

預防跌倒 10 知 (成人版)(印尼版)

10 Hal yang harus diketahui agar pasien tidak jatuh (orang dewasa)

一、那些病患容易發生跌倒情形(高危險群病患) Bbrp hal ini dpt mengakibatkan pasien jatuh (terutama untuk pasien yg kriteria dibawah ini) :

1. 年紀大於 65 歲 Umur pasien sudah tua , kira2 diatas 65 tahun
2. 乏人照顧的病患 Kekurangan orang jaga pasien
3. 曾有跌倒病史 Ada sejarah penderita pernah jatuh
4. 步態不穩 pasien jalan tidak stabil
5. 貧血或姿勢性低血壓 Pasien kekurangan darah , atau tekanan darahnya rendah
6. 營養不良、虛弱、頭暈 pasien gizi buruk , lemah , kepala pusing
7. 睡眠障礙 Tidur tidak nyeyak (krg tidur)
8. 意識障礙(失去定向感、躁動混亂等) Otak ada masalah
9. 肢體功能障礙 Sendi2 tubuh tidak bisa berjalan normal
10. 服用影響意識或活動之藥物例如：利尿劑、止痛劑、輕瀉劑、鎮靜安眠藥、心血管用藥 Meminum obat2an yg mengakibatkan kepala pusing , nyeri2 .

二、預防跌倒措施 10 知 / 10 cara agar pasien terhindar dari jatuh :

第一知：當您有服用安眠藥或感到頭暈，血壓不穩定時，下床應先坐在床緣，再由家屬扶下來。Ketika anda minum obat tidur atau ketika merasa kepala pusing , saat tekanan darah tidak stabil , waktu turun ranjang duduk dulu dipinggiran ranjang , dan suruh keluarga anda papah anda berjalan.

第二知：當您需要任何協助而無家屬在旁時，請立即以紅燈按鈴通知護理人員前來幫忙。Kalo anda butuh suatu bantuan dan keluarga anda tidak berada ditempat , maka anda segera tekan tombol untuk memberitahu perawat agar datang ketempat anda memberi bantuan.

第三知：地面如果有弄濕，請告訴護理人員前來處理，以預防不慎滑倒的情形發生。

Yang ketiga dikenal: jika permukaan tanah basah, tolong beritahu para perawat datang untuk membereskan , agar mencegah orang yang tidak hati2 terpeleset dan jatuh.

第四知：物品請盡量收於床頭櫃裡，以保持走道寬敞。Obat2an tolong ditaruh dilembari ranjang bagian kepala , agar tidak ada yg jatuh di jalan menjadi sampah

第五知：護理人員已將床欄拉起時，若預下床請先將床欄放下或請護理人員前來協助，切勿自行翻越。Pada saat mau bangun harus tunggu bantuan perawat , jangan bangun sendiri dan membalik keranjang kandang.

第六知：當您所照顧的患者有躁動、不安、意識不清時，請將床欄拉起，並予以約束保護。Ketika pasien yang anda jaga ada kegelisahan , tidak tenang , kesadaran mulai hilang , maka ranjang diangkat ke atas , agar pasien tidak sembarang keluar

第七知：若您的衣服太大時，請更換合適的衣褲。Ketika baju anda terlalu besar , mhn ganti baju yg ukuran sesuai dengan ukuran anda.


第八知：建議穿防滑鞋，切勿打赤腳，避免滑倒。Jangan mamakai sandal licin , ataupun tidak memakai sandal , agar tidak terpeleset.

第九知：病房內盡量保持燈光明亮，避免視線不良發生跌倒狀況。Kamar pasien kalo bs dibuat terang benderang , agar pasien bs lihat jelas dan tidak terjatuh .

第十知：在廁所時如有緊急事故，請按廁所內紅燈按鈴通知護理人員前來處理。

Pada saat tergesa2 ke kamar mandi , tlg menekan tombol lampu merah agar memberitahu perawat segera datang membantu.

若您想對以上的內容進一步了解，請洽諮詢各護理站之護理人員電洽 05-2756000
轉_____病房，分機：_____、_____。

天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院 關心您

2015年01月修訂

Kalo anda mau mengerti lebih lanjut keterangan diatas , silahkan menghubungi informasi bagian perawat dengan menelpon 05-2756000 oper_____kamar pasien , extension _____.

請將下列表格撕下，並張貼於護理記錄欄

| 完成衛教確認單 | |
|---------------------|--|
| 衛教單名稱 | 預防跌倒 10 知(成人版)(印尼版) |
| 護理人員衛教前評估 | <input type="checkbox"/> 完全了解(2) <input type="checkbox"/> 部份了解(1) <input type="checkbox"/> 不清楚(0) |
| 被指導者簽名檔 (請於此檔簽名) | 與患者關係： <input type="radio"/> 本人 <input type="radio"/> 家屬 <input type="radio"/> 朋友 <input type="radio"/> 其他 |
| 被指導者自行勾選 (衛教後評估) | <input type="checkbox"/> 我已完全瞭解(2) <input type="checkbox"/> 我部分瞭解(1) <input type="checkbox"/> 我完全不瞭解(0) |
| 護理人員衛教後評估 | <input type="checkbox"/> 完全了解(2) <input type="checkbox"/> 部份了解(1) <input type="checkbox"/> 不清楚(0) |
| 加強指導項目 | |
| 護理人員簽名 | 指導日期 |

Ps.

評估重點：請被指導者說出兩項衛教重點(請依據重點標示內容評估)。

評估說明：

完全了解(2):能說出兩項

部份了解(1)：能說出一項

不清楚(0)：無法說出

若評估為部份了解(1) 不清楚(0)者，請於
〔加強指導項目〕填入加強指導內容。

1. 請問那些是特別注意的事項？回答 2 項