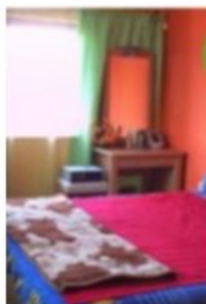


Lingkungan Rumah Aman



Kamar lansia sebaiknya berada di lantai dasar dan mudah dijangkau. Upayakan lansia untuk lebih banyak beraktivitas di lantai dasar apabila hunian bertingkat dan dekat dengan ruang yang sering digunakan, seperti toilet dan ruang makan



Pastikan pencahayaan yang Cukup terang di ruang keluarga, kamar tidur, jalur antar ruangan yang sering dilewati, toilet dan dapur.



Tinggi tempat tidur disesuaikan dengan tinggi badan lansia dan sebaiknya terdapat pembatas di sisi tempat tidur untuk mencegah jatuh.



Usahakan terdapat aliran udara/ventilasi dan sinar matahari dapat memasuki ruangan dengan baik, dan hindarkan polusi udara dari dapur atau lainnya.



Lantai rata, mudah dibersihkan tidak licin dan tidak banyak perbedaan ketinggian. Jika terdapat perbedaan tinggi lantai (undakan), harus diberi warna ubin yang berbeda atau mencolok agar jelas terlihat, bila perlu diberikan pegangan/ handrail di dinding.



Bila ada tangga, jarak dan ketinggian anak tangga disesuaikan, dan harus ada pegangan/handrail di sisi tangga. Selain itu usahakan agar ujung anak tangga tidak terlalu tajam. Sebaiknya lansia selalu didampingi saat naik turun tangga.

Lingkungan rumah aman



Kamar mandi/WC/Toilet mempunyai lantai yang tidak licin, menggunakan alas karet dan tidak timbul genangan (pastikan tidak ada genangan sebelum dan sesudah menggunakan Kamar mandi/WC). Sebaiknya menggunakan WC duduk, terdapat pegangan di dinding kamar mandi/WC, dilengkapi dengan bel, dan pintu membuka ke luar atau pintu geser. sediakan tempat duduk di kamar mandi agar lansia bisa mandi pada posisi duduk.



Kabel-kabel listrik ditata rapih dan direkatkan ke dinding/lantai untuk menghindari tersandung. Perabotan jangan terlalu banyak dan ditata dengan rapih agar ruang gerak lebih bebas.



Perlengkapan dapur terutama yang tajam dan membahayakan, seperti: pisau, dll, agar selalu disimpan di tempat yang tertutup dan aman, serta pastikan kompor aman untuk menghindari kebakaran. Sebaiknya dampingi lansia saat beraktifitas di dapur.