

accident

意外

# 跌倒的预防



疾病史

跌倒史

用药史



上海瑞金医院北部院区



## ● 跌倒风险的评估



### 危险因素

- 一 年龄大于65岁
- 二 曾经有过跌倒史者
- 三 贫血或血压不稳定者
- 四 意识障碍、失去定向感者
- 五 肢体功能障碍者
- 六 营养不良、虚弱、头晕者
- 七 步态不稳者
- 八 听力较差者
- 九 视力差者
- 十 服用镇静安眠药、利尿药、降压药、降糖药者

如果您有以上情况我们会在床尾为您放上特殊标识这样我们会更加关注您





maka.im

## 跌倒的高发时间段

maka.im



一 清晨起床时



二 夜间如厕时



maka.im

三 洗澡时



maka.im

四 排便后起身时

### 预防跌倒





maka.im

## ● 跌倒的高发时间段

maka.im



五 手术麻醉后



六 服药后



七 进食不好时



八 刚做完清洁时

预防跌倒



## 跌倒的预防措施

Q: 您的物品  
是否  
触手可及?



Q: 您的鞋子  
是否  
触不可及?



Q: 您的过道  
是否  
还能行走?



让我们来到您的房间





## 跌倒的预防措施



💕 我们每间浴室都配有坐便器、安全扶手、防滑垫、紧急呼叫铃，如您有需要请及时和医护人员联系。

让我们来到您的浴室



## 跌倒的预防措施



♥ 当您病情许可下床后，请穿合适大小的衣裤、防滑的鞋子、并建议在家属陪同搀扶下缓行

让我们一起来到走廊

保存以上内容为图片 >



maka.im

第一

起床时，慢慢坐起，  
半卧状态，静坐三十秒



第二

双足自然下垂，  
床边静坐三十秒



第三

慢慢起身，  
床边静立三十秒



maka.im

maka.im

预防跌倒小妙招

maka.im

MAKA

MA





● 祝您早日康复



上海瑞金医院

电话：021-64370045

地址：上海市瑞金二路197号

上海瑞金医院北部院区

电话：021-67888999

地址：上海市双丁路888号