

2023年护理跌倒心得体会 跌倒护理心得体会(优质10篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

护理跌倒心得体会篇一

跌倒是老年人常见的意外事件，它不仅会给老年人的身心健康造成巨大的伤害，还会给家庭和社会带来重大的负担。为了更好地帮助老年人预防和处理跌倒事件，我参加了一次关于跌倒护理的培训班，并从中积累了一些宝贵的经验和心得。本文将从个人经历和专业知识两个方面，结合跌倒护理的实际情况，总结出一些实用有效的方法和注意事项。

首先，我想分享一次我在护理老年人过程中遇到的一个案例。我曾经照顾一位行动不便的老年人，他左腿曾经骨折，刚刚在康复训练之后。有一天我陪着他在庭院散步，他虽然有拐杖，但还是稍微有些摇晃。当时我觉得他的步态稳定，所以没有太在意。然而，就在转角处，他突然踩到了一块不平的地面，身体失去了平衡，摔倒在地。幸运的是，他没有摔伤，只是受了一些惊吓。在那一刻，我意识到老年人跌倒的危险性是真实存在的，我们不能掉以轻心。

从这个案例中，我明白了跌倒护理的重要性，也对预防跌倒有了更深刻的认识。正如培训班上所强调的，跌倒护理需要全面的策略。首先，要保持老年人居住环境的整洁和安全，清除地面上的障碍物，尤其是容易滑倒的地方，如浴室和厨房。其次，老年人在行动过程中要保持平稳，可以借助助行器或拐杖，并注意与之匹配的鞋子，以增加稳定性。另外，合理的饮食和运动对老年人的健康也是至关重要的，饮食要

均衡，运动要适度。最后，跌倒护理也需要家庭成员和社会的共同呵护，他们可以给予老年人关爱和关注，及时发现老人行动不便或存在潜在的跌倒危险的情况。

除了培训班上学到的知识，我的专业背景也有助于我更好地理解 and 应对跌倒护理。我是一个护理专业的学生，正在接受相关知识的学习和实践。通过专业的课程和实习经验，我对老年人的生理特点和护理技巧有了更深入的了解。例如，老年人的骨骼密度普遍较低，容易发生骨折，所以在跌倒护理中我们要特别注意防止骨折的发生。此外，老年人的平衡能力较差，容易摔倒。因此，我们要通过特定的体位调整和日常训练，提高他们的平衡能力，减少跌倒的危险性。专业知识的学习使我有能力更好地理解老年人的需求，并提供更科学和安全的护理。

总之，跌倒护理是一项关乎老年人身心健康的重要工作，也是社会共同责任的体现。通过我的个人经历和专业知识的积累，我学到了很多关于跌倒预防和护理的实用方法和注意事项。我将继续努力学习和实践，为老年人的健康和贡献自己的力量。同时，我也希望更多的人能加入到跌倒护理的行列，为老年人的福祉贡献出自己的力量，让社会更加关爱老年群体。

护理跌倒心得体会篇二

1. 跌倒/坠床原因分析

3.1 性别年龄：75岁以上的老年人，多数人跌倒与对比感觉降低、摇摆较大、躯体感觉较差以及平衡功能损害有关年龄因素导致中枢控制力下降、平衡失调，易引起跌倒。女性比男性多，这与女性绝经后雌激素下降，骨折疏松有关。

3.2 疾病因素：心血管系统如心律失常、心功能不全、心绞痛患者因突发性头晕或体力不支、心排量减少，引起心悸、

全身供血不足从而易发生跌倒坠床事件。3.3 药物因素：心内科多使用降压药、利尿药、镇静安眠药等影响了患者认知功能，引发头晕、体位性低血压，增加了跌倒/坠床的风险。

3.4心理因素：老年人不能正确评估自己的体力、怕给自己的家属带来麻烦，对危险认识不足，自己独自去厕所，增加了危险的概率，另一方面老年患者遵医行为差、认为医生夸大其词，强迫自己做力所不及之事。

