

## 居家環境安全



 醫療財團法人辜公亮基金會和信治癌中心醫院  
KOO FOUNDATION SUN YAT-SEN CANCER CENTER

台北市北投區立德路125號 代表號：(02) 28970011/(02) 66030011

預約掛號：(02) 28971177 網址：www.kfsyscc.org

癌症暨健康篩檢專線：(02) 28971133或(02) 28970011分機3205~8

環境會影響身心的安全與舒適感，安全與舒適的環境可以穩定情緒，避免不必要的傷害。

家中有老年人、學步期的兒童或體力較虛弱、活動不便者，就應該特別注意居家環境的安全、預防其跌倒。跌倒輕則造成皮肉外傷、淤血；重則骨折，需要開刀、復健，導致行動不便，甚至造成嚴重影響。

預防措施做得好，跌倒傷害自然少。為您的家屬佈置安全的居家環境是需要的，希望透過以下資訊可以協助您積極著手建立一個安全的居家環境。

### 浴室

- ◆ 浴室地面及浴缸底部有防滑塑膠墊或防滑設備。
- ◆ 馬桶、浴缸、洗手台旁設置穩固易抓的扶桿。
- ◆ 沐浴的用椅應穩固且有扶手。
- ◆ 隨時保持地面乾燥。



### 照明



- ◆ 浴室、走道、轉角處及樓梯均要有足夠的燈光/照明。
- ◆ 必要時裝置夜明燈。
- ◆ 裝置帶有亮燈之開關，便於找到電源的開關。

### 走道

- ◆ 保持通暢，勿堆放雜物或散落東西。
- ◆ 地毯或踏墊不可滑動，活動範圍也要有防滑設施。
- ◆ 地上不要有電線或電話線。
- ◆ 地板避免濕滑或打臘。
- ◆ 必要時裝置夜明燈。

### 火災的預防及緊急措施

- ◆ 在家使用氧氣要遠離火源，不可吸煙。
- ◆ 備有滅火裝置，瓦斯裝設安全使用器。
- ◆ 電話旁有緊急聯絡電話，並知道如何使用。必要時與鄰近警局連線。
- ◆ 必要時在病人臥床的地方裝設呼叫鈴。
- ◆ 電器插座避免多重使用。
- ◆ 定期檢測、更換電箱保險絲。

### 地震的預防及緊急措施

- ◆ 將玻璃、陶瓷等易碎物品和重物利用「自黏黏扣帶」將其固定。
- ◆ 準備照明設備、乾糧、常用藥品等，並定期更新。
- ◆ 地震發生時先保持鎮靜，躲在堅固的桌椅或床底下或靠著內牆蹲下。
- ◆ 遠離窗戶、玻璃、書架、高聳家具或燈光設備與門檻。

## 家具

- ◆ 家具擺設應定位。
- ◆ 檢查輪椅、便盆輪椅及座椅的腳，穩固後才能讓病人使用。
- ◆ 使用的座椅（包括便盆輪椅）應高度適中，膝關節成 90 度彎曲，雙腳自然垂下。
- ◆ 家具的銳角應用布或泡棉包紮。

## 病人衣著

- ◆ 褲管長度適中，以不影響活動為宜。
- ◆ 走動時應穿鞋子，鞋子大小適中且鞋底能防滑。

## 藥品



- ◆ 藥袋上須註明藥物的作用、使用方法以及有效期限和藥物副作用。
- ◆ 避免把不同的藥物放在同一藥盒或藥袋。
- ◆ 使用不同顏色藥盒或標籤協助區分藥物作用及用藥時間。
- ◆ 儲存在乾燥、安全的地方。

自我照護 2014 04 修訂  
護理部 病人與家屬教育小組

## 交通指南

### 一、捷運：淡水線捷運

忠義站下車：5-10 分鐘步行即到醫院

關渡站下車：免費接駁車每 20 分鐘行駛一班次

- ◎ 接駁車站牌在和信醫院正門口及關渡捷運站門口牌處
- ◎ 週六下午及醫院休診日不行駛
- ◎ **班次時間表請參閱 ”和信治癌中心醫院與您” 雙週刊或網路查詢**

### 二、公車

公車如走中央北路則在「和信醫院」站牌下車；

公車如走大度路則在「大度立德路口」站牌下車。

- ◎ 大南客運：223、302、小 23
- ◎ 指南客運：308（竹圍-台北車站）、淡大-北門、淡海-北門
- ◎ 淡水客運：632（八里-北投）、三芝-台北

