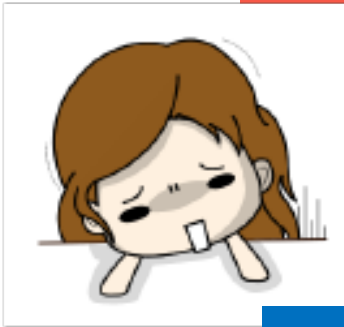


預防跌倒-頭暈



易造成跌倒情況




頭暈

需加強之防護措施

- 1.視需要臥床休息，避免下床活動。
- 2.臥床時應將床欄拉起來並固定妥當。
- 3.指導病人勿獨自下床，使用叫人鈴尋求協助。
- 4.下床或改變姿位，採取漸進式活動：由躺臥要下床時，先在床緣坐1~3分鐘，無頭暈不適再站起來；站立1~3分，無頭暈再行走。
- 5.行走時自覺有頭暈時，應傾靠牆緩慢坐下，並請求協助。
- 6.選擇適當如廁方式（尿壺、便盆、便盆椅）。
- 7.晚餐過後，減少水分攝取。
- 8.睡前先如廁，減少夜間如廁機率。
- 9.照顧者儘量24小時陪伴，如需離開時，務必將病人安置妥當並告知護理人員。
- 10.照顧者請靠近病床邊就寢，方便病人叫喚。



臺中榮民總醫院 守護您的健康

※ 請在手圈加貼防跌圖示；床頭放置「預防跌倒」標示牌。

衛教指導人：_____

家屬 / 病人簽名：_____

日期： 年 月 日

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. 床輪固定妥當，隨時將病床高度放至最低，下床活動更安全。

是 否 不知道

2. 提供叫人鈴使用方式並告知病人勿獨自下床，避免跌倒。

是 否 不知道

3. 臥床休息到下床走路，變換姿勢過程若出現頭暈不必擔憂，仍可下床活動。

是 否 不知道

4. 地板濕滑，須告知護理人員，維持環境清潔。

是 否 不知道

5. 夜間睡覺照顧者請靠近病床邊，方便病人叫喚。

是 否 不知道