4.1 重视老年患者的安全评估

鼓励患者求助、与之沟通，做好家属工作，家属主动帮助和陪护患者，护士经常主动巡视病房，乐意诚恳的帮助患者，主动询问患者所需，并及时解决，避免患者因害怕麻烦他人所导致的跌倒坠床事件的发生，告知患者跌倒危险因素，让患者意识到危险和跌倒带来的伤害，让患者做到主动积极面对，避免伤害的发生。

4.5 强化患者防跌倒安全教育

护士长不定期的组织学习有关知识，加强护士工作中防跌倒的安全意识。责任护士对有可能发生的患者进行评估，做好防范，尤其是对于一些高危的人群、以前有过跌倒坠床使得患者做好重点防范，做好防范的同时，也要安慰患者，避免患者过于紧张，反而更不利于防范。

护理跌倒心得体会篇三

第一段：引言（150字）

近年来，老年人跌倒事件屡见不鲜，成为社会关注的焦点。作为护理人员，我们承担着照顾老人的责任，必须格外重视跌倒预防工作。在护理过程中，我深刻认识到预防跌倒的重要性，并积累了一些经验和体会，本文将分享这些心得。

第二段：提高意识（300字）

预防跌倒的第一步就是提高意识，了解老人跌倒的危险因素和可能造成跌倒的环境。我发现，老年人的身体机能逐渐衰退，平衡能力减弱，骨骼容易脆弱，这些都是跌倒的主要原因。因此，在日常护理中，我们要特别留意老人的情况，例如行走时的姿势、步伐是否不稳，是否有摔倒的前兆等。在摆放家具和设备时，也要注意避免凸起或不平整的地板，增加防滑措施等。

第三段：有效预防措施（300字）

根据我的经验，预防跌倒最有效的方式是采取科学的措施。首先是提供合适的辅助用具，例如手杖、助行器等，可以帮助老人维持平衡。其次是营造安全的环境，包括将杂物清理干净，电线整理整齐，地毯固定好等。另外，合理规划活动时间和休息时间也非常重要，避免老人长时间站立或行动，以免疲劳导致跌倒的发生。最后，及时修复和更换破损的设施，例如护栏、扶手等，确保老人的安全。在每次护理中，我都会仔细检查这些方面，确保老人的安全。

第四段：护理技巧（300字）

在平时的护理工作中，我运用一些技巧来帮助老人预防跌倒。首先，我会给老人进行平衡性训练，帮助他们恢复和维持身体的平衡能力，例如进行站立平衡的练习、康复操等。另外，我会教导老人正确的步行姿势和注意事项，例如保持身体直立，缓慢行走等。同时，我还会教授老人一些自我保护的方法，例如如何正确地摔倒、如何使用辅助用具等。这些小技巧可以帮助老人更好地应对跌倒风险。

在护理跌倒工作中，我不仅需要提供实质性的照料，还需要给予老人关爱和支持。我会耐心倾听老人的需求和困扰，鼓励他们保持积极的心态，勇敢面对困难。同时，我也时刻注

意自身的护理技巧和安全意识的提高，不断学习并改进自己的护理方法。通过与老人的相处，我意识到预防跌倒是一项需要持续关注和努力的工作，但只要我们用心，将为老人带来更加安全和舒适的生活。

总结（100字）：

作为护理人员，预防跌倒是我们重要的职责之一。提高意识、采取科学措施、运用护理技巧以及给予老人关爱和支持是有效预防跌倒的关键。通过持续努力和经验积累，我们将能提供更好的护理服务，确保老人的安全和舒适。

