

# 床上擺位



高雄醫學大學附設中和紀念醫院

復健科

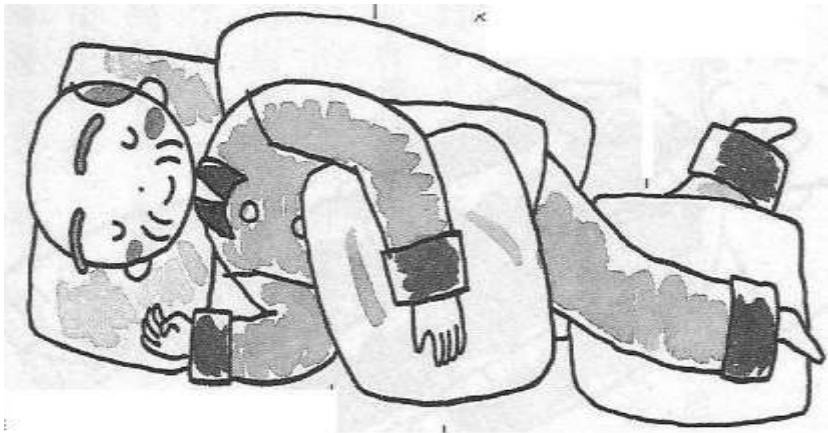
## 一、仰臥

- (1) 利用枕頭墊高頭頸、肩膀及支托腰部與雙膝下方，  
在兩小腿處放置小枕頭，讓足跟懸空避免產生壓瘡。
- (2) 雙腿自然伸直，大腿外側放長圓枕或毛巾捲，預防  
髖關節變形。
- (3) 可使用枕頭抵住雙腳板，預防垂足。



## 二、側臥

- (1) 協助病友翻身成左或右側臥。
- (2) 利用枕頭擺放於頭、頸、背、腹部二膝中間，以維持合宜的姿勢，增加個案的舒適感。
- (3) 雙腿不可交叉重疊，避免髖關節變形



## 三、半坐臥式

- (1) 將床頭搖高成 30 度，其餘同仰臥的擺位方法。

## 注意事項：

- (1) 使用枕頭或小墊子，協助保持輕鬆的姿勢，避免在睡覺中麻痺或疲勞。
- (2) 如果病人有自己喜歡的姿勢，也要加以重視，因為輕鬆的姿勢因個人的狀態及病症而異，所以必須一邊確認是否舒適，一邊調整。
- (3) 如有麻痺的肢體時，應該特別小心，不要讓麻痺的一邊的手腳從墊褥或床上垂下來，也不要被身體壓在底下。

## 參考書籍：

新世紀老人照護 日本紅十字會醫療中心 編  
圖解中風復件手冊 繆鴻石 主編

制定：104/10/23

修訂：104/10/30

審閱：104/11/01