

転倒・転落による大ケガを防ぐために

病院は、住み慣れた家の環境とは異なり、防ぎ得ない転倒・転落が起こります。病気やケガによる体力や運動機能の低下が加わり、誰もが転倒しやすい状態になります。中には骨折や頭部の大ケガをすることもあります。特に、下の項目に当てはまる方は、病院でも転倒や転落する可能性があります。

*** 繰り返し転倒される方は保護帽やパット入下着などをご検討ください。**

右の項目に当てはまる方は、転倒・転落の可能性ががあります。

- 70歳以上
- 転んだことがある
- 杖・歩行器・車椅子を使用している
- 立ち上がる時、歩く時、何かにつかまる、時間がかかる
- 夜間、トイレに行く、頻尿がある
- 視力・聴力の低下がある
- めまいやふらつき、立ちくらみがある
- 「自分は大丈夫、転ばない、身の回りのことは自分でしたい」と思っている
- 睡眠安定剤の服用、検査や処置などで麻酔や痛み止めを使用した



◆ 上記項目に当てはまる方は看護師や介助者がトイレや歩行時に同行いたします。

遠慮なく依頼やナースコールを押して頂き、座った状態でお待ちください。

◆ 着替えや清拭は、座って行いましょう。

◆ 運動で血流を改善し、筋力低下を予防しましょう。

◆ 運動靴が転倒予防に有効です。



スリッパ



クロックス

3階の売店には、
サイズ・色違いがあります。

施設内での転倒予防に
転びにくいシューズ

高齢者の歩き方に着目し
開発しました!



屋外でも
はけます

つま先あり
大きく開く!

座ったままできる
筋力低下予防の運動



足の指でジャンケン



足首の曲げ伸ばし、足踏み

私たちの病院では、必要に応じて離床センサーコールなどの補助用具で対応させて頂くこともあります。転倒・転落の予防には、患者さん、ご家族の方々のご理解とご協力が欠かせませんので、よろしくお願い致します。