

# மருத்துவமனையில் விழுவதை நோயாளிகள் எவ்வாறு தடுக்கலாம்

(How can Patients prevent falls in Hospital)



விழுவதைத் தவிர்க்க,  
நிற்பதற்கு முன்  
எப்போதும் சிறிது நேரம்  
உட்காரவும்



நடைபயிற்சி போது  
ஒரு குச்சி அல்லது  
வாக்கர்  
பயன்படுத்தவும்.



அழைப்பு பொத்தானை  
உங்கள் அருகில்  
வைத்திருங்கள்,  
தேவைப்படும்போது உதவி  
பெறவும்



ஆதரவாக  
குளியலறையில்  
ஹேண்ட் ரெயில்களைப்  
பயன்படுத்தவும்



உங்கள் சுற்றுப்புறத்தை  
ஒழுங்கீனம் இல்லாமல்  
வைத்திருங்கள்



ரப்பர்-சோல்ட் ஸ்லிப்பர்கள்  
போன்ற வழக்காத  
பாதணிகளை  
அணியுங்கள். காலுறைகள்  
அல்லது வெறுங்காலுடன்  
நடக்க வேண்டாம்

Patients for Patient Safety Foundation

[www.patientsforpatientsafety.in](http://www.patientsforpatientsafety.in)

UIN - 4.1 p(Tamil)