

下肢無力病人之轉位

由輪椅到馬桶(前移法)

1. 先將輪椅的腳踏板拿開
2. 輪椅正對馬桶，把雙腳分開，盡量靠近馬桶，然後煞車
3. 雙手抓住輪椅扶手往前撐，讓臀部坐上馬桶
4. 假如馬桶旁有裝置扶手，使用扶手往前拉也可以
5. 反過來就是回到輪椅的步驟，需要協助者的幫忙

用移位板從輪椅移到床上

1. 先把移位板或毛巾靠在床邊並塞放在臀部下面，病人雙手撐著往床的方向移動
2. 當臀部都確實移上床舖後，一次挪一隻腳上床
3. 側身往床的方向移，臀部離開轉位板，把轉位板滑出來
4. 反過來就是從床舖移到輪椅的步驟

注意事項：

- 輪椅盡量要靠近床邊
- 移位前先拿掉輪椅腳踏板和輪椅扶手，可以更靠近床邊
- 轉位板要放在病人拿得到的地方
- 假如病人需要照顧者協助，可以使用轉位安全帶

用轉位板從輪椅到車上

1. 輪椅盡量靠近車子，移開輪椅扶手，把轉位板架在輪椅和車子之間，把臀部移上轉位板
2. 一手拉住車內扶手，另一手往車內方向推，把身體挺上車子的座位
3. 再把腳抬入車內，坐好後挪開轉位板
4. 反過來就是從車上回到輪椅的步驟。

利用雙拐上下路緣(路邊高起物)

上路緣:

1. 靠近路緣,並先以健側腳上路緣
2. 雙拐安全地持上路緣，再以患腳上路緣。

下路緣

1. 靠近路緣,先將雙拐放下路緣
2. 先以健側腳下路緣,再以患側腳下路緣





安全小秘訣:

1. 雙柺是以手用力,非用以腋下用力
2. 要小心溼滑的地面
3. 穿著有支撐性的鞋子
4. 若必要可戴安全帶

