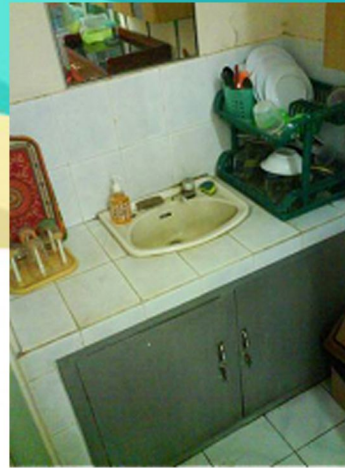




Kamar mandi / WC :

- Closet yang digunakan *closet* duduk
- Keset di depan kamar mandi diusahakan yang keset menyerap air dan tidak mudah berpindah / licin
- Lantai kamar mandi tidak licin
- Terdapat hand *railing* / pegangan di tembok kamar mandi
- Penerangan cukup



Dapur :

- Lantai dapur tidak licin
- Tinggi meja dapur maksimal setinggi pinggang lansia
- Tersedia bak cuci piring , bak sampah yang mudah ditutup dan dibuka
- Tersedia tempat pisau/benda tajam lainnya yang stabil dan aman



Pentingnya Lingkungan Ergonomis Tempat Tinggal Lansia



Promosi Kesehatan Rumah Sakit

1.15/LFT-PKRS/2019



Mengapa Penting?

Karena lansia :

- *mudah jatuh
- *penglihatan kabur
- *mudah lelah
- *reflek menurun
- *nyeri pinggang
- *nyeri pinggul
- *nyeri sendi lainnya



Ruang Tidur :

- Dekat dengan kamar mandi / sebaiknya kamar mandi dalam
- Tinggi tempat tidur sesuai dengan tinggi pinggul lansia
- Disamping tempat tidur ada meja untuk meletakkan alat bantu / keperluan lansia
- *Ventilasi* dan pencahayaan sinar matahari cukup



Ruang Tamu / Ruang Duduk :

- Lantai tidak licin
- Karpas ditata rapi
- Mebel ditata, menyediakan ruang yang cukup untuk lalu lintas
- Pencahayaan cukup terang dan tidak menyilaukan
- Ada pegangan di dinding yang kuat (*hand railing*)



Halaman rumah untuk lansia :

- Bebas air / lumpur di musim hujan
- Datar / berumput
- Hindari penggunaan *trap* / tangga

