

慎防跌倒

家居安全要點

浴室：

- 我在淋浴間和浴缸放置防滑膠墊，或我的淋浴間和浴缸有防滑表層。在乾的浴缸放上防滑膠墊。
- 我使用安裝在馬桶或浴缸旁邊的穩固扶手(不是肥皂座或毛巾架)。
- 我可以自如的坐在馬桶上，在馬桶上起來。如有需要，我會把加高座椅放置在座廁或浴缸上。
- 通往浴室的通道光線充足，暢通無阻。家裏的燈光足夠，沒有阻礙通道的雜物。
- 我拿著無線電話上廁所。如果我在浴缸或淋浴間滑倒或跌倒，我可以致電求救。

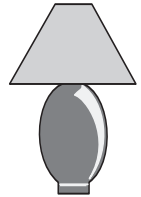


樓梯：

- 我的樓梯表面是防滑的。
- 我上落樓梯時會使用扶手。樓梯兩邊安裝了穩固的扶手，扶手越過樓梯最高和最低的一級。

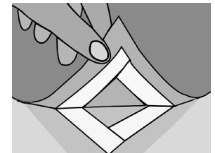
睡房：

- 我常用的物品放在可隨手拿到的地方。我使用無線電話，以免匆忙的接聽電話。
- 我可以在床邊開關電燈或檯燈。



客廳：

- 我移走了所有隨處擺放和鬆脫的地氈。
- 如果我有地氈，所有地氈都是平放的，而且底部都有防滑墊。
- 用雙面膠紙或膠貼把小地氈緊貼地上。



保持家居安全。
減少危險——預防跌倒。

Traditional Chinese - Home Safety Check