护理跌倒心得体会篇四

转眼间，离开象牙塔已经半年多了，我已经成为一名正式的护士了。事实上，由于我们专业的特殊性，大四一整年我们就已经不需要在学校学习而是去医院实习了。实习的时候整天懵懵懂懂的，每天说是上班上班其实也就是做老师的小跟班，到处打打下手，这里打个针那里量个血压，到底护士这份工作该怎么做其实还是糊里糊涂的。记得有一次快下班的时候刚好带教老师离开了一下，接班的护士就让我来交班，慌慌张张的情况下交得一塌糊涂，连新病人是哪边肢体活动不利都说错了。类似的事件不免让我产生了自己能否成为一名称职的护士的担心。实习完很快就毕业了，找到了工作，跟赶鸭子上架似的，悬着心开始一个人独立上班了，偶尔也会犯糊涂，但是渐渐地开始适应这种节奏了。以前简直不敢想象自己可以独立管一组病人或者一个人上夜班，但是现在不知不觉就做到了，以前病人问什么问题都要立马跑去问老师，得到老师的回答才敢小心翼翼地回答病人，现在健康宣教的时候也不再会张口结舌无话可说了，于是内心偶尔也会小小地为自己骄傲一下。所以如果让我用满意程度来形容我现在的活的话，我会说，基本满意。

诚然，护士这份工作是辛苦的，又脏又累，而且还要日夜颠

倒。当病人咳嗽时痰喷到我脸上的时候，当早上一次次弯着腰为长期卧床的病人更换床单的时候，当朋友跟我说我的黑眼圈已经占了大半张脸的时候，我的确觉得很辛苦。当打针不成功被病人或家属责骂的时候，当碰到难缠的家属或病人有理说不清的时候，我的确觉得很委屈。但是再辛苦的工作总是要有人去做，有这份职业存在说明这份职业是被人需要的，是有存在的意义的。护理学发展史上说护理活动从远古时期便有了雏形，人的一生都是由医院开始，在医院结束，每个人的人生中都充斥护士的身影，都留下了护理工作者的辛勤汗水。

工作后我有了这样一个感悟：这个社会是由多种职业的人群组成的，每个人都各司其职，社会才能正常运转。就像机器上的小小螺丝钉，看起来虽然不起眼但每一个都很重要。以前读书的时候我不明白这个道理，因为那时候好像社会上的所有人都是为我服务的：我不需要工作父母就会给我生活费，我出行的时候司机为我开车，我旅游的时候导游带我游览，我在饭店里用餐的时候服务员为我服务，我生病的时候护士对我进行护理，我只要读好书就行，其它一切都不用操心。感觉我好像只需要享受服务而不需要付出。而当我成为一名护士之后，司机、服务员、导游……各种形形色色的人都有可能成为我的病人，当他们在他们工作的范围内他们为我服务，而他们生病在医院的时候就轮到我为他们服务了。

这种感觉真是的很奇妙。在身份的转换过程中每个工作中的人的价值都得到了体现。一个人的价值能够得到体现是一件多么令人愉快的事情！虽然我们每个人都曾经抱怨过“哎呀明天又要上班了”，幻想过如果可以每天不上班就有钱拿那该多么美好。然而，如果真的让我每天闲在家，我必定是坐不住的，我觉得正是让我们觉得痛苦的上班时间，才让我们在休息的时候更有幸福感，才能让时间更有效率地被利用起来，而不是像流水一样流走。马克思说过，劳动是人的本质活动，劳动创造了人本身。一个不劳动的人是不会被别人所尊重的，一个不劳动的人是体现不了生存价值的。所以我们

必须要劳动，而且应该试着从劳动中获得快乐，获得满足感。

作为一个刚工作半年的小护士，我还有很多不足的地方，我已经下定了决心要在以后的日子里努力积累临床经验，磨练操作技术，使更多的病人能够恢复健康，让自己的劳动更有价值，从工作中收获经验，从工作中获得快乐！

护理跌倒心得体会篇五

第一段：引言（200字）

跌倒是老年人健康的主要问题之一，也是导致许多受伤、骨折以及其他严重后果的主要原因。作为护士，我们应该时刻警惕并采取措施来预防和减少老年患者的跌倒事故。通过多年的实践工作，我对护理跌倒问题有着一些心得体会。本文将重点介绍这些心得，并分享一些有效的护理方法。

第二段：提醒与教育（200字）

对于老年患者而言，因为体力下降和平衡能力减弱，跌倒的风险更大。因此，护士首当其冲的任务是提醒和教育患者及其家属有关跌倒风险的重要性。我们要解释跌倒可能导致的后果，并提供一些建议和技巧，例如戴合适的鞋子、使用助行器等等。此外，我们还要进行定期的宣传教育活动，向患者和家属普及预防跌倒的知识，提高他们的防范意识。

