

患者及照护者教育

寻求帮助！ 避免跌倒！

本信息介绍了您可以采取哪些措施以防在医院跌倒并确保安全。住院会让您变得虚弱。请遵循以下指南以防跌倒。

- 请在每次需要起床或从椅子上起身时寻求帮助。
- 请勿一个人去洗手间。
- 请勿弯腰。如果您掉了东西，请寻求帮助。
- 请勿靠在带轮家具上，例如床头柜、床上桌或静脉输液架。
- 穿着安全、具有支持作用的鞋子，如系带的鞋子或鞋底防滑的拖鞋。请勿穿着没有后跟的鞋子或拖鞋。
- 如果您发现地板上有任何溢出物，请立即寻求帮助。
- 在洗手间中请扶着扶手杆，在走廊中请扶着栏杆。
- 如果您使用眼镜或助听器，请在醒着时佩戴。
- 让我们知道您身边需要什么。请帮助我们确保我们已完成以下事项：
 - 将呼叫器放在您可以触及的位置。
 - 将您可能需要的物品（例如手机、书籍或眼镜）放在您可以触及的位置。
 - 在天黑之前打开夜灯。
 - 升高顶部床栏以确保您的安全。
 - 清除床边和椅边的杂物。



有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Call! Don't Fall! - Last updated on December 12, 2022
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利

上次更新时间

十二月 12, 2022

Learn about our [Health Information Policy](#).

请告诉我们您的想法

请告诉我们您的想法

您的反馈有助于我们改进所提供的教育信息。您的医疗团队将无法看到您在本反馈表中填写的任何内容。请勿通过反馈表表达您的医疗需求。如果您对自己接受的医疗服务有任何疑问，请联系您的医疗保健提供者。

我们会阅读所有反馈，但不会回答任何问题。请勿在本反馈表中填写您的姓名或任何个人信息。

该信息是否易于理解？

- 是
- 尚可
- 否

我们应该更清楚地解释哪些方面？

请勿输入您的姓名或任何个人信息。