

常用輔助行走器具之介紹及使用方法

骨科

高雄榮民總醫院護理部

一、助行器：

大多為可摺疊式，方便攜帶擺放，使用方法為雙手握住助行器，提起助行器向前移動25~30公分之後，邁出患肢，再以雙手的力量握住助行器，支撐身體移動健肢跟進。

二、拐杖：

拐杖長短要適當，太長，會摩擦腋下引起臂神經叢受損，以致手臂酸麻或麻木。太短，易使拐杖滑落而跌倒。因此，行走時勿用腋下磨擦拐杖，且拐杖的握把應調節到肘關節彎曲30度而手腕在伸展的位置才是恰當的。

(一)測量方法：

1. 從病患腋下到地平面加2呎。
2. 從病患腋下向側面量到腳跟旁6呎。
3. 病患平躺之身高減去16呎。

(二)行走步態：

1. 三點式：二側拐杖→患肢→健肢，快速移動之步態。
2. 擺盪式：先雙拐杖向前，再搖擺快速移動前進之步態。
3. 上樓梯：健肢先上樓梯→拐杖連同患肢再上去。
4. 下樓梯：拐杖下至較低的階梯→患肢下→健肢跟進。

三、手杖：

(一)四腳架式之手杖：用健側握住手杖，以支撐身體行走。

(二)上樓梯：健肢先上樓梯→手杖和患肢再跟進。

(三)下樓梯：手杖和患肢先下→健肢再跟進。

四、輪椅：

輪椅是身體殘障病人，變成能獨立行動的一種最重要的輔助工具，一般以折疊式輪椅或電動輪椅較盛行。

(一)下床：輪椅置於健側，30~45度面向床尾關好剎車，移動身體至輪椅上。

(二)上床：輪椅置於健側，30~45度面向床頭關好剎車，移動身體至床上。

護理部 2002/04/29

