



## 透析病人預防跌倒之護理指導

### 一、住院中預防跌倒的重要性

住院後，面對不熟悉的環境及設備，加上疾病及藥物因素，容易因肢體無力或照顧者未注意，而發生跌倒。輕微者可能發生挫傷、瘀傷，嚴重者會造成骨折、頭部出血，甚至死亡。

### 二、哪些病人容易跌倒

- \*大於 65 歲、無家人照顧者
- \*曾經跌倒者，走路及活動需人扶持。
- \*意識混亂(分不清人、時、地、物)。
- \*步態不穩、肢體功能障礙
- \*虛弱、頭暈、貧血者
- \*如廁或上下床需協助，無法獨立完成者
- \*曾經服用如：鎮靜安眠藥、肌肉鬆弛劑、心血管用藥等

### 三、如何預防跌倒



服用安眠藥或感到頭暈身體不適、血壓不穩時，下床應採漸進方式先坐在床邊，再由家人協助扶持站立後再移動身體下床。



當病人身體不適或身旁無照護者，請先告知護理人員協助，切勿自行下床或走動。



當地面濕滑時，請告知護理人員，以防不慎跌倒。

恩醫院 祝您健康快樂





三軍總醫院 Tri-Service General Hospital  
宗旨：發揚優良傳統，提供軍民最優質的醫療服務。  
願景：軍民之首選醫院、社區健康守護者、國際級醫學中心。



移除地面不平的踏墊  
或放置止滑墊，使其  
固定不易滑動。



儘可能不要站在椅子上  
取高處的物品。



避免只穿襪子或平滑的  
鞋在光滑或有打蠟的地  
面行走。



如有需要，請依護理人員的教導，正確且安全的使用輔助器材，如：輪椅、助行器、  
拐杖、床欄等



病房內儘量保持燈光明  
亮，及物品擺放收  
置整齊，保持走道通暢。



定時排尿或微有尿意感就  
行如廁不要等到尿急時才  
去上廁所，以策安全。

三軍總醫院 祝您健康快樂



## 參考文獻

洪政豪、蔡承憲、陳亮宇、彭莉甯(2017)·老年跌倒之評估、介入與預防·台灣老年醫學暨老年學雜誌，12(2)，91-103。

陳秋惠、黃美鑾、李秀珠、王秀禾(2015)·血液透析門診病人跌倒發生率高之改善專案·台灣腎臟護理學會雜誌，14(2)，14-27。

蘇蕙芬、白嘉雯、高永馨(2013)·運動對老年人跌倒預防之探討·休閒運動健康評論，4(2)，13-33。

## 護理指導評值

### 是非題

1. ( )當病人身體不適或身旁無照護者，請先告知護理人員協助，切勿自行下床或走動。
2. ( )服用安眠藥或感到頭暈、身體不適、血壓不穩時，下床應採漸進方式先坐在床邊，再由家人協助扶持站立後再移動身體下床。

3. ( )在醫院病房內儘量保持燈光明亮，及物品擺放收置整齊，保持走道通暢。

### 選擇題

4. ( )哪些病人容易跌倒 (1)大於 65 歲、無家人照顧者 (2)步態不穩、肢體功能障礙 (3)虛弱、頭暈、貧血者(4)以上皆是。
5. ( )如何預防跌倒 (1)儘可能不要站在椅子上取高處的物品 (2)避免只穿襪子或平滑的鞋在光滑或有打蠟的地面行走 (3)當地面濕滑時，請告知護理人員，以防不慎跌倒 (4)以上皆是。
6. ( )關於預防跌下列敘述何者不正確 (1)大於 60 歲以上為跌倒高危險群 (2)定時排尿或微有尿意感就行如廁不要等到尿急時才去上廁所，以策安全 (3)

如有需要，請依護理人員的教導，正確且安全的使用輔助器材，如：輪



三軍總醫院 Tri-Service General Hospital  
宗旨：發揚優良傳統，提供軍民最優質的醫療服務。  
願景：軍民之首選醫院、社區健康守護者、國際級醫學中心。

椅、助行器、拐杖、床欄等 (4)病房內儘量保持燈光明亮，及物品擺放收  
置整齊，保持走道通暢。

(答對5-6題⇒完全了解；答對3-4題⇒部分了解；答對1-2題⇒完全不瞭解)

1. (○) 2. (○) 3. (○) 4. (4) 5. (4) 6. (1)

三軍總醫院 祝您健康快樂

