

请住院者, 看顾者和探访者能够配合我们医院实施的各种安全措施, 和我们共同营造一个没有束缚并且安全的住院环境。

引起老年人跌倒的危险因素

- 头晕
- 陌生的环境
- 感到双腿无力时
- 低血压
- 药物产生的副作用 (例如高血压药等)
- 身体某处疼痛, 特别是腿部疼痛



我们的目标是帮助住院者提高生活质量, 过上独立和积极的生活。



- 避免流血
- 避免淤青
- 避免骨折
- 避免由跌倒引起的长期住院

联系方式

St. Andrew's Community Hospital
8 Simei Street 3, Singapore 529895

Tel: 6586 1000 | Fax: 6586 1100

general@sach.org.sg

www.sach.org.sg

likeSACH

@standrewscommunityhospital

圣安德烈社区
医院住院者
—预防**跌倒**
的小提示



ST. ANDREW'S
COMMUNITY HOSPITAL
圣安德烈社区医院

住院者*

积极学习预防跌倒的方法

*仅适用于允许行走的住院者



起床时, 可以先在床边坐一会儿再站起来。



行走时一定要有人在一旁协助, 并且使用正确的助行器。



行走前请按自身需求佩戴眼镜, 助听器, 和穿上防滑鞋。



行走时要注意路上的障碍物, 千万不要在湿滑的地面行走。

感觉头晕时请不要行走, 按呼叫铃或寻求工作人员帮助。



看顾者和探访者

时刻保持警惕, 预防住院者跌倒

探访者探访时需要陪着住院者在一起, 而离开病房时请通知护士。



在住院者的康复过程中, 尽可能鼓励并协助住院者进行康复训练。

离开时请和住院者确认以下四点:

疼痛: 住院者身上有没有疼痛?

姿势: 住院者的躺姿或坐姿舒服吗? 需要调整吗?

位置: 提醒住院者如果有任何需要, 请按呼叫铃呼叫护士, 并把呼叫铃放置在住院者可以接触到的位置

个人需要: 再次确认住院者是否有其它的个人需要 (比如喝水还是如厕等等)

