

## **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 mengambil 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  
Pilih 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 Ibu mengganti 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 menunjukkan 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](http://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/](http://www.swd.gov.hk/en/index/site_pubsvc/page_elderly/sub_psfdh/)

