

MZ

中华人民共和国民政行业标准

MZ/T XXXX—XXXX

养老机构老年人跌倒预防基本规范

Basic norms of falls prevention for older people living in Aged Homes

XXXX—XX—XX 发布

XXXX—XX—XX 实施

中华人民共和国民政部 发布

目 次

前言	3
引言	4
1 范围	5
2 规范性引用文件	5
3 术语和定义	5
3.1 养老机构	5
3.2 照护人员	5
3.3 跌倒	5
3.4 康复服务	5
4 外部环境要求	6
4.1 建筑要求	6
4.2 设备设施要求	6
4.3 环境管理要求	6
5 运营管理要求	6
5.1 评估	6
5.2 告知	7
5.3 养老机构服务措施及要求	7
5.4 健康宣教	7

前 言

本标准按照GB/T 1.1-2009给出的规则起草。

本标准由中华人民共和国民政部提出。

本标准由全国社会福利服务标准化技术委员会（SAC/TC 315）归口。

本标准起草单位：北京寸草关爱管理咨询有限公司、中国老年医学学会、中国人民解放军总医院。

本标准主要起草人：王小龙、常宏玲、郝永静、雷洋、皮红英、侯惠如、高远、段蕾蕾、耳玉亮、李冬、李瑾、刘畅、李兆鹏、谢红。

引 言

跌倒是老年人常见的健康问题，每年约有30%的65岁以上的老年人发生跌倒，而且跌倒的发生比例随着年龄的增长而增加，80岁以上的老年人跌倒的发生率可高达50%。据中国疾病监测系统的数据显示，跌倒已经成为我国65岁以上老年人伤害死亡的首位原因。

因受伤到医疗机构就诊的老年人中，一半以上是因为跌倒。跌倒不仅会造成老年人软组织损伤、髋部骨折、颅脑损伤等身体伤害，导致身体机能下降，独立生活能力降低，甚至死亡。还会引起心理障碍，使老年人产生跌倒恐惧心理而限制活动，导致自理能力和平衡信心的下降及功能状态的衰退，进一步增加跌倒的危险性，形成恶性循环。

养老机构为老年人集中居住区，老年人发生跌倒事故的概率较大，公共场所和卧室、卫生间是老年人跌倒多发地点。本标准旨在规范养老机构老年人跌倒预防管理，降低老年人跌倒风险。

养老机构老年人跌倒预防基本规范

1 范围

本标准规定了养老机构老年人跌倒预防管理的内容、要求的相关事项。
本标准适用于养老机构老年人跌倒预防的管理。

2 规范性引用文件

下列文件对于本文件的应用是必不可少的，凡是注明日期的引用文件，仅所注日期的版本适用于本文件，凡是不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

GB 50867-2013 养老设施建筑设计规范

JGJ 450-2018 老年人照料设施建筑设计标准

GB/T 10001.9-2008 标志用公共信息图形符号第9部分：无障碍设施符号

MZ/T131-2019 《养老服务常用图形符号及标志》

GB/T 29353-2012 养老机构基本规范

T/CGSS 014-2020 老年人跌倒风险综合评估规范

MZ 008-2001 老年人社会福利机构基本规范

3 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

3.1 养老机构 senior care organization

指为老年人提供生活照料、膳食、康复、护理、医疗保健等综合性服务的各类组织。

3.2 照护人员 nursing assistants for the aged

指经过专业老年人护理知识、技能培训，为老年人提供日常生活、护理照料等服务的人员。

3.3 跌倒 fall

指出现突然发生的、不自主的、非故意的体位改变而倒在地上或更低的平面上。

3.4 康复服务 rehabilitation services

指通过各种有效措施，消除或减轻老年人身心、社会功能障碍，达到和保持生理、智力、精神和社会功能的的活动。

4 外部环境要求

4.1 建筑要求

- 4.1.1 按照 GB 50867-2013 的要求，养老机构地面应全部采用防滑材质。
- 4.1.2 养老机构出入口的地面、台阶、踏步、坡道等均采用防滑材料铺装，应有防止积水的措施，严寒、寒冷地区宜采取防结冰措施。
- 4.1.3 按照 JGJ 450-2018 的要求，室内空间不宜有高差；当有不可避免的高差时，不应大于 1.5cm，且应以斜坡过渡。室内外交通空间，当地面有高差时，应设置坡道连接，且坡度不大于 1/12。当坡道的高度大于 10cm 时，设无障碍通道。
- 4.1.4 在楼梯设双侧扶手。居室内卫生间、公共卫生间、助浴间、走廊设置适老化扶手。
- 4.1.5 居室内宜留有轮椅回转空间，床边应留有护理、急救操作空间。

