Controlla: Tolleranza, sonno, rischio reale, possibilità di aiuto.

Indicazione di partenza: Riposizionamento individualizzato: nessuna frequenza universale uguale per

Il nostro piano d'azione

Chi se ne occupa / orario / note

Il mio piano personale

Raccogli qui ciò che deve restare chiaro anche quando cambia la giornata. Scrivi indicazioni concrete e aggiornabili.

Zone da proteggere prioritariamente

Aree più a lungo sotto pressione.

Superficie, materasso e cuscini utilizzati

Superficie e supporti usati oggi.

Talloni: come vengono scaricati

Supporto del polpaccio e verifica del tallone libero.

Posizioni preferite / tollerate

Posizioni confortevoli e sostenibili.

Segnali della cute da osservare

Cambiamenti da controllare o segnalare.

Incontinenza, sudore e umidità

Presidi, detersione, asciugatura e barriera.

Dispositivi da controllare

Tubi, tutori, maschere, cateteri e altri punti di contatto.

Alimentazione e idratazione: criticità

Riduzione dell'assunzione o difficoltà al pasto.

Chi può aiutare nei riposizionamenti

Persone, limiti e ausili disponibili.

Referente / professionisti da contattare

Nomi, ruoli e recapiti utili.

Quando il piano non funziona

Segna ciò che rende il piano non sostenibile: è un dato da rivalutare.

☐

Il caregiver non riesce fisicamente a sostenerlo

☐

Dolore o scarsa tolleranza

☐

La cute peggiora o compaiono nuovi segni

☐

Ausilio o superficie non adeguati

☐

Il piano non è praticabile negli orari previsti

☐

Altro problema organizzativo

Cosa va rivalutato / prossima azione

Promemoria

Non esiste una frequenza universale di riposizionamento: il piano va adattato e rivalutato quando cambiano mobilità, cute, dolore, sonno, assistenza o condizioni cliniche.