**Seri Perawatan Lansia**

**Pencegahan Jatuh**

Film ini diproduksi bersama oleh Departemen Kesehatan dan

Departemen Kesejahteraan Sosial sebagai bahan referensi untuk

Skema Pelatihan Asisten Rumah Tangga Asing dalam Perawatan Lansia.

Hak cipta konten film ini adalah milik

Departemen Kesehatan dan Departemen Kesejahteraan Sosial.

Film ini diproduksi hanya untuk penggunaan nonkomersial.

Ini tidak boleh disewakan, dijual, atau digunakan untuk tujuan mencari keuntungan.

Putra Bu Chan ingin kami tinggal bersamanya

Tetapi Bu Chan agak khawatir karena beliau tidak akan terbiasa dengan lingkungan baru

Untungnya, saya telah mengikuti Skema Pelatihan Asisten Rumah Tangga Asing dalam Perawatan Lansia

Saya telah belajar banyak keterampilan praktis dari instruktur

jadi saya bisa menerapkan pengetahuan saya di tempat baru

Bu Chan, putra Bu Chan dan Annie mendatangi tempat barunya

Sangat nyaman di sini

Cukup bagus

Lumayan

Ya

Bu. Biar saya tunjukkan kamar Ibu

Baiklah

Mari ikut saya

Saya telah memperoleh keterampilan merawat lansia

dan memahami pentingnya keamanan rumah

Saya telah belajar cara mengidentifikasi faktor-faktor yang terkait dengan lansia yang terjatuh

dan apa saja risikonya

Misalnya, jika cucian kita gantung di sini

air yang menetes akan membuat lantai licin

yang menyebabkan risiko jatuh

Menempatkan kertas karton di pintu kamar mandi bisa membuat lansia mudah tersandung

Furnitur di sini juga tidak cocok untuk mereka

Annie menggambil gambar untuk merekam dan mencatat bahaya yang ada di lingkungan rumah

Pak, untuk mencegah Ibu jatuh

kita harus menjaga jalan ini tetap bersih dan kering

Alangkah baiknya mengecat dan tambahkan warna kontras pada ambang pintu

atau tambahkan beberapa setrip berwarna cerah

jadi Ibu bisa melihat ambang pintu dengan jelas

dan mencegahnya tersandung

Pilih kursi yang stabil dengan ketinggian dan sandaran tangan yang sesuai

Pasang lampu malam

Sakelar harus mudah diakses oleh lansia

Ingat untuk menggunakan ubin anti selip di kamar mandi

Letakkan alas anti selip di area pancuran

dan pasang pegangan

Semua selesai!

Bu Chan lewat sambil memeriksa ponselnya

Bu, hati-hati

Ibu mudah tersandung ketika perhatian ibu teralihkan

Benar!

Bu, baju Ibu terlalu panjang

Ibu akan mudah tersandung

Setop memperbaiki pakaian Ibu dengan peniti

Coba baju baru yang saya belikan

Pilah pakaian yang tidak cocok

dan ganti dengan yang masih baru

Oke

Sol sepatu Ibu juga sudah aus

Ibu akan mudah terpeleset

Saya sudah membelikan Ibu sepasang sepatu baru

dengan sol anti selip

Jangan pakai sandal lagi saat Ibu keluar

Nak, terima kasih sudah peduli pada Ibu

Kesehatan Ibu adalah yang terpenting

Saya yakin Annie akan menjaga Ibu

Biar saya ganti baju dulu

Haruskah saya ikut ke kamar untuk membantu Ibumengganti baju?

Saya bisa melakukannya sendiri

Saya akan duduk dan melakukannya perlahan

Baiklah

Bu Chan mengganti celananya menggunakan kursi dengan sandaran lengan

Bu, saya sudah belikan dua alat bantu untuk Ibu

untuk mencegah Ibu mudah terjatuh

Tongkat penjepit membantu Ibu mengambil sesuatu yang jauh dari jangkauan Ibu

untuk mencegah kehilangan keseimbangan dan jatuh

Ibu juga bisa memakai sepatu dengan tongkat pengikat tali sepatu

jadi Ibu tidak perlu membungkuk

Apa yang harus kita lakukan jika ada yang terjatuh?

Selama kursus pelatihan, instruktur mengajari kami bahwa

yang terpenting adalah …

Layar menunjukan instruktur sedang mengajar di kelas

Yang terpenting adalah tetap tenang

Jangan terburu membantu membangunkan lansia yang baru jatuh

Pertama, kaji cedera lansia

sekalipun tak ada luka yang terlihat

tetapi jika lansia itu merasa kesakitan atau sulit bergerak

artinya ada kemungkinan patah tulang

Anda tidak boleh memindahkan lansia itu

Jika lansia berpotensi mengalami patah tulang,

kehilangan kesadaran, atau pendarahan hebat,

hubungi 999 untuk bantuan segera

Jika Anda yakin bahwa lansia itu bisa bangun,

bantu dia beristirahat di atas furnitur stabil

Segera konsultasi ke dokter jika ada masalah

Asisten rumah tangga membantu lansia untuk bangun dari jatuhnya

Kamu sangat cerdas

bertanggung jawab dan andal

Ada video lain tentang perawatan lansia di situs web Departemen Kesehatan dan Departemen Kesejahteraan Sosial

Kedengarannya bagus

Mari kita tonton bersama dan pelajari cara menjaga kesehatan Ibu

Tetap aman dan hidup bahagia

Penolakan

Keterampilan pencegahan jatuh yang ditunjukkan dalam

film ini berfungsi sebagai referensi umum dan untuk tujuan pendidikan.

Ini mungkin tidak berlaku bagi semua lansia dalam segala situasi.

Silakan berkonsultasi dengan profesional perawatan kesehatan

jika ada keraguan penerapan keterampilan pada situasi tertentu.

Departemen Kesehatan

Situs Layanan Kesehatan Lansia

www.elderly.gov.hk

Departemen Kesejahteraan Sosial

Skema Pelatihan Asisten Rumah Tangga Asing

dalam Perawatan Lansia

www.swd.gov.hk/en/index/site\_pubsvc/page\_elderly/sub\_psfdh/