



در صورت مشاهده هر یک از فاکتور های فوق اقدامات پیشگیرانه سقوط از تخت را انجام دهید:

۱. عینک یا سمعک بیمار را در دسترس بگذارید.
۲. به هنگام استراحت در تخت، نرده کنار تخت را بالا ببرید.
۳. حجم مایعات دریافتی پس از شام را کاهش دهید.
۴. بیمار را جهت استفاده از از ریل های کمکی نصب شده در راهرو هنگام ایستادن و راه رفتن تشویق کنید.
۵. بیمار را به نشستن به هنگام احساس گیجی تشویق کنید.
۶. زنگ هشدار را در دسترس بیمار قرار دهید.
۷. نور اتاق را مناسب تنظیم کنید.
۸. از کفش یا دمپایی مناسب برای بیمار به هنگام راه رفتن استفاده کنید.
۹. از واکر، عصا، برای راه رفتن بیمار استفاده کنید.
۱۰. به موانع توجه کنید.

- مسیبه های ناصاف
- کثیفی شیشه عینک بیمار یا ضعف بینایی بیمار
- کفپوش لغزنده
- خیس یا نمناک بودن کف
- استفاده ناصحیح از وسایل کمک حرکتی، شامل: عصا - واکر - صندلی چرخدار
- کمک گرفتن از وسایل نامطمئن در محیط به هنگام حرکت، نظیر: دیوار، میز کنار تخت و ...
- کاهش سطح هوشیاری
- ضعف عضلانی
- بیماری های اعصاب و روان
- افت فشار خون
- تکرر ادرار
- ضعف بینایی
- سرگیجه
- مصرف بعضی داروها که باعث گیجی می شود
- سن بیمار
- سابقه قبلی افتادن از تخت
- داشتن سرم
- بی قراری
- درد غیر قابل تحمل
- سنگینی گوش

سقوط



سقوط بیمار از تخت یک مشکل شایع برای بیماران بستری در بیمارستان ها است. سقوط الزاماً با تحرک بیمار در ارتباط است. اختلال حرکت نیز به نوبه خود یکی از مشکلات عمده در بیمارستان ها به شمار می رود که می تواند بیماران را در معرض خطراتی از قبیل سقوط از تخت، ایجاد زخم های بستر و ... قرار دهد.

عوامل مؤثر در سقوط بیمار از تخت:

- کمبود نور و روشنایی
- مبلمان نامطمئن و بی ثبات اتاق
- نرده غیر استاندارد
- نبود دستگیره داخل حمام و دستشویی
- عدم دسترسی یا استفاده از سیستم هشدار(زنگ اخبار)
- بلند بودن ارتفاع صندلی و محل نشستن



موسسه خدمات درمانی البرز
بیمارستان تخصصی البرز

پمفلت آموزشی سقوط

منبع: راهنمای پیشگیری از سقوط بیمار
فرناز مستوفیان مرداد ۹۳

کد مدرک: PT/1050/ED/01

تدوین: واحد آموزش و ارتقاء سلامت - فروردین ۹۷



۱۱. از ایمنی نرده های کنار تخت اطمینان حاصل کنید. (در صورت هرگونه خرابی مراتب را سریعاً به مسئول شیفت و یا سرپرستار اطلاع دهید)
۱۲. پس از کسب اجازه از پرستار بخش، یک همراه کنار بیمار بماند.
۱۳. اگر نیاز به کمک داشتید به پرستار بگویید.
۱۴. در زمان ترک بیمار، حتماً پرستار بخش را در جریان بگذارید.
۱۵. اگر بیمار داروی آرام بخش یا خواب آور استفاده می کند، به پرستار بخش اطلاع دهید.
۱۶. در صورتی که بیمار شما سابقه بیماری صرع، تشنج دارد پرستار بخش را مطلع کنید.
۱۷. در صورت نیاز بیمار به استفاده از توالت فرنگی از روش ایمن و صحیح استفاده کنید.
۱۸. روش صحیح بالا و پایین آمدن از تخت را رعایت کنید (به هنگام پایین آمدن ابتدا لبه تخت نشسته و پای بیمار آویزان شود و سپس با قدم محکم و یا فشار کف پا به روی زمین بلند شود و به هنگام بالا رفتن، ابتدا لبه تخت نشسته و سپس پاها را از روی زمین به بالای تخت هدایت کنید ضمناً از ایستادن بیمار تان روی تخت ممانعت کنید)