

自宅での転倒・転落時の対処について

転倒発見

慌てずに対応する

緊急時は慌ててしまいがちです。
正確に状況を見極めましょう。

意識があるかの確認

「名前を呼ぶ」、「呼吸をしているか」
「目を開けているか」、「会話できるか」

けがをしていないか

出血・打ち身がないか、赤くなっていないか、
腫れていないか、しびれはないか

痛みの確認

じっとしていても痛いのか、動くと痛いのか
どんな痛みか（ズキズキ、ジンジンなど）

本人の訴えの確認

どこが痛いのか
動かないのかなど

血圧、脈拍の
測定を行う

異常時は血圧や脈拍が変動しやすいため

異常を感じた場合

ある程度大丈夫と判断

外泊時は、まずは病院に電話をする

○退院後なら救急車要請

その場を離れず人を呼ぶ（近所に助けを電話で呼ぶ）

もう一度血圧、脈拍の測定をする

もう一度状況の確認をする

どんな姿勢で倒れていたか
どんな格好だったか
（靴下をはいているかどうか）
何をしようとしていたか

救急隊到着

ベッドに戻す

いつもと違う様子がある

血圧が正常と異なる状態のまま
（高い場合、頭を高くする。
低い場合、足を高くする。）
頭を打っている場合
（嘔吐、嘔気、頭痛、めまいなどが新たに
出現していないかどうか）

受診の必要性を相談する
（病院、ケアマネ、看護師）