

百載
廣濟
華胞



防治猝倒： 临床以外的策略

卢础文医生

香港广华医院急症科 - 顾问医生

香港急症医学会 (荣誉司库、外务委员会主席)

香港急症科医学院 - 院士、院务委员

香港医学专科学校 - 院士(急症科)

爱尔兰皇家内科医学院 - 荣誉院士

廣華
樹，百年開
世紀延續善和愛



百載
懸壺
廣濟
華胞



廣華醫院

- 一所慈善背景的公立医院
- 于1911年创办
- 位处于香港油麻地
- 现在主力照顾油麻地、旺角和大角嘴区的市民



廣華樹，百年開
世紀延續善和愛

百載
懸壺
廣濟
華胞

概要

- 防治摔倒的重要性
- 摔倒的成因
- 摔倒的防治
- 探讨室外摔倒的环境因素



摔倒的定义

- 摔倒是一个人的非自主肢体位置改变
- 导致他的身体坠落地面，或一个较低的平面上



摔倒引起的损伤

- 伤势轻重不一
- 可能对长者造成明显伤害，甚至死亡
- 也可能对长者造成心理障碍，影响活动能力



恶性循环

1. 摔倒
2. 减少活动
3. 身体机能退化
4. 肌肉萎缩
5. 力不从心
6. 增加摔倒风险



美國的数据

- 意外受伤是老人的第五号杀手
- 每年约有三份之一超过六十五岁的老人曾经摔倒
- 一半人曾摔倒超过一次
- 摔倒个案10-15%涉及严重受伤



股骨頸部骨折

- 四份之三的長者在傷愈後，不能回到原來的活動水平
- 是個人、家庭、社會的沉重負擔

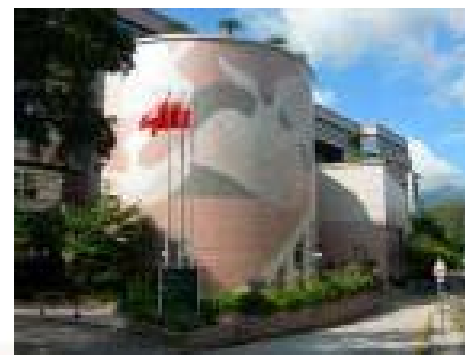


香港的情況

- 老人摔倒的年发生率是**18-19.3%**
- 股骨颈部骨折是老人受伤后住院的主要原因，在**2001年**，是香港医院管理局，使用床位组别第四位，涉及**4,750**病人，**92%**超过**65岁**



香港医院管理局
总部



廣華樹，百年開
世紀延續善和愛

医疗开支

- **2002年**，香港约有**9,893**老人因摔倒而严重受伤，额外的医疗费用约为**5.52**亿港币
- 如果我们能防止**30%**的受伤，节省的资源将达**1.6**亿港币



摔倒的成因

导致摔倒的原因可以分为：



- 内在因素（高龄、女性、曾经摔倒、临床问题）
- 环境因素

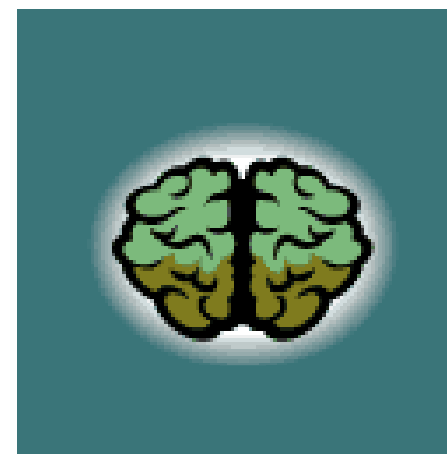
引致摔倒的临床问题

- 神经系统毛病
- 肌肉骨骼毛病
- 感官障碍
- 循环系统毛病
- 其它慢性疾病
- 急性疾病
- 中毒或药物副作用



神经系统毛病

- 中风
- 帕金森症
- 步履不稳
- 平衡力失控
- 失智症 (痴呆症)
- 神智不清



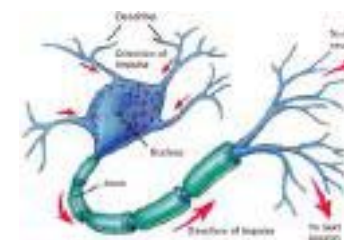
肌肉骨骼毛病

- 关节退化或畸形
- 脊柱后凸
- 肌肉松弛
- 足部伤病

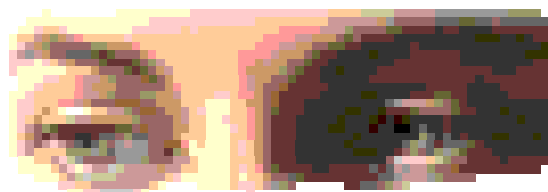


感官障礙

- 周围神经病变



- 弱視



- 弱聽



循环系统毛病

- 体位性低血压
- 心律失常
- 窦房结功能障碍
- 昏厥



其他慢性疾病

- 貧血
- 糖尿病
- 肺病
- 睡眠失調
- 抑鬱病



其他

- 急性疾病



- 中毒（酒精或其它）



- 藥物副作用



与摔倒有关的药物

- 苯二氮类 (Benzodiazepines)
- 抗抑郁剂 (antidepressants)
- 抗精神病药 (antipsychotics)
- 抗癫痫药 (antiepileptics)
- 抗胆碱 (anticholinergics)
- 镇静或催眠药 (sedative hypnotics)
- 肌肉松弛剂 (muscle relaxants)
- 循环系统药物 (如利尿剂或抗高血压药)



