



幼兒預防跌倒須知

115.03.11 二修

壹、預防跌倒重要性

跌倒造成的傷害，輕則皮肉傷，重則骨折或顱內出血，甚至有生命危險。孩子是發生跌倒的高危險群，所以如何避免孩子發生跌倒，降低傷害發生，很值得大家重視及注意。

貳、幼兒容易跌倒原因

幼兒因頭與身體比例特性、活潑好動、對周遭環境好奇及喜愛探索周邊事物、身體控制與平衡技巧不純熟、對危險認知反應差，面對醫院陌生環境時容易發生跌倒風險。

參、可能造成跌倒損傷的原因

(一)醫院常見跌倒情境：床欄未拉上、床欄只有半拉、孩童站在床上玩耍、在病房走道奔跑、孩童推點滴架行走、獨自坐在陪客床上、坐輪椅未繫安全帶、病室地面濕滑、照顧者轉身視線離開病童，這些危險情境都易造成跌倒。

(二)藥物：鎮靜、利尿及降血糖藥品，造成嗜睡、眩暈、頻繁如廁及低血糖。

(三)環境：地板濕滑、照明不足。

(四)使用點滴滴注時，未注意點滴架及點滴管路長度，而造成孩童絆倒。

(五)照顧者輕忽離開病床風險，孩童不在視線範圍內，無人陪伴照顧。

肆、跌倒常見傷害及合併症

(一)撞擊頭部導致血腫、腦震盪、顱骨骨折、意識改變、抽搐、嘔吐等。

(二)骨骼肌肉傷害導致骨折、撕裂傷等。

(三)局部擦傷、瘀青、出血等。

(四)點滴注射針滑脫或滲漏，兒童需要重新注射。

伍、預防跌倒的方法

(一)使用床欄

- 1.住院期間醫護人員會協助您將床欄拉起，並告知照顧者床欄的使用方式，請照顧者留意醫護人員的提醒。
- 2.如有頭暈、視力不良、身體虛弱等問題應主動告知醫護人員。
- 3.使用床欄應注意下列事項：
 - (1)不可只拉起一半床欄、須拉起雙側床欄至最高處。
 - (2)拉起床欄後，需檢查是否正確扣進凹槽中。
 - (3)若孩子在床上睡覺，家屬須暫時離開時，也請拉起床欄，以保護孩子，避免跌落。
 - (4)請注意孩子是否會翻越床欄：若孩子的腹部已超過床欄最高處，就要特別小心，勿讓孩子站立靠在床欄邊，以避免翻越床欄而落地面。
 - (5)請勿讓孩子站在床上遊戲或走動。

(二)下床時

- (1)服用抗組織胺類或止痛安眠藥物容易出現頭暈、下肢無力，請照顧者協助孩子採漸進式下床。可先將床頭搖高 45 度，再慢慢坐起，無不適後再坐床緣，雙腳擺動 5 分鐘使身體適應。此時可將雙腳踩地，試試腳底、腿部可否施力，若沒有問題才可下床。
- (2)孩子若步態不穩，勿讓孩子自行下床活動，應隨時有人陪伴並使用輪椅。

(三)行走時

- (1)需穿著合適衣褲及堅固平穩的鞋子，不可打赤腳。
- (2)勿讓孩子站在點滴架上。活動時請小心點滴管路，以避免被點滴管路絆倒。
- (3)步態不穩或使用助行器的孩子，下床活動時請務必有家屬陪伴在旁。

(4)使用輪椅前應該先將輪椅完全打開，拉起腳板，固定好煞車輪之後，才將孩子攙扶到輪椅上，並繫上安全帶，避免因輪椅滑動而造成跌倒傷害。

(5)勿讓孩子在病室走廊來回奔跑，以避免撞到他人。

(6)地板需保持乾燥，若地板潮濕有積水，請告知醫護人員，以便通知清潔人員處理。

(四)如廁時

(1)注意廁所內外的地板是否潮溼，小心行走以免滑倒。

(2)行動不便的孩子上廁所時，應有家屬陪同，避免發生意外。

(3)若廁所內光線昏暗，宜打開廁所的燈。

(4)上廁所蹲下及站起時，動作宜緩慢。

(5)上廁所時，有緊急事情，請按廁所的叫鈴通知護理人員。

(五)其他應注意事項

(1)要使用鎮靜安眠藥或麻醉止痛劑前先上廁所，服藥後應臥床休息1小時，避免頭暈導致跌倒。

(2)如使用藥物後感覺肢體無力，請使用尿壺或床旁便器。

(3)當血小板數量小於十萬時，需注意下床活動安全。因跌倒可能會導致顱內出血之嚴重後果，若需要幫忙時，可使用床上叫人鈴，通知醫護人員協助。

陸、跌倒的處理

當您的小孩不慎跌落時，務必立刻通知醫護人員，讓我們即時評估孩童的狀況、測量生命徵象及進行後續的處置。

(一)受傷部位若有發紅、腫脹或瘀青，將會協助傷口處理。

(二)頭部遭撞擊時，將觀察有無意識改變、頭痛、噴射性嘔吐、凶門膨出、哭鬧不止、躁動不安、肢體無力或腫脹範圍擴大等，必要時將進一步進行檢查及處置。

(三)若有骨折疑慮，將會安排相關影像檢查及處理。

(四)重新檢視環境安全，立即去除可能導致跌落之物品或因素。