

「跌」停板～預防住院兒童跌倒

◎林口長庚護理部督導 張鈞竹
◎林口長庚護理部副主任 陳麗琴
◎林口長庚護理部主任 朱宗藍校閱

兒童跌倒常見原因

跌倒是指從站立、坐或躺臥姿勢，在非預期性的情況從高處到低處導致受傷。根據行政院衛生署 2010 年統計，事故傷害居 1~14 歲兒童死亡原因之首位；而 2007 年研究顯示 0~12 歲兒童非致死性意外事故以跌倒、跌落及墜落盛行率最高，國外許多研究亦顯示跌倒是兒童至急診就醫及導致創傷性死亡的主因，且嬰幼兒先天頭部比例佔身體 1/3~1/4，易因重心不穩而跌倒；此外，好奇、好動的天性，經常用身體、觸覺探索周圍環境，以及神經肌肉發展、運動技巧與身體控制平衡感不純熟等因素，亦容易發生跌倒。

兒童跌倒的危險因子包括：
(1)年齡：小於 3 歲或不符年齡發展而提前學步。
(2)性別：男孩發生率較女孩高。
(3)體能狀況：疾病恢復期及神經學疾病，如：腦性麻痺、癲癇等。
(4)用藥情形：使用影響意識的藥物，如：鎮靜藥物或手術麻醉反應。
(5)兒童發展：於坐、站、走之

發展階段，或利用爬行做週遭環境的探索。
(6)環境因素：放置可作為踏腳用之東西於窗旁，如小坐椅、木箱等，增加小孩攀爬的機會；對於陌生環境、過去跌倒經驗、床位環境未圍上床欄或於床上跳躍、爬越床欄等。
(7)其他：行走時使用輔具或行動不便者。

兒童跌倒之預防措施

住院期間兒童跌倒研究顯示以 3~5 歲、男孩，有親屬陪伴之情境，發生率佔 41% 居高，除導致疼痛、住院天數延長外，甚而造成嚴重傷害等，因此預防跌倒更顯重要。因應兒童發展限制，除醫護人員評估照護外，若家屬能共同維護安全環境，亦可以有效降低跌倒意外。跌倒預防措施包括：
(1)照顧者對預防兒童意外跌倒的知識、辨別潛在跌倒危險的認知、注意兒童行走的步態及平衡感、認識兒童跌倒危險因素並尋求降低危險解決之道。
(2)勿放在無圍欄的環境，床欄扣環應堅固不易鬆脫。
(3)兒



▲院內張貼小心孩童跌倒的衛教圖示，隨時提醒父母注意孩童的安全

童不可落單無人陪伴，應保持在視線範圍內。如：嬰兒學會翻身、會爬、會站，容易自高腳椅、嬰兒椅、學步車、娃娃車等高處滑下，務必使用保護性約束帶。(4)醫護人員會評估辨識病童跌倒的特性，介紹兒童住院環境及預防跌倒之衛教，如：預防病童跌倒衛教海報及單張、住院期間需使用之環境、輔具等加以標示提醒語及簡易車類安全檢查海報，照顧者應配合執行相關預防跌倒措施，共同維護病童安全。

結論

每個兒童都是獨立而完整的個體，也是社會的財富與責任，兒童跌倒是住院期間可預防之意外傷害，透過評估兒童跌倒危險因子與高危險群，同時藉由醫療團隊成員、照顧者共同參與防範，

以及環境設備維護與安全使用，提供兒童就醫環境安全，營造兒童安全友善環境，就是對孩子最大的保障與福祉。✦



- ▲左：父母親在將小孩放入娃娃車前，應先確認車體是否穩固，避免娃娃車因重心不穩而有翻倒的危險
- 右：孩童坐上娃娃車後，要將安全帶逐一扣上，並聽到「喀呷」一聲後，才可推動使用

牙醫師節由來

◎台北長庚顱顏齒顎矯正科主任 柯雯青

牙醫師這個行業有獨特的專業性，不僅治療惱人的牙疾，也需有「美」的感受力與執行力，才能成為一位稱職的牙醫師。

5月4日的牙醫師節為台灣牙醫師特有的節日。台灣早年的牙醫學教育，在許多留學日本的前輩帶領之下，深受日本文化影響。大家思考訂定「牙醫師節」之際，有一位前輩許國雄博士，無意間將蛀牙〔虫齒〕的日文唸了快一點，它的發音「むしば」（mu shi ba）順著唸諧音就成了「五四吧」。牙醫界前輩因此建議中央訂5月4日為牙醫師節。民國63年5月4日在台北市林務局大禮堂盛大舉行「第一屆牙醫師節慶祝大會」，從此，牙醫師們終於有了屬於自己的節

日。

在美國，全國牙醫師節訂在每年的3月6日，目的在喚起一般大眾對口腔保健的重視，提醒大家在這天找自己的牙醫師檢查牙齒，並寫張卡片感謝您喜愛的牙醫師。

人類牙齒的照顧工作，在中世紀的歐洲由理髮師擔任，到由外科醫師兼職，至18世紀皮耶·費查（Pierre Fauchard）著作「外科—牙科醫師」，才將牙科建立為真正的專業。時至今日，牙醫專業因材料與醫學的突飛猛進，可以提供更舒適美觀的服務。

別忘了定期保健您的口腔，寶貝您的牙齒。有機會在這天造訪牙醫師時，記得說聲「牙醫師節快樂！」

