



病人安全週在周德陽院長及黃世傑副院長帶領下開跑 (教材室提供)

# 看病防跌 危險就在一瞬間

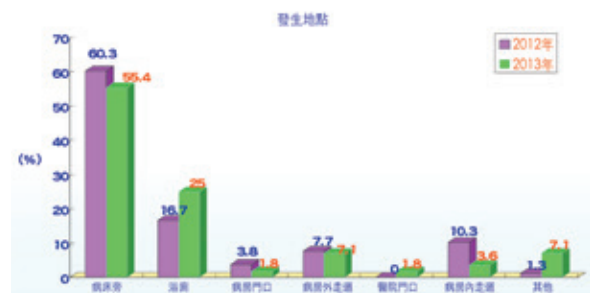
文／醫療品質部 專員 洪千惠

**跌**倒，是很多人都有過的經驗，而且在每個年齡層都有可能發生。要注意的是，對某些人來說，一跌就可能跌出大問題，尤其因身體不適而就醫者，若在住院治療時發生跌倒意外，更是雪上加霜。依據中國醫藥大學附設醫院的病人安全事件通報系統統計分析，跌倒是住院病人較常發生的意外之一，輕者可能造成摔傷、瘀傷，嚴重者甚至會導致骨折、內出血，因而使得住院天數延長、醫療費用支出增加及產生合併症。

導致住院病人跌倒的主要原因，包括病人年齡較大（65歲以上）、視力模糊（如：白內障、老花眼）、有頭暈目眩感或全身無力、過去一年曾經跌倒過、肢體功能障礙且平衡感差、使用易造成嗜睡及暈眩的安眠藥或降血壓藥、貧血或姿態性低血壓等。

本院統計2012-2013年跌倒事件最常發生的地點（下圖），高居首位的是「病床旁」，當病人上下床的時候，即使有家屬陪伴在側，病床旁依舊是這兩年跌倒發生率最高的地方。所幸跌倒事件是可以透過許多方法加以預防的，衛生福利部委託醫療品質策進會將「看病防跌，人人有責」列為今年度「病人安全週」的宣導主軸，並號召全國醫療院所舉辦「病人安全我『應』」等多元化宣導活動，吸引民眾參與，共同為預防跌倒把關。

【2012-2013年住院病人跌倒事件發生地點統計表】



**【響應】**

**參與病人安全活動及落實病人安全的措施。**

**舉例：**1.保命防跌措施「拉定壓」  
**拉：**拉放床欄護安全  
**定：**固定輪子不滑動  
**壓：**需要協助而無家屬或照顧者在旁，亦無他床照顧者可求助時，請壓叫人鈴向護理人員求助。  
 2.手術安全：配合手術部位標記  
 3.用藥安全：落實紀錄長期用藥



**【回應】**

**確實回應醫療人員的詢問。**

**舉例：**1. 在看病、住院、檢查、拿藥時，都會遇到醫療人員詢問您叫什麼名字、年紀、開刀部位等，要親自回應（病人辨識）。  
 2. 醫療人員為評估您住院的跌倒風險，會詢問您過去的跌倒經驗、生理狀況、身體活動功能、如廁頻率、用藥情形、平時使用的輔具…等，請誠實回應，不要害羞。



**【反應】**

**主動告知個人健康狀況或提問；發現不安全的環境或狀況時，請主動反應。**

**舉例：**1. 主動告知醫師目前用藥、過敏，曾經動過的手術或有無重大疾病病史。  
 2. 看見醫院裡有不平坦、溼滑的地方，或有公共設備故障了，請通知醫院人員安排處理。



## 病人安全週：看病防跌，人人有責

本院每年都會配合政府政策，透過「病人安全週」主題式活動，將病人、家屬及照顧者一起納入病人安全的共同把關者，建構一個健全的系統，確實分析、檢討、不斷學習並持續監測，藉此凝聚並建立本院的病人安全文化。