第三段：环境改善（250字）

除了提醒和教育，改善护理环境也是预防跌倒的重要手段。首先，我们应该确保患者周围的设施齐全，包括安装扶手、防滑桌椅等。其次，要定期检查床铺的安全性，确保床围牢固可靠、床单光滑整洁，以防止患者在转身或下床时发生跌倒事故。另外，我们也需要保持病房的整洁和通风，预防地面湿滑和空气不新鲜。通过改善环境，我们能够减少老年患

者跌倒的危险，提供更加安全可靠的护理。

第四段：定期评估（200字）

为了及时发现患者跌倒的风险因素，护士们应该定期评估患者的身体状况和跌倒风险。这种评估可以包括检查患者的行走能力、肌力情况、平衡能力等等。通过对患者进行评估，我们可以了解到他们的具体情况，对于有高危因素的患者，我们可以采取相应的护理干预措施，例如安排护士陪同行走、提供护士呼叫器等等。通过定期评估，我们能够及时发现并处理老年患者的跌倒风险，避免患者的安全受到威胁。

第五段：团队合作（250字）

最后，护士们应该加强团队合作，共同努力预防跌倒事故的发生。在护理工作中，不仅仅是护士的责任，而是一个团队的努力。我们应该与其他医护人员、康复师、家属等密切配合，共同关注老年患者的健康状况和跌倒风险，并制定出科学合理的护理方案。我们还要进行多方位的交流和合作，分享成功和失败的经验，不断改进护理措施，提高老年患者的护理质量。

总结（100字）

通过实践和经验的积累，我深刻理解到预防跌倒的重要性。提醒和教育、环境改善、定期评估以及团队合作是有效预防跌倒事故的关键手段。作为护士，我们应该时刻保持警惕，并加强与其他医护人员的合作，为老年患者提供更加安全可靠的护理。只有通过共同努力，我们才能减少老年患者的跌倒事故，提高他们的生活质量。

护理跌倒心得体会篇六

苏州市广济医院 穆桂如 潘伟华

【摘要】目的 探讨女精神病人住院期间发生跌倒的原因及预防措施。方法

针对引起病人跌倒的多种原因采取预防性护理措施。结论

全面了解病人病情和治疗情况，对病人进行细致的观察，加强防范意识和相应的护理措施及对病人的健康宣教，可减少病人跌倒的发生。

(1) 年龄 发生跌倒的以中老年为多，大多在50岁以上，这可能与女性绝经后雌激素水平下降，导致骨质疏松和代偿性骨质增生有关；还有随着年龄的增加，机体的生理功能发生变化，视敏度减退，反应迟钝，行走速度和步态异常，平衡功能差有关；再由于有的老年患者患有心血管疾病及糖尿病，高血压等，常使病人伴有头昏，运动及感觉障碍，导致病人跌倒的危险系数增加；尤黎明等*认为体力和智力状况的下降使老年人跌倒的危险性增高。

(2) 环境及基础设施因素 晨晚间洗漱后及女病人常在病房里洗衣服并把衣服晾在床边导致地面湿滑未及时拖干，有的病人鞋底磨损平滑或穿海绵底轻便鞋而易致跌倒，夜间光线暗淡等影响病人视觉以及走廊，厕所未设置扶手而致跌倒，另外，病床过高，未设置床档容易导致病人坠床。

(3) 服用抗精神病药副作用 服用吩噻嗪类抗精神病药可阻断肾上腺素能受体造成直立性低血压，一般口服药一小时即可出现降压反应，多出现在治疗初期，剂量调整或体位改变时，尤其是年老体弱，基础血压低及敏感者更易发生，新一代抗精神病药喹硫平也容易发生体位性低血压，应引起重视。有研究显示，随着抗精神病药的用药量及种类的增加，跌倒的危险性也跟着增加。

