

轉位技巧 正確轉位技巧

正確的轉位技巧，可避免發生跌倒意外的可能性，進而增加日常生活活動的獨立性與安全性。

一、輪椅、椅子與床間的轉位

注意事項

1. 輪椅煞車須固定，若為可拆式腳踏板可先移開。
2. 不可使用滑輪式椅子，椅子須堅固穩定。
3. 若為病床，須將煞車輪固定，避免滑動。

轉位方式

1. 輪椅(或椅子)與床擺放成 45 度角，且固定煞車。
2. 患者轉位的方向一律是健側去接近要到達的目的地。
3. 轉位的目的地盡量調整到與病人的起點同樣高或略低的高度。
4. 轉位前必須先讓病人的屁股往座位前方挪動。
5. 準備起身，請患者做一個身體往前傾的動作，膝蓋彎曲約超過 90 度，「健側腳」應盡量在轉位前就先放在預計要踩的位置上。
6. 此時患者可以把手環抱在協助者的頸部或是用好手去撐向要轉位的地方。
7. 協助者踩弓箭步，盡量保持背部是挺直的，由患者的腋下拉病人的褲頭帶起病人。
8. 患者利用「健側腳」撐起，可以不用完全站直，轉向要到達的目的地，再順勢坐下。



二、車子與輪椅間的轉位

注意事項

1. 輪椅煞車須固定，若為可拆式腳踏板可先移開。
2. 患者轉位時不用完全直立站起，小心頭不要撞到車門頂部。

轉位方式

1. 將輪椅與車子擺放成 45 度角，且固定煞車。
2. 患者兩腳踏穩地板，「健側腳」在後，「患側腳」在前。
3. 患者可以把手環抱在協助者的頸部或是用好手去撐向要轉位的地方，利用「健側腳」撐起轉向要轉位的目的地。（患者可以不用完全站直）

上車



下車

