

## 預防小兒跌倒衛教指導

### 一、哪些小朋友是容易跌倒的高危險群

1. 年紀小於5歲。
2. 曾有跌倒病史。
3. 走路步態不穩。
4. 營養不良。
5. 虛弱、頭暈。

### 二、哪些行為易造成跌倒受傷

1. 病童站在床上、棉被、枕頭上跳躍、嬉戲、攀爬或未將床欄拉起，易造成病童摔下床。
2. 病童穿著的衣褲過長容易有造成絆倒的危險。
3. 病童站於活動式點滴架上推送，易造成絆倒的危險。
4. 床欄未拉起或只拉一半高度的床欄，易造成病童摔下床的危險。



### 三、預防跌倒的方法:

1. 床欄隨時拉起並拉高，並確認卡鎖有無鬆脫。



- 2.地面弄濕，請告知護理人員，避免滑倒。
- 3.物品請盡量收於櫃內，以保持走道寬敞。
- 4.病房盡量保持燈光明亮。
- 5.勿讓病童站在床上、棉被、枕頭上跳躍、嬉戲、攀爬。
- 6.下床活動時確認穿著的衣褲適當、所穿的鞋合腳及具防滑效果。
- 7.勿讓病童站於活動式點滴架上推送行走。
- 8.行走時，請將點滴線收好，避免橫繞於面前，以免絆倒。
- 9.勿讓病童離開父母視線。
- 10.病童落下床常發生於一瞬間，例如：轉身泡牛奶、拿東西、如廁等，故請爸爸媽媽切勿掉以輕心!

參考資料：

卓燕華、許光宏、石惠美、林素雯、張鈞竹(2019) · 檢測住院兒童跌倒危險評估表 · 長庚護理，30(2)，135-146。

諮詢電話02-26723456轉6918. 6919

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院