

輪椅照護課程 第一堂

教你如何讓長輩不再當低頭族

陳家緯

物理治療師/ 甲類輔具評估專員

kenchen@karma.com.tw

頭痛醫頭，腳痛醫腳 ???



解除身體的約束



『骨盆』是良好姿勢的根基



認識長輩的失能等級

粗大動作功能分類系統

走不遠，走不快



行走功能**受限**

坐姿平衡能力佳

不能走，坐得穩



無行走功能

坐姿平衡能力**受限**

不能走，坐不穩



無行走能力

坐姿平衡/頭部控制**差**

不同階段輔具的運用

粗大動作功能分類系統

輔具使用

走不遠，走不快



短程：拐杖/ 助行器

中長程：助步車/ 輪椅

不能走，坐得穩



移位功能輪椅

移位輔具(移位板/移位滑墊)

不能走，坐不穩



傾仰功能輪椅 + 減壓座墊

移位輔具(移位機)

姿勢不良常見的原因

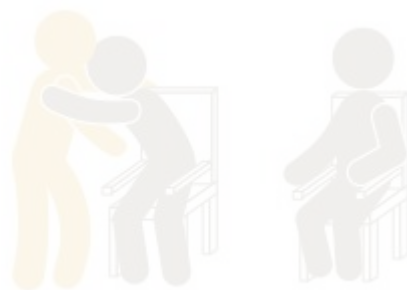
走不遠，走不快



行走功能**受限**

坐姿平衡能力佳

不能走，坐得穩



無行走功能

坐姿平衡能力**受限**

不能走，坐不穩

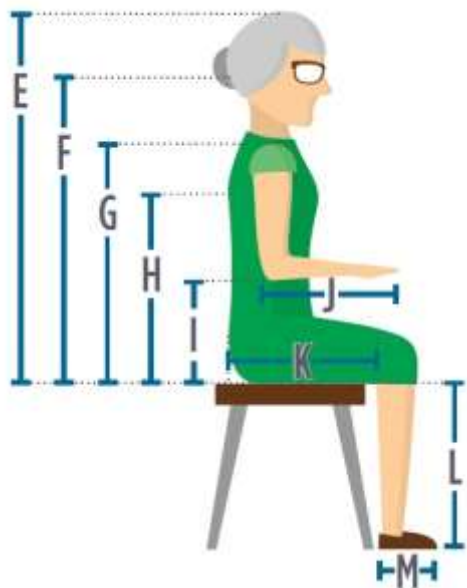


無行走能力

坐姿平衡/頭部控制**差**

姿勢不良常見的原因

走不遠，走不快



錯誤的輪椅配置

錯誤的輪椅配置

座深太深



座深太淺



座墊與小腿間預留二指幅(3cm)空間

錯誤的輪椅配置

背高太低



背高太高



自推/坐得穩：背高到肩胛骨

坐不穩：背高到肩膀

關於升撥腳的三大迷思



1. 升撥腳可以幫助身體不前滑 ???

關於升撥腳的三大迷思



2. 升撥腳可以幫助降低下肢水腫 ???

關於升撥腳的三大迷思



3. 升撥腳可以降低臀部壓力 ???

姿勢不良常見的原因

不能走，坐得穩



無行走功能
坐姿平衡能力受限

不能走，坐不穩



無行走能力
坐姿平衡/頭部控制差

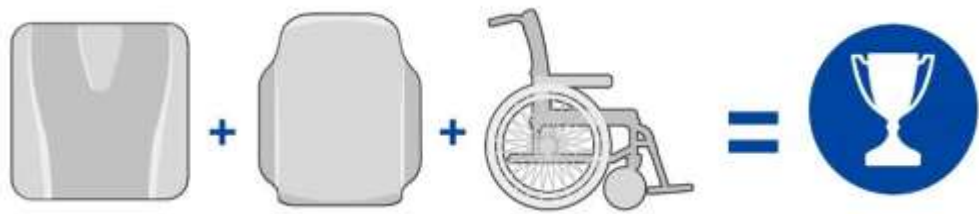
姿勢不良常見的原因

不能走，坐得穩



座椅支撐度不足

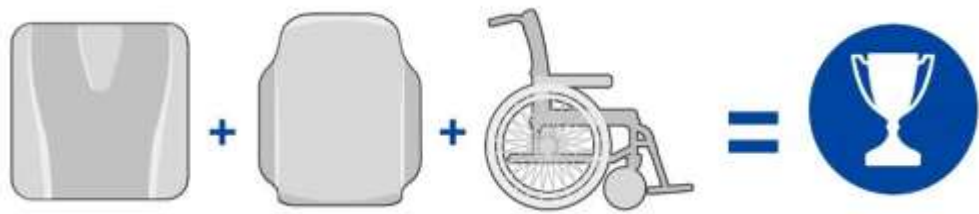
增加座椅支撐度



適形減壓座墊



增加座椅支撐度



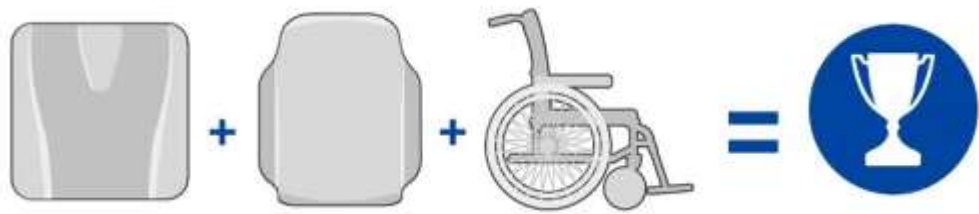
腰部支撐墊



調整式背墊



增加座椅支撐度



正確的骨盆帶位置



姿勢不良常見的原因

不能走，坐不穩



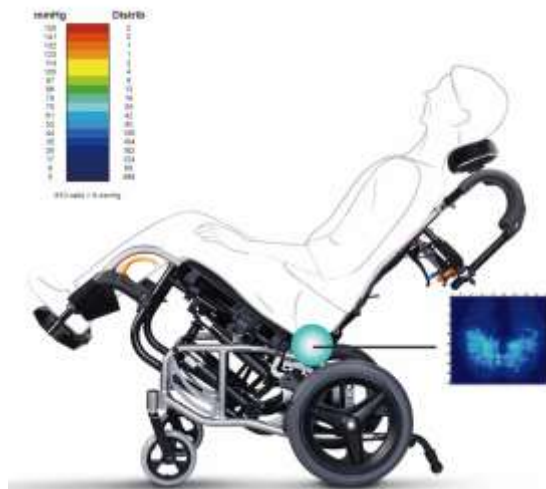
無行走能力

坐姿平衡/頭部控制差

讓照護更輕鬆- 空中傾倒

避免身體前滑

降低臀部壓力



讓照護更輕鬆- 仰躺

背墊角度微調

增加下肢舒展



關於
頭靠

讓照護更輕鬆- 頭靠運用

走不遠，走不快



下枕骨區域



讓照護更輕鬆- 頭靠運用

不能走，坐得穩



下枕骨區域



讓照護更輕鬆- 頭靠運用

不能走，坐不穩



<https://www.youtube.com/watch?v=9x30BFtZJXI>

Q & A