

造成跌倒的原因？

1. 年邁而肢體無力或年齡大於65歲者。
2. 意識不清楚，方向感差。
3. 手術後、肌肉無力、關節疼痛導致行走無力困難。
4. 不熟悉病房的环境或地板潮濕。
5. 無家屬陪伴者。
6. 因服安眠藥、鎮靜劑等引起頭暈、步態不穩。



出院後注意事項

1. 臥室至廁所走道避免障礙物，且24小時充分照明。
2. 浴室、浴缸加裝扶手，並放置防滑墊。
3. 穿著大小合適的衣服及鞋子。
4. 避免姿勢快速轉換。
5. 若發生不明原因之跌倒，無論有無受傷，均需返院檢查。
6. 床高應維持40-65公分，儘量備有雙側床欄或有保護設備。

預防跌倒十知

1. 當您有服用安眠藥或感頭暈、血壓不穩時，下床應先坐在床緣，再由家屬扶下來。
2. 當您需要任何協助而無家屬在旁，請立即按護士鈴，勿自行活動。
3. 地面弄濕，請告知護理人員，以防不慎跌倒。
4. 物品請盡量收入櫃子內，以保持走道寬敞。
5. 住院期間請將兩側床欄拉上，若需下床應先將床欄放下來，切勿翻越以預防跌落床下。
6. 當您所照顧的病患有躁動、不

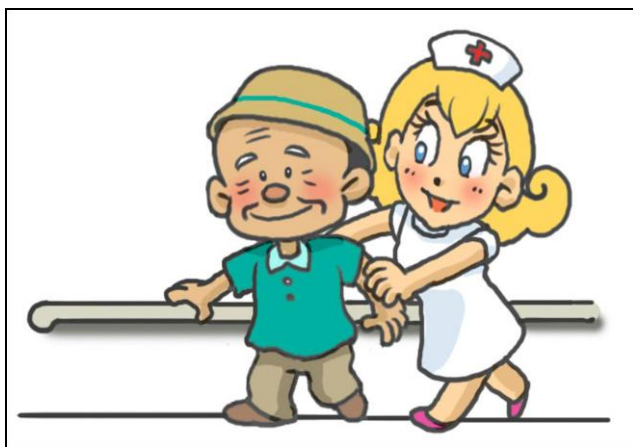
安、意識不清時，請將床欄拉起，並予以約束保護。

7. 若您的衣褲太大時，請更換合適的衣褲。

8. 應穿防滑鞋，切勿打赤腳。

9. 病室內應保持燈光明亮。

10. 如廁或下床活動時請務必需有家屬在旁協助。



杏和醫院關心您的健康~~~

103/07 制訂

104/04 一修

杏和醫院

預防跌倒

護理指導

本院地址：高雄市鳳山區五甲二路 389 號

電話：07-7613111(總機)