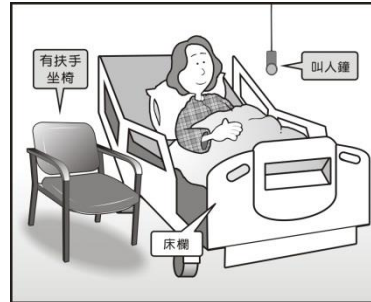


留院病人 預防跌倒須知

1. 住院時，預防跌倒的一般須知

病人的床邊有多項設施，有助預防跌倒。



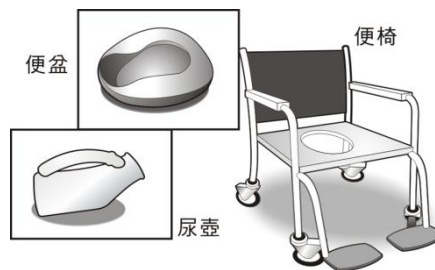
跌倒可引致瘀傷、流血、疼痛、骨折、甚至死亡。



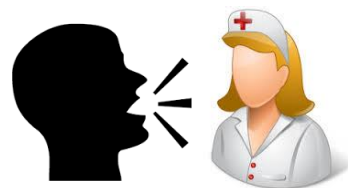
如果病人被評定為有跌倒風險，床頭會有提示咭，提醒護士和家人於適當的情況下提供協助。



在夜間或行動不便時，以下物品可以讓病人安心在床邊大小便。



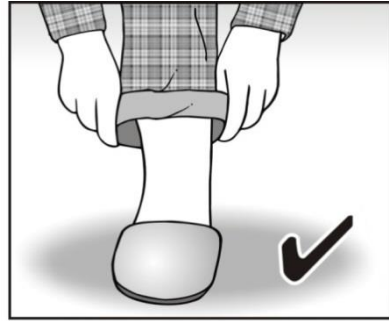
在任何情況之下，如發生跌倒或差點兒跌倒時，請盡快通知醫護人員。



2. 病人需要多加注意的防跌事項

下床活動前

- 捲起過長的衫袖和褲管
- 緩慢地起身，讓身體適應變化
- 穿合適的鞋子，不要「踩踭」
- 如需協助，請使用「叫人鐘」，並等候醫護人員前來



步行期間

- 需要時使用助行器
- 沿途善用扶手桿
- 中途步履不穩，要即時求助



如廁後

- 如感到頭暈或腳軟，請使用「叫人鐘」並等待協助

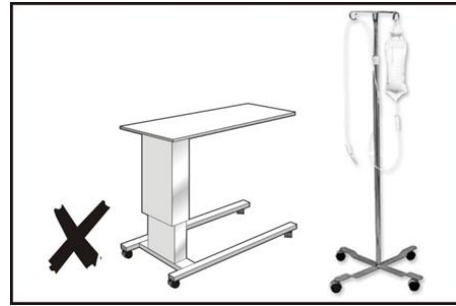


3. 避免跌倒，病人不應做的事

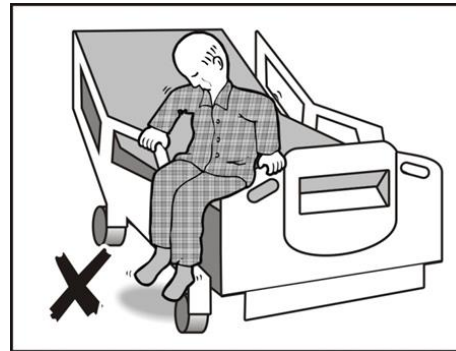
不應只穿襪走路。



不應依扶病人餐桌、鹽水架、傢俱等步行。



不應跨越床欄或獨自由床尾下床。



4. 防止病人跌倒，親屬須知

- 向醫護人員提供有關病人跌倒歷史、食藥情況和飲酒歷史等
- 帶備病人慣用的助行器、防滑鞋、助聽器、眼鏡等
- 重複提醒病人聽從醫療人員指導作活動和步行
- 若有需要，可向醫護人員查詢安排轉介職業治療師，為病人改善家居環境，從而減低跌倒風險