T44558ChineseTraditional_Pneumonia UTI Poster for Print.pdf 2 21/11/2014 11:04:37 AM

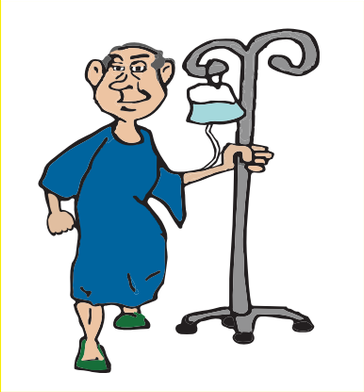
# 預防肺炎和泌尿道感染

fraserhealth

**請將床頭保持在30度和床腳保持在15度**，除非有醫囑不可這樣做。

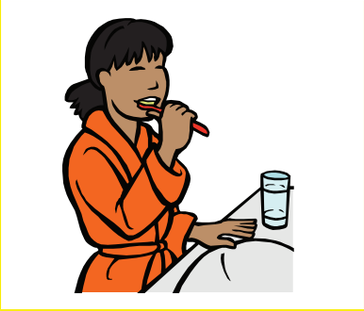
**每小時至少做10次深呼吸和咳嗽的動作。**如有給您誘發性肺量計，請使用。

**一旦能坐起來，請盡快在床沿坐下。**
坐在椅子上用餐或在床上坐直。



**每天走動1至3次。**
如果疼痛使您不能起床，可要些止痛藥。

如果您有**導尿管，請要求除去。**



**每天清潔牙齒及口腔2至4次。**
可讓家人為您領取口腔護理用品。

www.fraserhealth.ca
本文件內的資料只限得到醫療小組提供這些資料的人士使用。

Print Shop #262993 (November 2014) Chinese Traditional