

由於老化或疾病造成的各種身心功能退化異常，使患者精細動作技巧、肌力、平衡感及反應能力變差，導致易在環境中發生碰撞、跌倒等意外，進而影響其獨立活動，甚至造成照顧者負擔。居家無障礙環境設計的目的，希望使患者能在適當的環境中安全的執行日常活動，避免意外的發生，並減輕照顧者負擔。

## 一、居家動線的設計原則

1. 維持家中地面平整、清潔、乾爽且防滑，並移除走道不必要之物品，保持屋內寬敞明亮。
2. 移除可移動之地毯、腳踏墊和抹布等。
3. 將散落的電線收納整齊，並沿牆邊固定。

(圖一)



## 二、出入口的設計原則

1. 門口需淨寬 85 公分以上，以利輪椅通行。
2. 使用槓桿式門把 (圖一)。
3. 出入口避免有高低差，若有階差，可依階差高度設計 1:3 至 1:12 之斜坡。

(圖二)



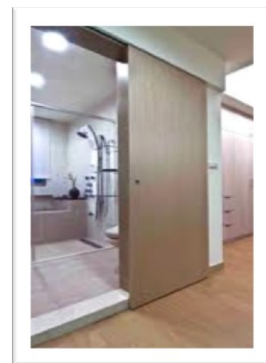
## 三、走道與樓梯的設計原則

1. 兩側可增加 75~85 公分高的扶手。
2. 階梯上需使用對比色調，每一階梯邊緣可增貼「防滑條」。
3. 階梯每階高度需在 16 公分以下；梯面深度需在 26 公分以上。

## 四、浴室的設計原則

1. 保持通風乾燥，地面需增加防滑措施 (如：防滑條，圖二)。
2. 若浴室空間狹小，可將門更換為拉門 (圖三)。
3. 在馬桶、洗手台及浴缸周圍加裝扶手。
4. 對於無法久站者，建議可用洗澡椅以坐姿方式沐浴。
5. 可裝置緊急呼叫鈴，以供意外發生時通知救援。

(圖三)



## 五、家具的選擇與注意事項

1. 椅子、沙發、床需穩固，避免因坐面太軟或太低而不易起身，高度標準為坐姿時可將腳平放於地面。
2. 可增加桌腳防撞條。
3. 床邊可增加扶手，提供臥姿起身坐起時良好的支撐(右圖)。

