

転倒防止とは

転倒は、元気な高齢者でも寝たきりや要介護、入院の原因になります。入院患者さんではなおさらです。転んだ人に理由を聞くと、「いけると思っていた」小さな段差でつまずいたり、「ちょっとバランスをくずしただけ」で若い頃なら踏んばれたはず、とおっしゃる方が多いです。そんな些細なことで転んでしまうのは、高齢のせいとは限りません。

転倒の原因はさまざまですが、対策をとれるものもあります。どこに転倒の危険があるかを知って、転ばない身体づくりをしておくことを薦めます。あなたらしく元気で長生きするために。

転倒予防チーム

転倒の原因は様々です。「くらっとした」人は、貧血や心臓病のことがあります。血圧や睡眠のクスリのせいかも知れません。「つまずいた」人は、歩くのが不自由な場合もあれば、運動不足のこともあります。「暗くて見えなかった」人は、電気をつけていれば転ばなかったかも知れないのです。

皆さんお一人お一人の転倒の原因を分析して、転ばない対策をお手伝いするには、医師だけでは間に合いません。病気やクスリのは勿論、皆さんがどんな性格で、どんな生活をしてられるか、いろいろな面からみさせていただくのが転倒予防チームです。

転倒予防チームの紹介

老年内科主任部長 中村好男

医師、理学療法士、看護師、薬剤師、管理栄養士、医療安全管理者でチームを組んでいます。

入院中に転倒してしまった患者さんを訪問して原因をしらべ、次の転倒の対策を考えます。転倒しやすいような患者さんを集め、転倒予防教室を開いています。わかりやすくをモットーにしており、お陰様で好評です。これらの活動を続けていき、当院入院患者さんの転倒事故が減るように努めていきます。