

預防跌倒護理指導-加護中心家屬版

一、預防跌倒的重要性

過去研究結果顯示，病人意識不清、活動功能不佳、身上引流管路多、服用降血壓藥物時，都會增加病人跌倒的風險，而此類病人正是加護病房病人的組成；加上加護病房病人可能使用鎮靜藥物、譫妄症狀、呼吸管留置等，亦是跌倒風險的加重因子，所以預防跌倒在加護病房是相當重要的。

二、若您的家人有下列情形，屬於高危險跌倒族群，敬請配合護理師執行預防跌倒措施，以避免跌倒意外發生。

- (一) 年齡 65 歲（含）以上、曾有跌倒經驗、步態不穩、肢體無力、協調或平衡能力差。
- (二) 意識障礙（如躁動、意識不清、失去定向感等）、貧血、虛弱或頭暈者。
- (三) 服用會影響意識或活動的藥物，如利尿劑、止痛劑、緩瀉劑、鎮靜安眠藥、心血管用藥、降血糖藥物等。
- (四) 剛行手術後及視覺模糊，如白內障、失明或老花眼等。
- (五) 因大小便失禁、頻尿或腹瀉須頻繁下床如廁、連接靜脈輸液/有引流管放置/生理監視器使用。

三、在加護中心期間，為了預防您的家人跌倒，請注意以下預防跌倒要點：

- (一) 當床頭牌上標示「預防跌倒」警示牌時，表示您的家人屬於跌倒高危險群，需要您及醫護人員共同注意您家人的活動狀況，以避免跌倒。



- (二) 我們會將您的家人經常使用的物品（如尿壺、便盆、水杯或眼鏡等）、輔助器（如助聽器）及紅燈線擺放在他/她伸手可拿取之處，移動後請協助放回原處。



(三)您的家人因病況不穩且身上管路多，絕對不可自行下床；若您有放下床欄或移動床輪之需求，請您務必通知醫護人員進行協助，在您離開時也請通知醫護人員確認床欄或床輪是否固定妥當，以避免您的家人管路不慎拉扯滑脫或發生跌倒的危險。



(四)醫護人員會將兩側床欄拉起並固定，必要時會使用床欄護套，以預防您的家人從床欄間隙下床或滑落，請您與醫護人員共同提醒他/她，切勿跨越床欄下床。



(五)若您的家人出現意識障礙(如躁動、意識不清、失去定向感等)，必要時將給予您的家人保護性身體約束，請您不要擅自將約束帶解開；若您有解開約束帶之需求，請您在離開時通知醫護人員確認約束帶是否固定妥當，以預防跌倒意外的發生。



參考資料：

Chinh, N. T. M., Ngoc, P. T. B., Loi, N. M., Hang, D. T. T., Huy, D. T. N., & Van Tung, P. (2021). Deepening analysis on preventing fall risk with knowledge and practices of nurses and nursing. *Systematic Reviews in Pharmacy*, 12(3), 417-422. <https://doi.org/10.31838/srp.2021.3.63>



Wu, G., Soo, A., Ronksley, P., Holroyd-Leduc, J., Bagshaw, S. M., Wu, Q., & Stelfox, H. T. (2022). A multicenter cohort study of falls among patients admitted to the ICU. *Critical care medicine*, 50(5), 810-818. <https://doi.org/10.1097/CCM.0000000000005423>

護理指導評值：

◎是非題

1. () 當床頭牌上標示「預防跌倒」警示牌時，表示您的家人屬於跌倒高危險群。
2. () 我們會將您的家人經常使用的物品（如尿壺、便盆、水杯或眼鏡等）及紅燈線擺放在他/她伸手可拿取之處，移動後需要放回原處。
3. () 加護中心病人有下床需要時，可以自行下床。

◎選擇題

4. () 以下何者屬於跌倒高危險族群？
(1)年齡 65 歲以上；(2)過去一年內曾有跌倒情形；(3)步態不穩；
(4)以上皆是。
 5. () 會客結束後，須注意事項為何？
(1)確認床欄是否固定妥當；(2)床輪是否固定妥當；(3)約束帶是否固定妥當；(4)以上皆是。
 6. () 當您的家人服用下列何種藥物會容易跌倒？
(1)利尿劑；(2)止痛劑；(3)鎮靜安眠藥；(4)以上皆是。
- (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.(O) 2.(O) 3.(X) 4.(4) 5.(4) 6.(4)

三軍總醫院 護理部 編印

諮詢電話：(02)24633330