



Government of **Western Australia**
North Metropolitan Health Service
Sir Charles Gairdner Osborne Park Health Care Group

Vietnamese

Giữ an toàn trong thời gian cách ly

Thông tin dành cho bệnh nhân

Những thông tin khác

Nhóm chăm sóc sức khỏe luôn sẵn sàng đảm bảo quý vị được an toàn và thoải mái trong suốt thời gian nằm viện. Nếu quý vị có bất kỳ câu hỏi hoặc thắc mắc nào, đừng ngần ngại hỏi chúng tôi. Chúng tôi luôn sàng sàng giúp quý vị!

Vui lòng quét
mã QR để đọc
thêm về kiểm
soát té ngã.



Sir Charles Gairdner Hospital

- 📍 Bệnh viện Sir Charles Gairdner Hospital
- 📞 Ave, Nedlands WA 6009 (08) 6457 3333
- 📞 Đơn vị Lưu trú Ngắn hạn (08) 6457 4181
- 📞 Người khiếm thính (TTY) (08) 6457 3900
- 🌐 scgh.health.wa.gov.au

Tài liệu này có thể được cung cấp ở
các định dạng khác theo yêu cầu.

© Dịch vụ Y tế Bắc Đô thành 2024



Falls Risk

SCGOPHCG 6191 03 24



Falls Risk



Tôi đang bị cách ly vì

Cách ly nghĩa là gì?

Cách ly có nghĩa là quý vị sẽ ở trong phòng riêng của mình, đóng cửa lại.

Nhân viên bệnh viện có thể mặc quần áo đặc biệt, chẳng hạn như tạp dề, áo choàng, găng tay và khẩu trang, khi vào phòng để đảm bảo an toàn cho mọi người khỏi bị nhiễm trùng.

Quý vị có thể phải cách ly trong suốt thời gian nằm viện nhưng bác sĩ sẽ cho quý vị biết cụ thể.



Làm thế nào tôi có thể giảm nguy cơ bị té ngã?

Việc cách ly trong bệnh viện có thể không dễ dàng nhưng giữ an toàn là điều cần thiết. Nhóm chăm sóc sức khỏe đang nỗ lực đảm bảo sự an toàn cho quý vị, và quý vị cũng có thể góp phần vào việc đó. Sau đây là cách giúp quý vị giảm nguy cơ bị té ngã trong thời gian nằm viện.

Xin được hỗ trợ

- Vui lòng sử dụng chuông gọi để yêu cầu hỗ trợ.
- Nhân viên sẽ có mặt với quý vị sớm nhất có thể
- Hãy ngồi trên ghế hoặc giường cho đến khi có nhân viên đến.

Làm cho phòng của quý vị được an toàn

- Giữ phòng của quý vị gọn gàng, lối đi thông thoáng.
- Sử dụng đèn ngủ để có thể nhìn rõ hơn và phát hiện ra mối nguy hiểm.
- Hãy cẩn thận ở những nơi ẩm ướt như phòng tắm.
- Để những thứ quý vị cần trong tầm với dễ dàng

Sử dụng thiết bị hỗ trợ di chuyển một cách an toàn

- Nếu quý vị cần thiết bị hỗ trợ đi lại, gây chống hoặc xe lăn, hãy sử dụng theo lời khuyên của chuyên viên vật lý trị liệu.
- Nếu chuyên gia chăm sóc sức khỏe đã khuyến nghị quý vị cần hỗ trợ để ra vào giường hoặc ghế, vui lòng sử dụng chuông gọi để được trợ giúp.

Di chuyển một cách an toàn

- Thực hiện các bài tập mà chuyên viên vật lý trị liệu khuyến tập để khỏe mạnh hơn.
- Không ngồi trên giường vào ban ngày nếu bác sĩ yêu cầu quý vị như vậy.

Chế độ ăn uống

- Uống nhiều nước nếu quý vị không bị hạn chế.
- Hãy cho nhóm y tế biết nếu quý vị có lo ngại về chế độ ăn uống của mình.

Biết rõ về thuốc men của quý vị

- Một số loại thuốc có thể ảnh hưởng đến thăng bằng hoặc khiến quý vị cảm thấy chóng mặt.
- Hãy hỏi bác sĩ hoặc dược sĩ về bất kỳ tác dụng phụ nào có thể xảy ra.

Giữ kết nối

- Gia đình và bạn bè có thể hỗ trợ quý vị về mặt tinh thần và giúp cho phòng của quý vị được an toàn.
- Họ có thể đến thăm quý vị - vui lòng hỏi nhân viên điều dưỡng để biết các hạn chế và giờ giấc thăm viếng.
- Khi họ không thể đến thăm, hãy giữ liên lạc qua điện thoại, email hoặc thư.
- Để điện thoại trong tầm với dễ dàng.
- Giữ tinh thần luôn năng động - đọc tin tức, tham gia vào các hoạt động thường ngày, theo dõi giờ giấc và tránh ngủ quá nhiều vào ban ngày.