



郭綜合醫院

助行器的正確使用

一、助行器使用目的



- 1.下肢手術或無力之病人能利用助行器，以手臂力量部分或完全負荷身體的重量。
- 2.適用於一腳部分或完全不能支撐身體重量，另一腳可支撐全身重量的病人。

二、使用助行器前注意事項：

- 1.檢查助行器是否具有安全吸附力的橡皮墊，以防滑倒。
- 2.助行器的高度：
 - (1)以股骨大轉子（大腿最上端的骨突處）到地面的高度。
 - (2)注意四腳調整後為同一高度。

三、正確使用方法

圖片	操作方法
  <p>圖一</p> <p>圖二</p>	<p>中間點按鈕壓下後可打開或收折，確認聽到“卡”一聲後，再拉看看是否有固定住。(圖一)，將助行器打開呈口字型，底面積寬大穩定。(圖二)</p>
 <p>圖三</p>	<p>按壓下方腳管彈珠後，可伸縮調整至適當高度固定。(圖三)</p>
 <p>圖四</p>	<p>坐起於床邊，雙手扶著助行器。(圖四)</p>

圖片	操作方法
 <p>圖五</p>	<p>(1) 站立時緊握手把，緊握高度與腕關節水平，手肘彎曲約 20 度。</p> <p>(2) 雙手同時將助行器舉起向前移動 25~30 公分。</p> <p>(圖五)</p>
 <p>圖六</p> <p>圖七</p>	<p>患側腳先往前走 (圖六)</p> <p>健側腳再跟著前進 (圖七)</p>

四、使用助行器注意事項：

1. 地面保持乾燥，走道通暢，無障礙物，如電線、椅子、玩具等。
2. 應穿上合腳且安全止滑的平底鞋，勿穿高跟鞋、拖鞋，以免跌倒。
3. 褲子不宜過寬鬆或過長，以免絆倒。
4. 檢查高度調整鈕是否栓緊，底端橡皮墊是否牢靠，以免滑倒。
5. 行走前先站穩，應抬頭挺胸，眼神注視前方，不要朝向腳尖看，每個步伐皆應等長，步伐不宜太大，勿跳躍方式行走，以達平衡感。
6. 助行器適合在平地使用，不適合上下樓梯。
7. 使用後，請清理輔具底端，避免有泥沙或石子附著。
8. 在助行器行走期間，因患肢下垂，足部會充血腫脹，呈現紫紅色，臥床時將患肢抬高及做小腿肌肉的收縮及鬆弛運動，將可改善。