(4) 精神症状 一些精神病人因精神症状，在夜间下床时，不知放下床档而企图翻越床档时跌倒，老年性痴呆病人伴有

精神混乱，认知功能障碍而不能控制自己的行为极易发生坠床，另外兴奋的病人被约束在椅子上，躁动厉害时将椅子弄翻，自己也随之跌倒。

(5) 发生时间 从资料分析显示，跌倒大多发生在中夜班病人起床上厕所时，这跟病人夜间睡意浓，灵敏度降低，尿意急，起床动作急，步态不稳有密切关系。

(6) (7) 医务人员因素

根据我们的工作程序，我们也从自身找了两点原因：1 护理人员对跌倒的安全意识淡薄；2 在防止跌倒问题上，对病人及家属的教育不够。

其他

□1□

评估并标志目标人物 床位护士与医生通过共同评估确定目标人物，在住院一览表和床头卡上做明显的标志，一般以橙色作为预防跌倒的标志，让全体医务人员对目标人群做到心中有数，落实安全对策，预防意外跌倒的发生。

□2□

改善环境 加强病区安全管理

引导病人熟悉病区环境，对不安全地带进行重点说明，适当改变病区环境，如在厕所，洗澡间等容易积水的地方加防滑垫，危险地带有警示标志，如“跌倒危险”，并在厕所，活动室，洗澡间，走廊上安置扶手，夜间光线应柔和，不要太暗也不要太强烈，调低床的高度，加强病区管理，禁止病人在病房里洗和晾晒大件的衣物，晨晚间洗漱后应及时地托干地面，随时保持地面干燥，对潜在跌倒危险的病人进行教育，

并提供预防措施，要求衣裤合身，特别裤子不要过长，走动时穿合脚的防滑布鞋，尽量不穿拖鞋。

□3□

指导合理用药 预防药物的影响

在使用精神病药物前反复向病人做好宣教工作，随着用药量及种类的增加护士要指导病人缓慢起床，下床及行走，对因用药引起的便秘的病人，指导其排便时不要过分用力，必要时遵医嘱给予缓泻剂，对于晚间服用精神病药物，应在服药前督促病人完成洗漱，饮水，如厕等活动，以减少入眠后起床的次数*。

□4□

特殊病人的护理

对于可能发生跌倒的目标人群中的高危人群如65周岁以上的老年人，血压，血糖不稳定，有过跌倒史，步态不稳，体质虚弱的病人或以上几种情况的混合者，应安置在靠近一级病房附近的区域，与家属协商请看护阿姨，对看护阿姨做好培训及指导工作，像一级病房一样做到24小时不离工作人员，与恢复期病人分开管理，晨晚间工人阿姨打好水有看护阿姨协助洗漱，洗澡有阿姨陪护，提供坐式马桶，对有坠床危险的病人睡觉前放好床档，对老年痴呆，夜间入眠少且步态不稳的病人可适当予保护性约束，中夜班护士加强巡视，及时发现并排除有跌倒的不安全因素。

□5□

护嘱叮咛

发现半闭眼而行的病人，即用严厉而简短的言语警示清醒度，

如“××，睁开眼走，别撞了”；对于尿急，起床动作急的病人，言语提醒“慢点，别急”，并上前防护以免坠床；对于翻来覆去，睡姿差的病人要经常床边巡视，及时裹紧棉被，巡视中发现病人睡在靠近床边缘时，及时把病人推向床中央以防发生坠床。

□6□

加强护理安全知识教育

工作中让每一位工作人员必须分担减少跌倒危险的责任，在科室定时开展思想，道德，法律，业务方面的讨论学习，对已发生的跌倒事件及潜在隐患进行分析，提高大家的业务素质，法律意识及责任心，晨会提问，周会总结的方法提醒护士，促使护士自觉形成安全护理的概念。

□7□

健康教育

各种原因的跌倒直接影响精神病人的生活质量，增加了护理工作量，因此加强精神病人的看护，分析现存和潜在的危险因素，研究了相应的对策，可以减少病人的跌倒，提高了护理工作的预见性，为病人提供了满意的护理服务。

