Prestazioni Infermieristiche: **ASSICURARE IL RIPOSO E IL SONNO**	
FINALITA'	**AZIONI**
Indirizzare	- Illustrare alla persona i fattori che possono influenzare il riposo e il sonno
Guidare	- Istruire la persona sulle modalità per mantenere il riposo e il sonno
Sostenere	- Favorire l'avvio e il proseguimento del sonno - Favorire il rilassamento
La prestazione puo' includere l'azione: - Monitorare il sonno	

Prestazioni Infermieristiche: **ASSICURARE IL RIPOSO E IL SONNO**	
FINALITA'	**AZIONI**
Indirizzare	***Illustrare alla persona i fattori che possono influenzare il riposo e il sonno***
	Atti
	Informare sugli effetti di abitudini/convinzioni su riposo e sonno Informare sugli effetti dell'attività fisica/lavorativa su riposo e sonno Informare sugli effetti del clima e del microclima su riposo e sonno Informare sugli effetti dell'alimentazione/idratazione su riposo e sonno Informare sugli effetti di sostanze farmacologiche su riposo e sonno Informare sugli effetti dell'abuso di sostanze alcoliche/eccitanti su riposo e sonno Informare sugli effetti dello stato emotivo su riposo e sonno Informare sugli effetti di alterazioni organiche su riposo e sonno

Prestazioni Infermieristiche: **ASSICURARE IL RIPOSO E IL SONNO**	
Guidare	***Istruire la persona sulle modalità per mantenere il riposo e il sonno***
	Atti
	Indicare i comportamenti che favoriscono il riposo e il sonno

Prestazioni Infermieristiche: **ASSICURARE IL RIPOSO E IL SONNO**	
Sostenere	***Favorire l'avvio e il proseguimento del sonno***
	Atti
	Parlare ed ascoltare il paziente per individuare ansie e necessità Oscurare l'ambiente Eliminare rumori, posizionare la persona
	Monitorare il sonno • Rilevare la durata e la qualità del sonno