去年的「病人安全週」活動期間為10月12-18日，活動宣導主軸為「看病防跌，人人有責」，活動口號為「病人安全我會『應』」，並延伸3個「應」：

- **響應：**響應病人安全活動；了解自己或家人的身體狀況是否為跌倒高危險群；服用的藥物是否容易造成嗜睡或跌倒。
- **回應：**回應醫護人員的問題（自覺容易跌倒的環境）。
- **反應：**主動反應自己或家人的特殊健康狀況，以及任何關於治療或用藥的疑問。

## 誰是跌倒高危險群？

- 年紀大於65歲
- 乏人照顧的病人
- 有跌倒病史
- 步態不穩
- 貧血或姿勢性低血壓
- 使用會影響意識或活動的藥物，例如：利尿藥、止痛藥、鎮靜安眠藥、心血管用藥
- 營養不良、虛弱、頭暈、意識障礙（失去定向感、躁動混亂等）
- 睡眠障礙
- 肢體功能障礙

## 住院期間如何預防跌倒？

嚴重的跌倒傷害，可能造成骨折、永久性殘障或永久性功能障礙，甚至死亡。要避免病人因跌倒受傷而延長病程或影響生活品質，請謹守下列原則：



- 1.病人覺得頭暈或正在服用可能引起頭暈或低血壓的藥物（如：安眠藥、鎮靜藥、止痛藥、降壓藥、利尿藥及精神科用藥等），要下床時應慢慢起身，先坐在床緣，再由家屬或照護人員攙扶下床。
- 2.當病人需要協助而無家屬在身旁時，請按叫人鈴通知護理人員。
- 3.病人使用浴廁時，有緊急事故，請按廁所內緊急呼叫鈴通知護理人員。
- 4.生活必需品置於病人易取得之處。
- 5.若病人的衣褲太大，請更換合適的衣褲，以免絆倒。
- 6.病人躁動、不安、意識不清時，家屬或照護人員主動將床欄拉起。
- 7.床欄已拉起時，病人若需下床，應先將床欄放下來，切勿翻越。
- 8.病房盡量保持燈光明亮（夜晚至少要留盞小燈或廁所燈）。
- 9.地面溼滑，請立即告訴護理人員，最好穿防滑鞋，切勿打赤腳。
- 10.物品盡量收納於櫃內，保持走道寬敞。

## 全面防跌，全院動起來

本院響應全國性「病人安全我會『應』」活動，於H棟（急重症大樓）大廳、

血液透析室、復健門診區、H棟5樓血液腫瘤病房及C棟（立夫醫療大樓）10樓復健病房設置響應專區，並於10月13日在H棟大廳由周德陽院長、黃世傑副院長、護理部主管、公關組專員及民眾代表秦嗣宏先生，率先於響應區貼上病人安全響應卡，藉此喚起全體員工及民眾的重視，並邀請現場民眾一起響應。

除了主要響應區H棟大廳之外，本院醫療品質部偕同護理部、藥劑部、復健部及血液透析室，在病房區及門診區亦設置「預防跌倒」響應專區，病人、家屬及照顧者響應熱烈，同仁們也透過相關的衛教活動，不斷提醒預防跌倒的重要性，與民眾建立起良性的互動及雙向回饋模式。「預防重於治療」是大家非常熟悉的口號，在預防跌倒事件上，這也是非常重要的準則，特別是之前提到的跌倒高危險群，更需要大家一起來關心及協助他們。

預防病人跌倒必須要全體總動員，不能只靠醫護人員的努力，尤其病人在住院期間會有很多需要家屬幫忙的地方，一定要有人陪伴。意外事故常常發生在一瞬間，多一份注意與預防，就能少一份傷害與自責。☺



血液透析室的熱烈響應及衛教活動  
（醫品部提供）



10C病房舉辦「預防跌倒」團體衛教  
（醫品部提供）



在門診區舉辦「預防跌倒」衛教課程  
（醫品部提供）