

ของขวัญ ที่ดีที่สุด

ปีใหม่...ของขวัญที่ดีที่สุด คือความปลอดภัยของผู้สูงอายุ



ร้อยละ 80 ของบ้านผู้สูงอายุ
ยังไม่ได้ปรับให้เหมาะสม
ต่อการทำกิจวัตรประจำวัน



ไม่มีราวจับบันได
กว่าร้อยละ 47



ขึ้นลงบันไดทุกวัน
เกือบร้อยละ 45



พื้นบ้านลื่น กว่าร้อยละ 38
นอนบนพื้น ร้อยละ 30

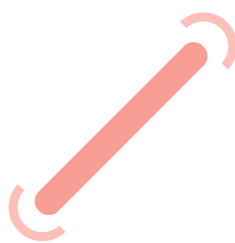


ใช้ส้วมนั่งยอง กว่าร้อยละ 26
ไม่มีราวจับในห้องน้ำ ร้อยละ 84



1 ใน 3 ของผู้สูงอายุ
หกล้มทุกปี หรือกว่า 4 ล้านคน

ครอบครัว...ส่งมอบความห่วงใย



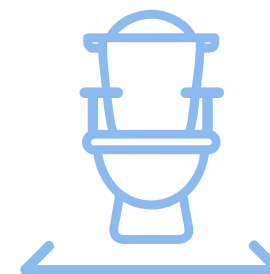
ติดตั้งราวจับในห้องน้ำ
และบริเวณบันได



ปรับพื้นเรียบเสมอกัน
ไม่มีสิ่งกีดขวางทางเดิน
หากมีพื้นเปียก
ควรทำความสะอาดทันที
และมีแสงสว่างเพียงพอ



แนะนำให้ผู้สูงอายุนอน
เตียงหรือที่นอน
สูงจากพื้น
ถึงระดับข้อพับเข่า
เพื่อให้ลุกขึ้นได้สะดวก



ใช้แผ่นยางกันลื่น
ปรับห้องน้ำ เป็นโถส้วม
ชักโครก หรือแบบนั่งราบ
ใช้เก้าอี้ยันอ่างน้ำ

ที่มา

: กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค

: รายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 7 พ.ศ. 2567 – 2568