4.2 设备设施要求

- 4.2.1 公共活动区、走廊、居室、卫生间有足够的采用均匀透亮、无频闪、不眩光的灯光设计。灯具开关适合老年人行为习惯，方便老年人开关。
- 4.2.2 按照 GB/T 10001.9-2008 的要求，在必要处安装安全标志标识、老年人无障碍标识。位置易于查看，标识设计在尺寸、颜色、文字、材质等方面符合老年人视觉特点和 MZ/T131-2019 的相关要求，易于识别。
- 4.2.3 居室床边应设置床挡设备。在老年人方便触及的位置设置呼叫设备。
- 4.2.4 按照 GB/T 29353-2012 的要求，卫生间应配置坐式便器，坐便器旁应设安全扶手和呼叫按钮。
- 4.2.5 洗浴空间（包括公共洗浴空间和居室内的洗浴空间）应设淋浴设备，防滑设备、有紧急呼叫装置或可穿戴紧急呼叫装置。
- 4.2.6 根据老年人身体活动需要提供轮椅、助行器等辅具。
- 4.2.7 如有必要，根据医嘱，使用约束工具。
- 4.2.8 配合使用离床报警器、红外线监测仪、跌倒预警器、髌关节保护器、防跌垫等设备设施。

4.3 环境管理要求

- 4.3.1 保持地面整洁。无水渍、无油渍、无污物、无电线、无异物。清扫地面时应在周围设立警示牌。
- 4.3.2 保持走廊通道通畅，无杂物。
- 4.3.3 对设备设施进行定期检修，保证功能完好。
- 4.3.4 老年人常用物品置于便捷处取用，居室内不放置障碍物品，保证老年人行动路线通畅。
- 4.3.5 带滚轮的设备在不需移动时要保持刹车固定。
- 4.3.6 床的高度应低于老年人膝盖，摇床杆使用完毕，应立即归位。
- 4.3.7 保持室内光线充足，夜间开启夜灯及厕所照明灯。

5 运营管理要求

5.1 评估

- 5.1.1 参照 T/CGSS 014-2020 的内容对老人进行躯体功能评估、跌倒风险相关疾病评估、跌倒风险相关用药评估、感知觉评估、日常生活活动能力评估、认知功能评估、抑郁状态评估。

5.2 告知

5.2.1 评估后应将结果告知老年人及家属。

5.3 养老机构服务措施及要求

5.3.1 照护服务

5.3.1.1 根据老年人评估结果，制定防跌倒护理计划。

5.3.1.2 响应老年人的呼叫需求。

5.3.2 医疗服务

5.3.2.1 医护人员关注有跌倒风险老年人的患病情况和病情变化。根据病情变化，及时调整护理计划，告知照护人员。

5.3.2.2 医护人员对老年人用药情况进行管理。对影响意识、血压、血糖、睡眠等易导致跌倒的药物进行用药观察。

5.3.2.4 根据老年人情况，判断老年人是否需要并使用约束工具。

5.3.3 康复服务

5.3.3.1 根据 5.1.1 的评估结果，由专业康复师制定老年人康复计划，进行身体功能训练，包括但不限于肌力、平衡、协调等训练。

5.3.3.2 根据 5.1.1 的评估结果，为老年人选择适合的康复器械和助行器械。

5.3.3.3 老年人康复过程中全程有工作人员陪护。

5.3.4 社工服务

5.3.4.1 应安排老年人在安全环境内进行活动，降低跌倒风险。

5.3.4.2 按照 MZ 008-2001 的要求，定期对老年人进行心理疏导，降低和缓解其对跌倒的恐惧心理。

5.4 健康宣教

5.4.1 向老年人介绍生活环境和各类设备设施的使用方法。

5.4.2 加强对老年人和家属的跌倒风险的宣教，让其掌握预防跌倒的措施。危照护人员上岗、转岗前应接受老年人跌倒预防培训。
