



行走輔具之使用簡介-拐杖

行走輔助器使用輔具目的在於讓下肢受傷或手術後，避免發生跌倒及手術肢體減少承受身體重量。

一、使用對象：

年齡小於 65 歲者及平衡力較好之病人

二、測量方法：拐杖置於腳尖前外側 10 公分

，距腋下 3 橫指，肘彎曲 15-30 度最佳。

(如圖一)

三、行走方式：手握住拐杖，手把高度以手肘微彎

屈 15-30 度為宜，提起拐杖，手肘伸直向前移

動後，邁出患肢，手用力撐起時移動健側跟進。

四、行走步態：

(一)、三點式：通常一般骨折病患須使用拐杖時皆用此法步行，但因骨折之部位不同承重方式，稍有差異，請諮詢相關醫護人員。



圖一



圖一 先將拐杖往前移動，並且確定拐杖腳與地板是服貼的



圖二 患肢先前



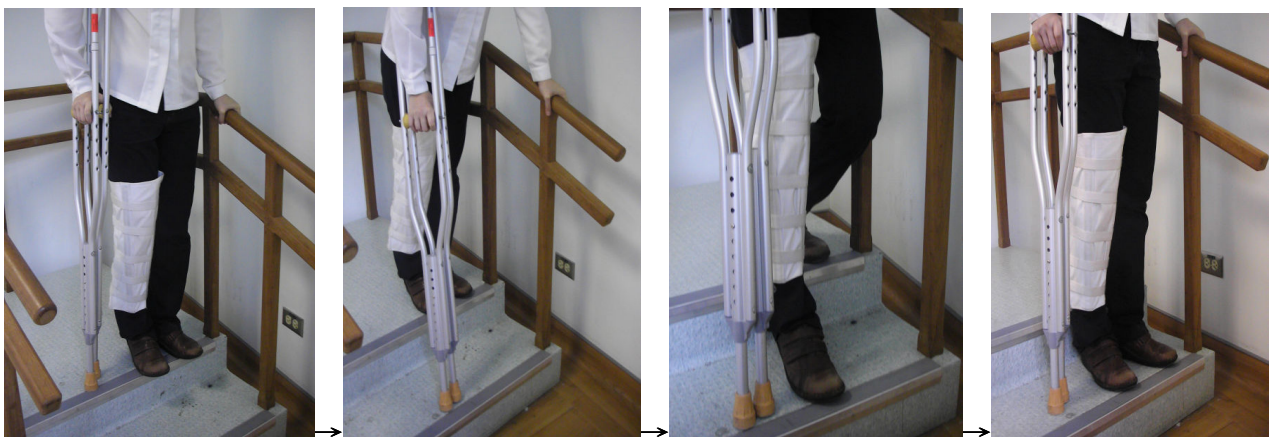
圖三 雙手出力撐拐杖後，健肢往前走



2、上樓梯：健肢先上樓梯。好腳上天堂，壞腳下地獄→意思為健側先上樓



6、下樓梯：患肢先下樓梯。



敬祝您 身體健康 平安吉祥

台北慈濟醫院諮詢專線 02-66289779 轉 2851