



**While you are here, you may feel dizzy or weak. Illness, procedures, medicines or even just lying down for too long can make you less steady on your feet. To keep yourself safe:**

- Use the nurse call button for help getting out of bed.
- Ask for help going to the bathroom or walking around. (And use hospital handrails when they're available.)
- Staff will check on you hourly to help you to the bathroom.
- Wear nonslip socks or footwear.
- Keep often-used items within easy reach (glasses, remote, tissues, etc.).
- Make sure your wheelchair is locked when you get in or out of it. Never step on the footrest.



**Mientras esté aquí, puede sentirse mareado o débil. Enfermedades, procedimientos, medicamentos o incluso el estar acostado durante demasiado tiempo puede hacer que sea menos firme en sus pies. Para mantenerse seguro:**

- Utilice el botón para llamar a la enfermera para obtener ayuda para levantarse de la cama.
- Pida ayuda para ir al baño o al caminar alrededor. (Y use las barandillas del hospital cuando están disponibles.)
- El personal estará mirando cada hora para ayudarlo a ir al baño.
- Use calcetines o calzado antideslizantes.
- Mantenga los artículos de uso frecuente a un alcance fácil (gafas, telecontrol, pañuelo de papel, etc.).
- Asegúrese de que su silla de ruedas esté bloqueada al entrar o salir de ella. Nunca se pare en el reposapiés.



**While you are here, you may feel dizzy or weak. Illness, procedures, medicines or even just lying down for too long can make you less steady on your feet. To keep yourself safe:**

- Use the nurse call button for help getting out of bed.
- Ask for help going to the bathroom or walking around. (And use hospital handrails when they're available.)
- Staff will check on you hourly to help you to the bathroom.
- Wear nonslip socks or footwear.
- Keep often-used items within easy reach (glasses, remote, tissues, etc.).
- Make sure your wheelchair is locked when you get in or out of it. Never step on the footrest.



**Mientras esté aquí, puede sentirse mareado o débil. Enfermedades, procedimientos, medicamentos o incluso el estar acostado durante demasiado tiempo puede hacer que sea menos firme en sus pies. Para mantenerse seguro:**

- Utilice el botón para llamar a la enfermera para obtener ayuda para levantarse de la cama.
- Pida ayuda para ir al baño o al caminar alrededor. (Y use las barandillas del hospital cuando están disponibles.)
- El personal estará mirando cada hora para ayudarle a ir al baño.
- Use calcetines o calzado antideslizantes.
- Mantenga los artículos de uso frecuente a un alcance fácil (gafas, telecontrol, pañuelo de papel, etc.).
- Asegúrese de que su silla de ruedas esté bloqueada al entrar o salir de ella. Nunca se pare en el reposapiés.