

長者護理
常識及技巧



如何預防 長者跌親?

Swipe left →



預防跌親的注意事項 長者方面



- 1 配戴合適的眼鏡
- 2 穿著尺碼適中及舒適的鞋
- 3 褲服不宜過長，以免絆倒
- 4 室內亦應穿著防滑拖鞋
- 5 避免只穿襪子走路



預防跌親的注意事項 家居方面



- 1 光線要充足
- 2 保持地面乾爽 - 包括浴室、廚房
- 3 避免攀高取物
- 4 在適當位置安裝扶手
- 5 使用防滑地氈，不要用舊衫或舊布當作地氈