

# 転倒・転落防止パンフレット



このパンフレットは、患者さまに転倒や転落のない入院生活を送っていただきたいと願って作成しました。入院中は環境が変わる上に、筋力・体力の低下から、予想以上に転びやすい状況になります。そこで、次のようなことに注意をお願いします。

## 1 ベッド上での生活の注意

- ◇ベッドの高さは、座って足がつく高さに調整します。
- ◇ベッド上で立ったり、身を乗り出して物をとろうとしないでください。
- ◇ナースコールの位置を確かめてください。
- ◇転落予防の為に、ベッド柵の使い方を確認してください。



### 【お子様の時】

- ◇サークルベッドを使用しています。
- ◇ベッドが高いため、目を離すと非常に危険です。必ずベッド柵を上まで上げておいてください。

## 2 点滴を行っている時

- ◇点滴台を押しながら歩く時は、ゆっくり歩いてください。キャスターがついているので、支えにすると危険です。



## 3 夜間トイレに行く時

- ◇消灯前にトイレを済ませてください。
- ◇周りが暗いので心配な方は、遠慮なく看護師にお知らせください。
- ◇尿器やポータブルトイレを設置することも出来ます。
- ◇安全のために枕灯や足元灯をつけておきましょう。

## 4 履物について

- ◇スリッパはすべりやすく、脱げやすいので安全なくつ、または「転倒予防サンダル」（売店にあります）を使用してください。
- ◇足に力が入らない、立ちくらみがあるなどの場合は、看護師にお知らせください。

## 5 車椅子について

- ◇車椅子に乗り降りする時は、必ずブレーキをかけましょう。
- ◇足を乗せるところに立つと危険です。



## 6 ベッドの周囲

- ◇ベッドの周囲は、オーバーテーブルコード類、床頭台などいろいろな物があります。これらにつかまったりすると、不安定なので危険です。

## 7 血圧の薬、睡眠薬、精神安定剤、解熱剤、抗アレルギー剤を服用されている時

- ◇服用前にはトイレを済ませておやすみください。
- ◇夜中に目が開いたら、ふらつく危険があるので注意して動いてください。
- ◇ふらつく時は、看護師が介助しますので、ベッドでおまちください。



## 8 運動

- ◇ベッド上での生活が長くなると、足の筋力が予想以上に低下します。
- ◇ベッド上で、足のゆび、足首、膝の運動を行いましょう。

### <ご家族様へ>

- ◇入院中のお荷物は最少限度にし、床に置かず、ベッド周りの整理・整頓にご協力をお願いします。

- ◇患者さまに、転倒・転落の危険がある時は、ご家族様に面会を多くしていただいたり、ご協力をお願いする