

輪椅照護課程 第四堂

如何提高長輩行動力， 減輕你的照護壓力

楊忠一

物理治療師/ 新北市輔具資源中心主任

yang5411ee@gmail.com



YouTube

瞭輔具頻道

物理治療師

楊 忠 一

您知道嗎？不但您不用「抱」，根據長輩不同的功能狀況，物理治療師教您【一指神功】四式，有翻身式、坐起式、站起式、坐入式。這四式【一指神功】要讓您大開眼界，立馬便深成為照顧高手。



照顧 您

您

您知道嗎？不但您不用「抱」，根據長輩不同的功能狀況，物理治療師教您【一指神功】四式，有翻身式、坐起式、站起式、坐入式。這四式【一指神功】要讓您大開眼界，立馬便深成為照顧高手。

復能
Start

臥床



臥床坐起



離床坐起

Winner



社交

復能大富翁

循序漸進

從臥床到找回行動力

※一定要把握復能黃金期，藉由
仍可使用的功能來協助及延緩
退化，提升生活自理能力。



站立



生活自理+輔具



行動+輔具



坐到站

臥床↓坐起

坐起↓站立

站立↓步行

輔具使用

跌倒復位

翻身坐起

一指神功

karma

A Better Wheelchair, A Better Fit

臥床
↓
坐起

坐起
↓
站立

站立
↓
步行

輔具
使用

跌倒
復位

想站起來

要先低頭

karma

A Better Wheelchair, A Better Fit

臥床↓坐起

坐起↓站立

站立↓步行

輔具使用

跌倒復位



腳底下有一顆能量球

Positive Supporting Reaction

臥床↓坐起

坐起↓站立

站立↓步行

輔具使用

跌倒復位

①



②



③



預防跌倒

手要抓哪裡？

臥床↓坐起

坐起↓站立

站立↓步行

輔具使用

跌倒復位

移位腰帶



預防跌倒的利器

臥床↓坐起

坐起↓站立

站立↓步行

輔具使用

跌倒復位



無輪助行器

輪式助行器



哪個比較穩、行走比較快？

臥床↓坐起

坐起↓站立

站立↓步行

輔具使用

跌倒復位



助步車 可走、可坐、可購物

要能自行安全控制剎車才適合

臥床↓坐起

坐起↓站立

站立↓步行

輔具使用

跌倒復位

跌倒站起

椅子協助



臥床↓坐起

坐起↓站立

站立↓步行

輔具使用

跌倒復位

跌倒站起

徒手誘發



Q & A