

# 輔具使用 - 助行器的使用

## 一、助行器的種類與選用：

1. 固定型助行器：在使用時，必須先往上抬離地面才能向前，患者必須要有足夠的站立平衡感及上肢的力量。
2. 折疊式助行器：使用上與固定型的助行器相同，由於可以折疊，所以有方便攜帶及不佔空間的優點。
3. 帶輪助行器：一般加上兩個輪子，亦有四個輪子的，對於上肢力量不足、或上肢協調功能不足的病人，後者一非常適用的助行器。加了輪子的帶輪助行器，行動時摩擦力較小，穩定度也比較低，所以必須軀幹平衡不錯的患者才能使用。

## 二、助行器的量法：扶手處必須夠高讓患者可以將肘關節彎曲二十度。

- ## 三、拿助行器的走法：固定型與帶輪助行器的走法 - 先推助行器向前，再移動患腳，然後移動好腳。



固定型助行器



帶輪型助行器

## 四、注意事項：

1. 雖然助器能提供更寬、更穩的支持面，但因其體積較大，且會妨礙正常交互步態的發展，所以多在復健初期或對殘障情況嚴重、但又有可能誘發其走路潛能時使用。對於助行器如果真的有必要長期使用，也要注意不要過分依賴它。
2. 使用助行器在走路時速度要放慢，而且不適合在室外及上下樓梯時使用。確定穿著合適的鞋子 - 網球鞋及繫鞋帶的橡膠底鞋最好。避免穿著容易鬆脫的拖鞋、高跟鞋以及其他便鞋。
3. 為方便攜帶各種小東西。可用粘扣帶或掛鈎或按扣固定質輕的籃子或帶子在助行器的前方。
4. 如果患者手臂夠壯、平衡夠好，還可考慮背背包。
5. 選擇平坦，乾淨沒有垃圾或其他雜物、乾燥且光線良好的路面行走。
6. 行進間一定保持眼看前方，不要盯著自己的腳行進。
7. 每次使用助行器時，一定先站立片刻達到平衡。並切記站立之初的輕微頭暈並非異常。但頭暈未改善或加劇時，一定不能移動，趕快坐下，尋求協助。



敬祝您 身體健康 平安吉祥



修訂日期：2025/2/26  
諮詢專線：02-66289779轉2058  
FNC00D112-F4