

预防术后摔倒

- 摔倒原因：术中使用的麻醉剂可增加摔倒的风险。
- 回家后：

避免穿过长或过于宽松的衣服和拖鞋，穿合脚的鞋。

放慢起身和躺下的速度，请在您认为有需要时，让您的护理者帮助您的起居。

注意家中潜在的可致摔倒的危险因素，例如及时擦干地面的水渍。

走路时请佩戴老花镜，若佩戴双焦眼镜或者多焦眼镜应当更加谨慎。
- 若不慎摔倒请立即通知您的护理者或寻求医疗救护。

预防压疮

- 压疮，又叫褥疮，是身体组织由于长时间受压，缺血缺氧而出现的损伤。
- 有的压疮看起来只是表皮发红，但在皮下有可能已形成更深层的损伤。
- 压疮多发于骨突出处，例如骶尾部，脚跟及脚趾。
- 压疮多发于运动受限，触觉受损或丧失，大小便失禁者，和近期术后恢复期患者。
- 当长期卧床或久坐时，勤换体位有助于减轻和预防压疮。
- 保持皮肤清洁干燥，当骨突出处出现皮肤红肿热痛，破皮或起水泡时，请及时与您的家庭医生联系。
- 避免按摩骨突出部位，可用温和香皂清洁及保持皮肤滋润。
- 若需要更多的相关信息，请与您的家庭医生联系。