参考文献：

(1) 尤黎明，张军，刘可，等. 老年人跌倒的有关危险因素分析□□. 中华护理杂志，2001；36（8）：571. (2)

穆桂如

女 29岁

本科

2003年毕业于徐州医学院专科段

护理跌倒心得体会篇七

跌倒，是老年人经常面临的一个危险问题。据统计，全球每年有数百万的老年人因跌倒而导致受伤，甚至丧失生命。作为一名护士，我有幸参与了许多老年病人的跌倒护理过程，从中积累了一些心得体会。在本文中，我将分享我的经验，并探讨如何通过跌倒护理来减少老年人的受伤风险。

首先，了解老年人的跌倒风险因素是跌倒护理的基础。老年人的身体功能逐渐退化，肌肉力量和平衡能力减弱，因此更容易导致跌倒。此外，药物副作用、视力和听力问题以及长期疾病等也会增加老年人跌倒的风险。因此，在跌倒护理中，我们需要密切观察老年人的身体状况，并与医生、家属等各方进行沟通，确保采取适当的措施，减少他们的跌倒风险。

其次，为老年人提供一个安全的环境是跌倒护理的关键。在居住环境中，我们应该确保走道干净、整齐，家具摆放合理，地毯牢固，以减少老年人绊倒的可能。此外，需要安装护理床和扶手，为老年人提供必要的支持。同时，我们还应该经常清理老年人房间的杂物，并为他们提供安全的浴室设施。这些措施的目的是为了避免老年人在日常生活中意外跌倒，减少他们受伤的机会。

除了提供一个安全的环境，定期进行身体评估也是跌倒护理的重要环节。通过对老年人的身体状况进行评估，我们可以及早发现他们存在的潜在问题，并采取相应的措施。例如，对老年人的平衡能力进行测试，以确定他们能否独立行走。如果老年人存在平衡问题，我们可以建议他们使用助行器或者提供必要的步行辅助设备，以减少跌倒的风险。此外，我们还需要对老年人的药物进行评估，了解其副作用以及可能

对平衡和协调能力造成的影响。通过这些评估措施，我们可以更好地预防老年人的跌倒事件。

同时，教育老年人和家属也是跌倒护理中不可或缺的一环。我们需要向老年人和家属解释跌倒的危害，并提供预防措施的建议。例如，教育老年人正确使用助行器并提醒他们注意脚下的障碍物，以避免绊倒。此外，我们还可以教育老年人做一些简单的平衡锻炼，提高他们的身体协调能力。对于家属来说，他们需要了解老年人的特殊需求，并在家庭中提供相应的支持和照顾。通过这样的教育工作，我们可以增强老年人和家属的意识，帮助他们更好地应对跌倒风险。

最后，跌倒护理还需要不断改进和完善。作为一名护士，我相信通过不断学习和经验的积累，我们可以提供更好的跌倒护理服务。我们可以参加相关培训和研讨会，学习最新的跌倒护理知识和技术，以应对老年人的多样化需求。此外，我们还可以与其他专业人士合作，共同研究和探索跌倒护理的新方法。通过这些努力，我们可以为老年人提供更加全面和有效的跌倒护理。

总之，跌倒是老年人面临的一个严重问题，但通过跌倒护理，我们可以减少老年人的受伤风险。为了实施有效的跌倒护理，我们需要了解老年人的跌倒风险因素、提供安全的环境、进行定期的身体评估、教育老年人和家属，并不断改进和完善跌倒护理服务。只有综合运用这些策略，我们才能更好地保护老年人的健康和安

护理跌倒心得体会篇八

随着人们生活水平的不断提高，世界各国人口出现了寿命延长和老年人比例增多的趋势，口腔科的老年患者也日益增多，老年从生理意义上讲，是生命过程中组织器官和生理功能走向衰退的一个阶段。口腔组织和身体的其它组织一样，明显地随着衰老而变化，对疾病的易感染性增强，修复本事下降，