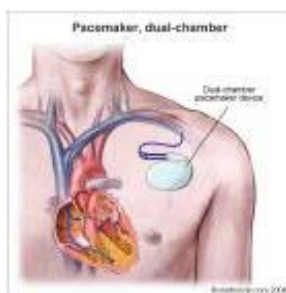
老人摔倒的環境

- 室內 – 47%
- 室外 – 53%
- **57%**傷者認為與環境因素有關：濕滑的地面、崎嶇的路面、人行道旁的鑲邊石、路障
- **27%**認為與不恰當的鞋履有關



科克伦 (Cochrane) 数据库 (2003) 防治老人摔倒策略:

- 全方位高危因素筛选及介入处理
- 对老人在家中作专业及针对性的肌肉耐力及平衡训练
- 为颈动脉窦过敏的病人安装心脏起搏器



科克伦 (Cochrane) 数据库 (2003) 防治老人摔倒策略:

- 撤換精神科藥物
- 對老人在家中的高危險環境因素作評估及改善
- 為老人提供十五個星期的太極訓練



寻找室外摔倒的环境因素

- 2006年
- 香港广华医院和香港大学的地理学家
- 利用地理信息系统 (Geographic information systems)
- 进行空间分析 (Spatial analysis)
- 对旺角区的室外摔倒个案做调查



旺角區

- 一个人烟稠密的「老区」
- 2006年，每一平方公里住了四万多人，其中很多都是长者
- 也是一个商业和零售中心
- 2007年，繁忙时段行人多达每小时2.5万



資料的搜集

- 廣華醫院急診部的分流護士
- 完成初步治療和分流評估後



- 征詢合適的病人同意，參與調查，並留下聯絡資料



電話調查



- 为防止记忆流逝，调查员尽快透过电话收集有关数据，包括：
- 摔倒的确实地点（市场、废物收集站、公交车站、交叉路口）
- 摔倒时的情况（被人推倒、行人过路灯号时间过于短促、光线不足、地面湿滑）

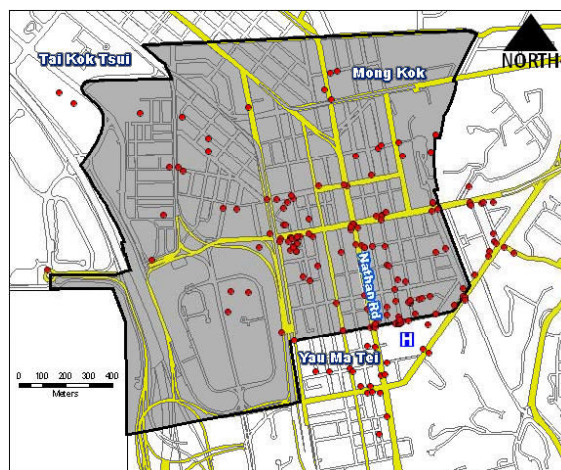
電話調查

- 伤者的人口数据特征（年齡、性別、曾摔倒病历）
- 伤者个人特质（步履及平衡、視力）
- 受傷情况
- 过往病历
- 长期使用的药物



資料分析

- 每次电话调查约需五分钟
- 摔倒的地点会被输入电子地图作进一步分析



调查结果

对路人构成威胁的路面情况包括：

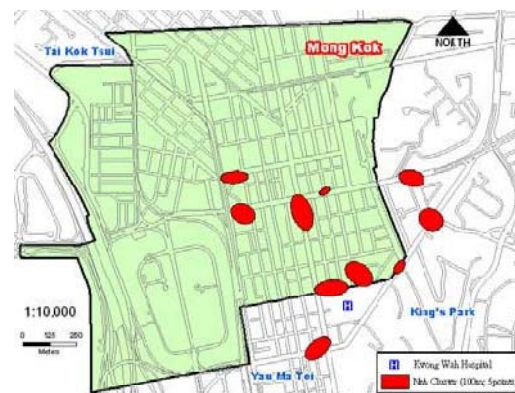
- 街道的围边
- 松脱的地砖
- 障碍物
- 梯级
- 不平或湿滑的路面



电子地图分析

把摔倒地点显示在电子地图上，可以突显摔倒黑点，
协助政策的制订者作出适当的环境改善：

- 路面改善
- 加长行人过路灯的时间
- 路面照明
- 搬迁市场或废物收集站



展望



- 小区人士获悉这些数据后，觉得非常有意义
- 希望可以掌握更详尽的数据，对小区的重建和改善作出实质贡献
- 并唤醒社会人士对这个问题的关注，加强防治
- 有见及此，广华医院现正与香港大学的地理学家再度合作
- 进行「地区性行人意外跌伤黑点研究」，为改善小区出一分力



鳴謝:

- 香港大學的地理系
- 廣華醫院骨科

廣華樹，百年開
世紀延續善和愛





百載
廣濟
華胞

廣華醫院



是香港
文化保育
的一部份
(華人建院)



廣華樹，百年開
世紀延續善和愛





百載
廣濟
華胞



重建的夢：全科急症醫院



廣華樹，百年開
世紀延續善和愛



百載
廣濟
華胞



廣華百載

- 廣結善緣濟蒼生
- 華洋綜合治世人
- 百尺竿頭齊進步
- 載譽香江滿杏林



廣華樹，百年開
世紀延續善和愛



百載
廣濟
華胞



谢谢



廣華樹，百年開
世紀延續善和愛