

翻身擺位 怎麼做?

掃描右側QR code
可連結到指導影片



翻身擺位前準備



1.準備用物：
枕頭、翻身枕



2.洗手！



3.確認病人狀態，
避免餵食後翻身

如何執行翻身擺位



①調整病床高度至腰部，
放下單側床欄



②三段式移動身體，移向翻身者
頭→腰→腳



②三段式移動身體，移向翻身者
頭→腰→腳



②三段式移動身體，移向翻身者
頭→腰→腳



③確認病人身體成一直線



④站至對側讓病人手抱胸



⑤彎曲膝蓋



⑥扶持大關節翻身
(肩膀，髖部)

■ 翻身擺位後



- ⑦ 支托凹陷處
(放置翻身枕，
支托病人腰部，
避免懸空)。



- ⑧ 拉出骨突處
的肢體**肩膀**、
腕部



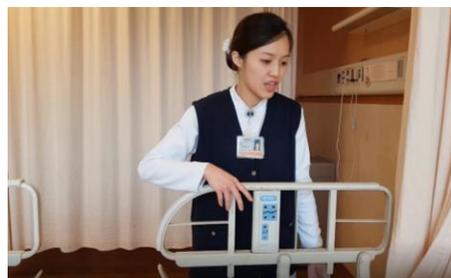
- ⑧ 拉出骨突處
的肢體**肩膀**、
腕部



- ⑨ 支托凹陷處
(放置翻身枕，
支托病人膝
窩，避免懸空)。



- ① 蓋好棉被



- ② 拉起雙側
床欄

■ 翻身擺位小叮嚀

1. 每兩小時協助翻身。
2. 使用翻身枕支托，避免使用棉被因無彈性。
3. 保持床單、被褥平整。
4. 翻身時予以支托關節處，避免拉扯。
5. 翻身後避免骨突處受壓(如耳、肩膀、手肘、腕部)
6. 灌食後一小時內不翻身。
7. 翻身同時可協助拍背、被動關節運動。

敬祝您 身體健康·平安吉祥
佛教慈濟醫療財團法人
台北慈濟醫院

諮詢專線02-66289779轉3611、3612

FNB00D024-F1