身体某些全身疾患等，都是影响口腔健康的不利因素，我们在工作中积累一点有关老年人口腔护理的经验，报告如下。

老年人最突出的口腔问题是龋齿后遗症和牙周病，牙体组织的增龄化变化主要是咬合磨损，牙齿颜色逐步变暗，牙釉质较弱易碎，髓腔和根管小而细，牙髓质不断新生，牙龈组织逐渐萎缩，牙槽骨发生生理性萎缩和弹性降低，在各种疾病的某些阶段老年患者常常会出现免疫和内分泌失调，造成机体内环境的改变，从而导致口腔并发症。

2.1经常坚持口腔卫生，控制牙菌斑嘱老年患者经常性漱口，饭后刷牙，或用一些温水和消毒性药液，必须浓度的双氧水、洗必泰溶液等，为老年患者进行口腔清洁护理；饮食营养调整，对于坚持口腔健康极为重要。

2.2清除牙周刺激物清除包括龈上结垢，齿下刮根面平整及牙周袋的药物处理，手法要轻，清洁要彻底。

2.3口腔门诊健康教育老年人要坚持良好的口腔卫生习惯，刷牙与漱口要有科学规律，避免烟酒并尽量少吃有刺激性食物，如有牙病及时就医，平时要坚持叩齿运动和按摩牙龈促进局部血液循环，增强牙周组织功能和抵抗力，定时去医院进行检查，这样可延缓口腔老龄化，使牙龄与寿命大致相等，提高生活质量。

现代医学认为，正确指导老年人坚持口腔卫生，做好口腔护理，有利于创造出对老年人身心有利的诊疗环境。

护理跌倒心得体会篇九

护理跌倒是现代医疗工作中常见且重要的问题。这是一个需要护士们高度重视和积极应对的挑战。通过多年的护理经验，我认识到护理跌倒不仅仅是关乎患者的身体健康，更关系到他们的人身安全和心理健康。我在工作中积累了一些关于护

理跌倒的心得体会，希望能与大家分享，共同提高护理质量。

第二段：全面评估患者风险

在我看来，护理跌倒的第一步是对患者进行全面的风险评估。患者的年龄、身体状况、步态、认知能力等因素都会对其发生跌倒的风险产生影响。因此，我们需要在各个方面进行评估，包括一个详细的病史调查、身体检查以及必要的实验室检查。只有了解了患者个体化的风险因素，我们才能有针对性地采取措施来预防跌倒。

第三段：制定个性化护理计划

根据患者的风险评估结果，我们需要制定个性化的护理计划。这包括从护理措施到环境改造的各个方面。对于高风险的患者，我们需要密切监测他们的生命体征并定期进行跌倒风险再评估。此外，我们应该鼓励患者运动并提供必要的辅助设备，如手扶拐杖或助行器，以减少跌倒的风险。同时，我们还可以通过改变环境来预防跌倒，例如，提供防滑地板、床边护栏等。

第四段：增强患者的安全意识

在护理跌倒的过程中，我认识到患者的主观能动性也非常重要。因此，我们需要与患者充分沟通，增强其对跌倒风险的认识。我们可以向他们讲解跌倒的危害以及如何避免跌倒的相关知识。此外，我们还可以提醒患者选择合适的衣物和鞋子来提高他们的稳定性。通过这些措施，患者可以主动参与到跌倒的预防中，减少潜在的风险。

第五段：持续的护理评估和改进

护理跌倒并不是一次性的问题，而是需要我们持续关注和评估的。我们应该建立起一套完善的护理跌倒风险评估和预防

机制，并在实际工作中不断改进和完善。此外，我们也要与其他医疗团队成员和护理同行分享经验，互相学习和促进进步。通过持续的护理评估和改进，我们可以不断提高护理质量，减少护理跌倒的发生率。

结论：

护理跌倒是一个复杂的问题，需要护士们从多个方面共同努力来预防和减少。全面评估风险、制定个性化护理计划、增强患者安全意识、持续评估和改进，都是我们在护理跌倒工作中需要重视的环节。通过这些努力，我们可以保障患者的人身安全和心理健康，提供更好的护理服务。

