

# 輔具上下樓梯衛教



高雄醫學大學附設中和紀念醫院

復健科 物理治療室

## 使用方式：

### 一、上樓梯時：

1. 身體挺直站穩，手拿輔具（腋下拐或單拐或四腳拐或助行器）支撐體重。（若為四腳拐或助行器須注意底部面積是否小於樓梯寬度與長度，以免不穩）
2. 好腳先上樓梯。（圖一）及（圖三）
3. 用好腳支撐體重，輔具和患側腳同時跟上。（圖二）及（圖四）

上樓梯使用四腳拐示範（患側腳為纏繞繃帶之左腳）：






上樓梯使用助行器示範（患側腳為纏繞繃帶之左腳）：






二、下樓梯時：

1. 用好腳先支撐體重，輔具（腋下拐或單拐或四腳拐或助行器）先下樓梯。（圖五）及（圖八）
2. 患側腳下樓梯。（圖六）及（圖九）
3. 利用輔具（腋下拐或單拐或四腳拐助行器）支撐體重，好腳下樓梯。（圖七）及（圖十）

下樓梯使用四腳拐示範（患側腳為纏繞繃帶之左腳）：

		
<p>圖五 用好腳先支撐體重，輔具先下樓梯</p>	<p>圖六 患側腳下樓梯</p>	<p>圖七 利用輔具支撐體重，好腳下樓梯</p>

下樓梯使用助行器示範（患側腳為纏繞繃帶之左腳）：

		
<p>圖八 用好腳先支撐體重，輔具先下樓梯</p>	<p>圖九 患側腳下樓梯</p>	<p>圖十 利用輔具支撐體重，好腳下樓梯</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 修訂：104/10 審閱：104/10、108/03