

跌倒危害及预防



CATALOGUE

目录

- 跌倒的危害
- 跌倒的原因
- 跌倒的预防
- 跌倒后的处理
- 预防跌倒的宣传和教育





PART 01

跌倒的危害



对身体健康的影响

01



身体伤害



跌倒可能导致骨折、扭伤、擦伤等身体伤害，影响患者的活动能力和生活质量。

02



长期健康问题



跌倒可能导致长期健康问题，如关节退行性变、肌肉萎缩等，增加患者未来的医疗负担。

03



心理压力



跌倒可能导致患者产生焦虑、抑郁等心理问题，影响患者的心理健康。



对心理的影响



自信心受损

跌倒可能导致患者自信心受损，产生自卑、无助等负面情绪。



恐惧和焦虑

跌倒可能导致患者对行走和活动产生恐惧和焦虑，影响患者的社交和日常生活。



抑郁和孤独

跌倒可能导致患者产生抑郁和孤独等心理问题，影响患者的心理健康。



对日常生活的影响



活动受限

跌倒可能导致患者活动受限，影响患者的日常生活和工作。



社交障碍

跌倒可能导致患者社交障碍，影响患者的社交生活和人际关系。



经济负担

跌倒可能导致患者经济负担增加，如医疗费用、护理费用等。



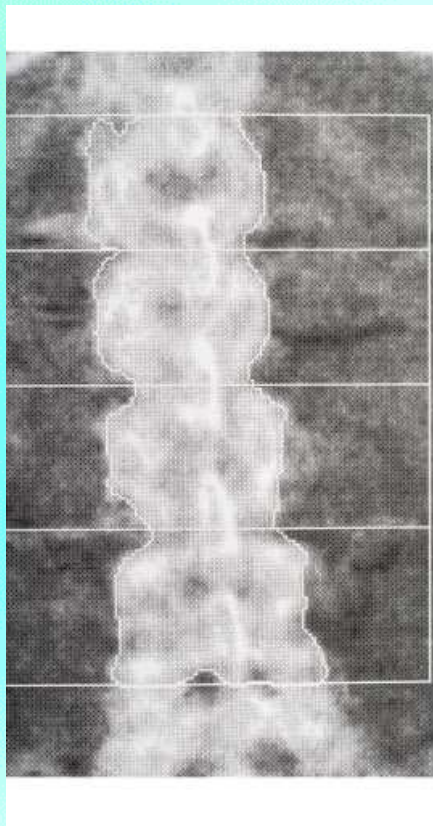


PART 02

跌倒的原因



年龄因素



年龄增长

随着年龄的增长，身体各器官功能逐渐衰退，肌肉萎缩，关节僵硬，平衡能力下降，导致跌倒风险增加。



骨质疏松

老年人骨质疏松，骨密度降低，骨骼脆性增加，容易发生骨折。



疾病和药物影响

神经系统疾病

帕金森病、小脑疾病、多发性硬化症等疾病会影响平衡和协调能力，增加跌倒风险。



药物副作用

某些药物如镇静剂、抗焦虑药等可能会影响平衡和协调能力，增加跌倒风险。



眼部疾病

白内障、青光眼等疾病会影响视力，使老年人难以看清障碍物和路面情况。





环境因素

地面湿滑

地面湿滑或不平整容易导致老年人跌倒。



光线不足

室内或室外光线不足，影响老年人视力，增加跌倒风险。



障碍物

家具、电线、杂物等障碍物可能会影响老年人的行动和视线。



行为因素

● 穿着不当

穿着鞋子不合适或不舒适容易导致老年人跌倒。

● 过度自信

有些老年人对自己的平衡能力过于自信，容易冒险行动。

● 忽视锻炼

长期缺乏锻炼会导致肌肉萎缩和平衡能力下降，增加跌倒风险。





PART 03

跌倒的预防



以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/025113040112011120>