护理跌倒心得体会篇十

提起护士，人们脑海中总会浮现出白衣飘飘、温婉可人的女性形象。影视作品里的护士形象也个个年轻漂亮。高翘的燕尾帽，挺刮的束腰白大褂，洁白的护士鞋，容光焕发，身轻如燕的地穿梭在病房里。美得不得了。人们把护士誉为“白衣天使”，然而“天使”的现实却不像称谓那么美好，又有多少人知道这背后的艰难、辛苦，谁能真正体会到从事过护理工作的苦与乐呢？为此，我有着切身体验和感受。

从小觉得护士是圣洁而美丽的。20岁那年，我缘了护士梦。当穿上护士服第一次踏进病房，看见那一个个在死亡线上挣扎的身影，看见那一双双乞求的眼睛，从那时起我就有了一种使命：我明白了护士的价值和“天使”背后的无私的奉献。每天我都以微笑、愉快的心情投入工作，在病房区不停地穿梭忙碌，为病人测量体温、打针送药，当给病人穿刺，一针见血时，心里是快活的；当病人被粘痰阻塞呼吸道，为其疏通，心里是舒畅的；当病人高烧，耐心地为其做酒精擦浴，病人的高热终于退下去的那一刻，内心是惬意的；当看到自己护理的病人康复时，心情真是无比的舒畅。当看到那一张张由陌生到熟悉的脸，由入院时的痛不欲生到出院时的神采飞扬，我

感到一种欣慰。记得有位患者出院时对我说：你笑起来很漂亮，很好看。虽然只是很平常的一句话，却让我很感动。作为一名平凡的护士，我不求感谢，不求回报，更不求鲜花和掌声，我只希望在我们付出宽容和爱心的同时，能收获一份尊重、理解和支持。

难道护士真的是无忧无虑的吗？不，护士有自己的愁与自己的苦。当病人不理解时，我也会伤心落泪；工作操作失误时，我也会懊悔不已。年青时我是个爱美的女孩，也像普通的花季少女一样，追求时尚，想把自己打扮成天使。喜爱飘逸的长发，爱好那晶莹剔透的首饰。可是，作为一名和传染病打交道的护士，为了遵守护士礼仪规范，为了自身防护，不得不将自己长长的秀发高高盘起，将精美的首饰深藏闺中留于欣赏。往往是里三层、外三层，被裹得严严实实，大圆帽一戴，双层口罩一捂，只剩下两只眼睛眨巴，甭说别人不认识你，连自己都认不得自个儿。在护士这个特殊的职业中，频繁的三倒班，尤其是漫长的夜班让人身心疲惫。初来医院时，我脸蛋长红扑扑、水灵灵的，可几年晚夜班倒下来，又黄又蔫。由于生物钟的颠倒，饭吃不香，觉睡不好，个中滋味，只有自己心里知晓。

如何建立良好的护患关系，我觉得应该多注重一些细节方面的服务，在与病人的交往中，我认为细节主要表现在：爱心多点，耐心好点，责任心强点，对病人热心点，护理精心点，动作轻点，考虑周到点，态度认真点，表情丰富点以及对人尊重些、体贴些、理解些、礼貌些、真诚些、关心些、大度些、原则些。

- 1、树立全心全意为人民服务的思想，有理想、有道德、有文化、有纪律、热爱社会主义和社会主义事业，具有不断追求新知识，实事求是，独立思考，勇于创新的革命精神。

- 2、护理是门综合学科，因此要不断提高护理人员文化和业务素质，热爱护理专业，进行继续教育，通过进修学习，深

造掌握新的科学知识。通过查房与书写不断积累临床经验，从理论到实践再升华到理论中。

3、树立护理人员在医疗工作中的责任感，责任也是提高工作效率的一种方法，护理人员应掌握医学及护理学的基础理论、基本知识和基本技了解护理理论和技术的新进展，发挥其应有的作用。

护患沟通是护理工作不可缺少的部分，是减少医疗纠纷的重要手段，只有不断了解掌握病人的思想情感及心理需求，加强与病人的沟通协调，搞好护患关系，才能保证病人的身心健康。