

安全な入院生活を送るために



入院中は環境の変化や、治療の影響で思いのほか体力が低下し、時に転倒などを起こすことがあります。特に、過去に転倒したことのある方、排泄の動作中、夜間は注意が必要です。

入院中の転倒を防止して、入院生活をより安全で快適に過ごしていただくために、次のようなことをご提案します。

歩きやすい服装は・・・

- * 動きやすい服を選び、ズボンのすそはくるぶし 踝 程度がいいでしょう。
- * スリッパやサンダルは脱げ易く、つまずきやすいので、きちんと靴を履きましょう。
- * サイズのあった運動靴や滑りにくい安全な上履きを選びましょう。

歩く時は・・・

- * 足元に注意して、手すりを使用しましょう。
- * 床に水がこぼれていることがありますので注意しましょう。
- * 動くもの(オーバーテーブル・床頭台など)には手をつかないようにしましょう。



ふらつく時は・・・

- * 無理をせず看護師と一緒に行動しましょう。
- * 杖や歩行器、車椅子を使用しましょう。
(必ず看護師に声をかけてください)

歩行器を使うときは・・・

- * 体重をかけると危険です。
- * 慣れない間は、付き添いますので声をかけてください。



車椅子を使う時は・・・

- * お手伝いしますので、声をかけてください。
- * ストッパーをかけ、ペダルが上がっていることを確認してから、乗り降りしましょう。
- * ペダルに足をのせたまま、立ち上がったたり、床に落ちたものを拾わないようにしましょう。



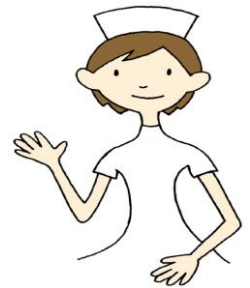
点滴を受けている時は・・・

- * 点滴台に足を乗せたり、寄りかからないようにしましょう。
- * 床の段差やコードなどがあるところを通る時は、特に足元に注意しましょう。
- * エレベーター利用時は、エレベーターのすき間に点滴台のキャスターがはまらないように注意しましょう。



夜間の行動は・・・

- * お手洗いは、できるだけ消灯前に済ませましょう。
- * 暗がりに目が慣れてから動きましょう。
- * ふらつきがある時は、ナースコールで看護師を呼びましょう。
- * カーテンの開閉時に、カーテンに引きずられ、倒れることがありますので注意しましょう。



睡眠薬を服用している時は・・・

睡眠薬が効いてきた時や、薬の効果が残っている時に歩くと、ふらついて倒れることがあります。

- * 消灯前にお手洗いを済ませてから、お薬を飲みましょう。
- * 夜中に目が覚めた時は、ふらつかないことを確認してから動きましょう。

