

預防跌倒

您不得不知道的預防跌倒 14 知 ！

第 1 知

◎服用安眠藥或感頭暈、血壓不穩時，下床應先坐在床緣，再由家屬扶下床。

第 2 知

◎若需要任何協助而無家屬在旁，請立即以紅燈通知護理人員。



第 3 知

◎地面弄濕，請告訴護理人員，以防不慎跌倒。

第 4 知

◎物品請盡量收於櫃內，床尾搖桿要收起，以保持走道寬敞。

第 5 知

◎當您所照顧的患者有動、不安意識不清時，請將床欄圍起及固定，並予以保護性約束。

第 6 知

◎視情況拉起床欄，防止跌下床；床欄圍起後，若需下床應先將床欄取下，切勿翻越。



第 7 知

◎衣褲不宜太大，請更換合適的衣褲。

第 8 知

◎降低床的高度，固定床腳剎車；上下輪椅時，先固定煞車鈕。

第 9 知

◎應穿防滑鞋，購買合腳的鞋子或拖鞋。

第 10 知

◎病房盡量保持燈光明亮。

第 11 知

◎如廁時，有緊急事故，請按廁所內紅燈告知護理人員。

第 12 知

◎無家屬在旁時，病人需要的物品應放置在病人隨時可取之處。

第 13 知

◎高危險群病患下床如廁時，家屬應陪同跟入，勿只在外等候。



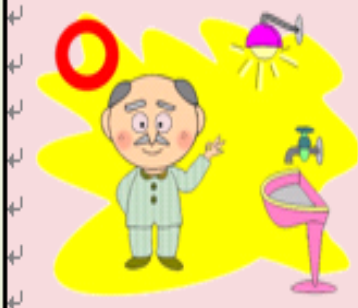




第 14 知

◎要知道如何在跌倒後爬起，老年人跌倒勿用手撐，避免手腕骨折，一旦查覺疼痛，就應該找醫師做詳細檢查。

小心跌倒喔！

新北市立聯合醫院
防跌小組 關心您

中

會跌倒的人		防跌小知識	
 <p>年齡 ≥ 65 歲 或 ≤ 2 歲</p>	 <p>頭部外傷或手術</p>	 <p>光線明亮、地面乾燥</p>	 <p>需有人陪伴</p>
 <p>使用藥物 (鎮靜安眠藥、利尿劑、降壓劑、止痛麻醉劑、降血糖劑、癲癇劑)</p>	 <p>視力與聽力變差 腳步不穩</p> <p>有跌倒經驗、頭暈、軟弱無力、行動不便</p>	<p>呼叫鈴-擺身旁 尿壺-擺床旁</p>	<p>床欄-隨時拉上</p>  <p>下床前，坐床旁，動動手腳再下床!!</p>
		<p>穿防滑拖鞋</p>	

* 對護理指導單張內容有任何疑問請來電詢問：

健康諮詢中心，聯絡電話：02-29829111分機3169

三重院區 _____ 病房，聯絡電話：02-29829111分機 _____

板橋院區 _____ 病房，聯絡電話：02-22575151 分機 _____