

الفئات الأكثر عرضة لخطر السقوط بالمستشفيات

Populations at Higher Risk of Falls in Hospitals



الأطفال
Children



مرضى ما بعد الجراحة التي تؤثر على
الحركة
Post-operative patients with
limited mobility



كبار السن فوق ٥١
Adults above 51 years

للمحافظة من خطر السقوط : For the Prevention of Fall Risk:

- ارتد نظارتك ، سماعة الأذن وأحذية مناسبة، وغير قابلة للانزلاق
Wear glasses, hearing aids, and appropriate non-slip footwear
- لا تتكىء على أعمدة المحاليل أو الطاولات، واستخدم مقبض الاتكاء بالحائط
Do not lean on IV poles or tables; use the wall grab bars instead
- اطلب المساعدة عند الذهاب أو العودة من دورة المياه
Ask for assistance when going to or returning from Restroom
- اجلس قليلاً على حافة السرير قبل الوقوف
Sit on the edge of the bed for a moment before standing
- استخدم العصا أو المشاية عند الحاجة
Use a cane or walker when needed
- استعن بالجرس أو الهاتف لطلب المساعدة
Use the call bell or phone to request assistance



كيف تقي كبير السن من خطر السقوط المنزلي

How to Prevent Falls at Home for Older Adults

الحرص على وجود حواجز على اطراف السرير
Ensure the bed side rails are raised

يجب أن يكون ارتفاع السرير مناسب ويستطيع ملامسة الأرض عند النزول
Ensure the bed is at an appropriate height for safe transfer

توفير دعائم مناسبة في أماكن جلوسه وفي دورات المياه
Provide appropriate grab bars in seating areas and bathrooms

توفير جهاز المناداة للطوارئ في حال وجود مرافق معه
Ensure an emergency call device is available

الحرص على ترتيب المكان الذي يجلس فيه
Ensure the area where the patient sits is well organized

ارتداء ثياب مناسبة وحذاء مانع للإنزلاق
Wear appropriate clothing and non-slip footwear

يجب أن تكون الأرض مستوية ونحرص على عدم وجود عوائق قد تؤدي لسقوطه
Ensure the floor is level and free of obstacles that could cause falls

يجب أن تكون الإضاءة للغرفة جيدة
Ensure the room is well lit

توفير سجادة مانعة للإنزلاق قرب حوض الإستحمام
Provide a non-slip mat near the shower

وسائل لتجنب السقوط Ways To Avoid Fall

اظهر السوار الأصفر دائماً لأنه يذكر من حولك بأنك عرضة للسقوط
Always wear your yellow wristband



تجنب المشي على الأرض المبللة
Avoid walking on wet floors

ارتداء الحذاء المناسب أثناء الحركة

Wear appropriate, non-slip footwear when moving



التأكد من رفع الحواجز الواقية للسريير
Ensure the bed side rails are raised

طلب المساعدة عند الحاجة إلى الحركة

Ask for assistance when you need to move



الإستناد على الحواجز الجدارية أو العكازات أثناء الحركة
Use handrails or aids during moving



دور المرافق كشريك في سلامة المريض

The Relative Role as a Partner in Patient Safety

Participate in communication

المشاركة في التواصل

- Share accurate information.
- Report any changes immediately.
- Ask questions and seek clarification
- Be the patient's voice.
- مشاركة المعلومات الصحيحة والكاملة
- الإبلاغ الفوري عن أي تغير
- اسأل واستفسر – لا تتردد
- كن صوتًا للمريض

Patient Identification

التحقق من هوية المريض

- Ensure the ID wristband is on.
- Verify before any procedure.
- تأكد من وجود سوار التعريف
- ساعد في التحقق قبل أي إجراء

Medication Safety

سلامة الأدوية

- Bring the medication list.
- Do not give your own medication.
- Know and ask about medications.
- أحضر قائمة أدوية المريض
- لا تعطِ المريض أي دواء من عندك
- اعرف أدوية المريض واسأل عنها

Care Participation

المشاركة في الرعاية

- Follow the care team's instructions.
- Support daily care.
- Practice hand hygiene.
- Use equipment safely.
- Join education & discharge planning.
- التزم بتعليمات الفريق الصحي
- ساعد في الرعاية اليومية حسب التوجيه
- طبّق نظافة اليدين
- التزم بتعليمات الأجهزة والمعدات
- ساهم في التثقيف وخطة الخروج



دور المرافق في الوقاية من السقوط

The Companion's Role in Fall Prevention

لا تترك المريض المعرض للسقوط وحده

Do not leave a patient at risk of falling alone

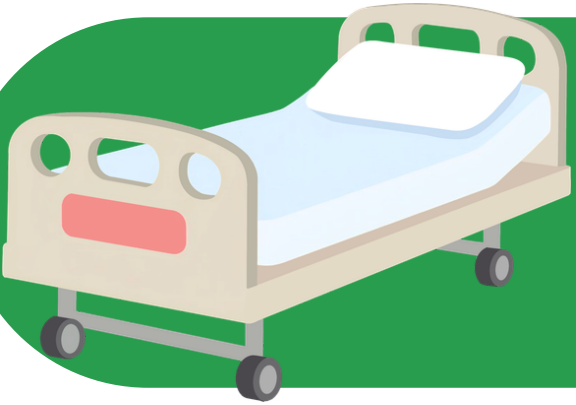


أبقِ احتياجات المريض في متناولته

Keep the patient's essentials within reach

حافظ على بيئة آمنة وخالية من العوائق

Keep the environment safe and clutter-free

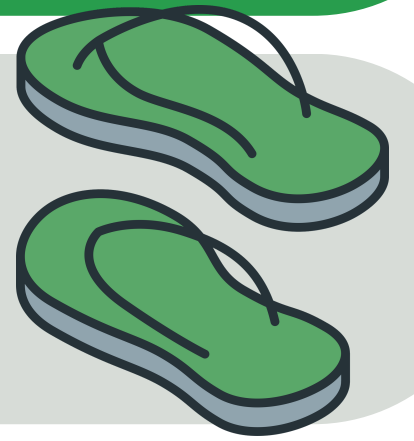


تأكد من وضعية السرير الآمنة

Ensure the bed is in a safe position

تأكد من الحذاء والملابس المناسبة

Ensure proper footwear and clothing



اطلب المساعدة ولا تتصرف بمفردك

Ask for help—don't act alone

انتبه للأطفال بشكل خاص

Pay special attention to children

