

# 預防跌倒之衛生教育指導

2003/4/10 修訂 (內 41) 2005/2/28 修訂

2006/6/15 檢閱 2009/01/12 修訂

2010/11/10 修訂 2011/10/15 修訂

## 環境安全

- ✦ 介紹浴廁設施及扶手。
- ✦ 病室環境、走道勿擺置物品。
- ✦ 夜間病室及浴廁保持適度照明，地板保持清潔乾燥。
- ✦ 推送病人作檢查時，可使用約束帶固定。
- ✦ 物品放置病患可取之處。
- ✦ 呼叫鈴延長線鈕，須放置病人可拿之處並教導使用方法。
- ✦ 病床降至最低，輪子固定，圍上床欄並固定穩當。

## 教導病患正確下床的方法（由臥姿下床時）

- ✦ 先坐起移至床緣休息 3-5 分鐘，不暈時才下床。
- ✦ 慢慢站起於床緣，雙腳原地踏步數次。
- ✦ 行走中照顧者應全程陪伴，勿病患獨自行走。
- ✦ 若覺得頭暈或乏力時，應立即坐下或蹲下。
- ✦ 從床上移至輪椅，輪椅須固定。
- ✦ 坐輪椅時應注意安全，必要時可使用約束帶及枕頭支撐。
- ✦ 家屬在協助病人坐輪椅應反向推送。

## 使用輔助器

- ✦  拐杖       助行器       輪椅       教導正確使用方法       無

## ✚日常生活協助

- ✚ 病患如有頭暈情形要按鈴告知護理人員，並在有人協助下才能下床。
- ✚ 病人若有解黑便、出血造成頭暈時，應在床上使用便盆及床欄保護，請勿下床。
- ✚ 意識不清應有人陪伴，家屬外出時應告知護理人員。
- ✚ 靜脈注射時，應在床上使用便盆或尿壺。
- ✚ 強化肌肉：針對病人狀況進行復健運動，包括步態訓練、平衡感運動、肌肉訓練、關節活動訓練等。
- ✚ 穿著合適大小的衣物、鞋襪等。

## ✚服用藥物

- ✚ 服用下列任何一種藥物，須特別注意病患下床時之安全：

- |                                |                                 |                                |                                |
|--------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 輕瀉劑   | <input type="checkbox"/> 散瞳劑    | <input type="checkbox"/> 利尿劑   | <input type="checkbox"/> 鎮靜安眠藥 |
| <input type="checkbox"/> 麻醉止痛劑 | <input type="checkbox"/> 鎮靜攣抗癲劑 | <input type="checkbox"/> 心血管用藥 |                                |

羅東聖母醫院 敬祝健康

爲了預防病人跌倒的發生及降低傷害程度，邀請您參與注意預防病人跌倒，您可依檢核表項目檢查各項預防跌倒措施是否執行

### 預防病人跌倒措施檢核表

檢核項目	結果	日期			日期			日期			日期		
		是	否	不需要	是	否	不需要	是	否	不需要	是	否	不需要
1. 病床四個輪子固定		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 病室內走道無障礙物		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 病床紅燈線位置適當		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 會使用護士叫人鈴		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 圍上床欄並固定穩當		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 尿壺或便盆置於適當位置且隨時保持淨空		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 病人常用物品置於病人易於取得之範圍內		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 拐杖、助行器或輪椅置於適當位置		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 病人及家屬瞭解下床行動可能有跌倒的危險，避免單獨行動		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 病人及家屬瞭解正服用易導致跌倒的藥物		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 病人及家屬知道廁所緊急叫人鈴之使用方式		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 維持病室內明亮，夜間開夜燈、浴廁燈		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

※ 檢查結果爲“否”時，應再次加強該項次的預防措施或請護理人員協助。

※ 每日三班檢查或至少一次，交換照顧家屬時請再次檢查。