

เช็กลิสต์อุปกรณ์จำเป็นสำหรับผู้สูงอายุที่บ้าน

ดูแลดี ใช้เป็นแนวทางตรวจสอบก่อนซื้อและจัดเตรียมอุปกรณ์

วิธีใช้ ทำเครื่องหมาย เมื่อมีอุปกรณ์และพร้อมใช้งาน ไม่จำเป็นต้องซื้อทุกอย่าง ให้เลือกตามสภาพร่างกาย
ความสามารถในการช่วยเหลือตัวเอง และคำแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์

อุปกรณ์พื้นฐานสำหรับติดตามสุขภาพ

รายการ	มีแล้ว	ต้องจัดหา
เครื่องวัดความดันโลหิต		
เครื่องวัดอุณหภูมิ		
เครื่องวัดระดับน้ำตาล กรณีได้รับคำแนะนำให้ตรวจ		
สมุดแบบบันทึกค่าทางสุขภาพและอาการ		

อุปกรณ์สำหรับผู้สูงอายุที่เคลื่อนไหวได้น้อยหรือผู้ป่วยติดเตียง

รายการ	มีแล้ว	ต้องจัดหา
เตียงผู้ป่วยหรือเตียงที่ปรับทำได้ตามความเหมาะสม		
ที่นอนอุปกรณ์ช่วยกระจายแรงกด		
หมอนหรืออุปกรณ์ช่วยจัดท่า		
แผ่นรองซับและผ้าปูส้วรอง		

อุปกรณ์ช่วยเดินและป้องกันการหกล้ม

รายการ	มีแล้ว	ต้องจัดหา
ไม้เท้า		
รถเข็น		
เก้าอี้อาบน้ำ		
อุปกรณ์ช่วยเข้าห้องน้ำหรือเก้าอี้นั่งถ่าย		

อุปกรณ์เพิ่มความปลอดภัยในห้องน้ำ

รายการ	มีแล้ว	ต้องจัดหา
ราวจับ		
เก้าอี้อาบน้ำ		
พื้นผิวแผ่นกันลื่นที่เหมาะสม		
อุปกรณ์ช่วยพยุงบริเวณไขว้เขย่ง		

อุปกรณ์ดูแลประจำวัน

	รายการ	มีแล้ว	ต้องจัดหา
	ถุงมือสะอาด		
	ผ้าและอุปกรณ์ทำความสะอาด		
	ผลิตภัณฑ์ดูแลผิวที่เหมาะสม		
	ถุงสำหรับทิ้งขยะ		
	เสื้อผ้าและเครื่องนอนสำรอง		

อุปกรณ์จัดการยา

	รายการ	มีแล้ว	ต้องจัดหา
	กล่องแบ่งยา		
	รายการยาตารางเวลา		
	นาฬิกาหรืออุปกรณ์แจ้งเตือน		

หากมีปัญหาการกินหรือการกลืน

	รายการ	มีแล้ว	ต้องจัดหา
	ช้อนภาชนะที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ		
	โต๊ะหรืออุปกรณ์ช่วยจัดทำรับประทานอาหาร		
	อุปกรณ์เตรียมอาหารตามระดับเนื้อสัมผัสที่ได้รับคำแนะนำ		

ก่อนซื้ออุปกรณ์สำคัญ

อุปกรณ์ตรงกับปัญหาของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุใช้งานได้อย่างปลอดภัย ผู้ดูแลใช้งานเป็น มีพื้นที่ใช้งานเหมาะสม

ข้อควรระวัง อุปกรณ์ช่วยเดิน อุปกรณ์จัดทำ อุปกรณ์เกี่ยวกับการกลืน
และอุปกรณ์ทางการแพทย์บางชนิดควรได้รับคำแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ก่อนใช้งาน และไม่ควรหยุดหรือปรับยาเอง

ดูแลดี เลือกอุปกรณ์ให้เหมาะกับคนที่เรารัก ไม่จำเป็นต้องแพงที่สุด แต่ต้องเหมาะสมและปลอดภัย