

# How can Patients prevent falls in Hospital

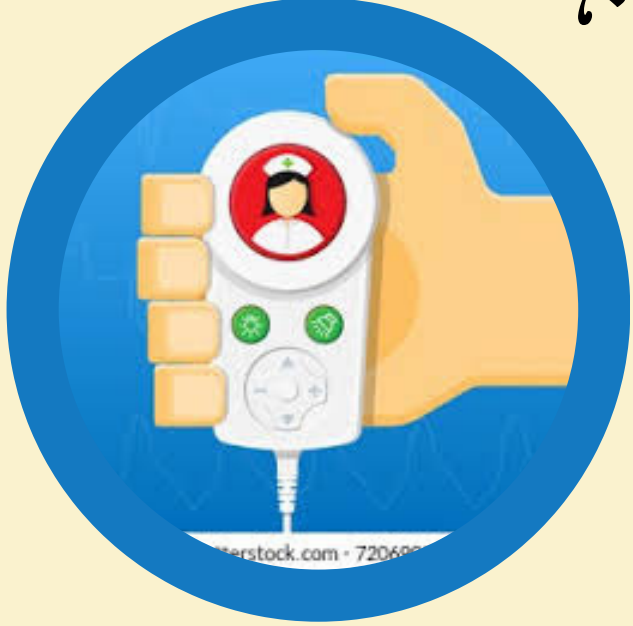
مریض ہسپتال میں گرنے سے کیسے بچ سکتے ہیں



گرنے سے بچنے کے لیے کھڑے ہونے سے پہلے ہمیشہ کچھ دیر بیٹھیں



چلتے وقت چھٹری یا واکر کا استعمال کریں



کال بٹن اپنے پاس رکھیں، ضرورت پڑنے پر مدد طلب کریں



مدد کے لیے باتھ روم میں ہینڈ ریل استعمال کریں



اپنے ماحول کو بے ترتیبی سے پاک رکھیں



غیر پرچی والے جوتے پہنیں، جیسے ربڑ سے بنے چپل۔ موزے نہ پہنیں اور نہ ہی ننگے پاؤں چلیں