

步行輔具使用



高雄醫學大學附設中和紀念醫院
復健科 物理治療室

一、使用方式：

1. 助行器、四腳拐、單拐扶手高度：

1) 身體挺直站立，手握拐杖時，手肘彎曲 15 至 30 度。

2. 腋下拐位置：

1) 身體挺直站立，拐杖頂部距離腋下兩指寬(約 5 公分處)。

2) 底部橡膠墊置於第五腳指頭向旁邊 5cm 向前 15cm 處。

3) 握把高度調整為手肘彎曲 20 至 30 度。

二、行走方式：

三點式步態（適合剛練習行走的人）

1. 身體挺直，雙手同時將助行器或腋下拐舉起向前移動 25~30 公分，




如果是四腳拐、單拐或單手腋下拐則用好腳側之手拿拐杖，將拐杖舉起向前移動 25~30 公分。如(圖一)及(圖四)

2. 跨出患腿，若為助行器跨患側腳不超出助行器前端，若腋下拐跨




於雙拐杖底連線稍後方，若為單拐、四腳拐或單腋下拐，則以稍退後於拐杖底為原則。如(圖二)及(圖五)

3. 雙手臂伸直支撐體重（患腿可用多少力支撐，需遵照醫師或物理治療師指示），跨出好腳與患腿齊平、挺直腰背，須注意不可將腋下壓靠於腋下拐之頂部以免造成臂神經叢損傷。助行器、單拐、四腳拐或單腋下拐於好腳跨出時，須以患腿與拐杖共同支撐體重，適用於患腿 至少已可支撐 1/2 體重時。如(圖三) 及(圖六)

使用助行器示範（患側腳為纏繞繃帶之左腳）：

		
<p>圖一 將助行器舉起向前移動一個步伐約 25~30 公分</p>	<p>圖二 跨出患腿不超出助行器前端</p>	<p>圖三 雙手臂支撐體重跨出好腳與患腿齊平</p>

使用四腳拐示範（患側腳為纏繞繃帶之左腳）：

		
<p>圖四 將四腳拐舉起向前移動 一個步伐約 25~30 公分</p>	<p>圖五 跨出患腿不超出四腳 拐前端</p>	<p>圖六 右手臂支撐體重跨出 好腳與患腿齊平</p>

參考書籍：

物理治療師實習手冊（一）神經疾病物理治療學 呂麗華 編著 2009.05

輔具評估專業技術手冊 王淳厚、成戎珠、吳英黛、吳雪玉、

李淑貞、俞佳鈴、施啟明、胡名霞 編著 2007

制定：104/10 審閱：104/10、108/03