



Hạt Santa Clara

Hệ Thống Dịch Vụ Y Khoa Khẩn Cấp

Thông Tin cho Cộng Đồng



NGƯỜI CAO NIÊN và TAI NẠN TẾ NGÃ

Do cộng đồng người cao niên ngày càng gia tăng dân số, tai nạn té ngã là một vấn đề y tế nghiêm trọng của Hạt Santa Clara. Hiện nay có trên 10% cư dân có tuổi từ 65 trở lên. Đến 2020, sẽ có hơn một trong sáu cư dân có tuổi từ 65 trở lên. Ngăn ngừa té ngã là phương cách hữu hiệu để giúp người cao niên sống khỏe mạnh, độc lập, trường thọ hơn, và đồng thời cũng giúp cho người chăm sóc bớt lo lắng và cực nhọc.

- Tai nạn té ngã là nguyên nhân hàng đầu gây tử vong và tổn thương cho những người 65 tuổi trở lên trong Hạt Santa Clara.
- Trong năm 2015, có 8,374 trường hợp cấp cứu người cao niên bị té; 64% nạn nhân là những người cao niên từ 80 tuổi trở lên.

Ngăn Ngừa

Có bốn cách rất hữu hiệu để ngăn ngừa té :

- **Thể dục**
- **Làm cho nhà ở an toàn hơn**
- **Kiểm tra thị lực**
- **Xem lại thuốc**

Quý vị có thể xem thêm thông tin về cách ngăn ngừa té ngã, tại trang mạng:

www.svhap.org



www.sccemsagency.org

[www.Facebook.com/SantaClaraCountyEMS](https://www.facebook.com/SantaClaraCountyEMS)
XSCEMS on Twitter

VT-4465 VMC. CV. 7/16

