

浴室為發生跌倒事件的高危險區域，為確保患者居家的安全，事前的衛教及預防措施就顯得極為重要。另外，患者和家屬也可與治療師討論是否需要使用輔助器具，以協助患者順利自行沐浴洗澡。

一、注意事項

1. 浴室地板應保持乾燥，並在地板及浴缸內放置止滑墊或貼止滑條(圖見背面)。
2. 選用合適的輔助器具(如：洗澡椅、轉位板)，有助提高浴室安全，減少跌倒意外。
3. 協助患者洗澡時，應先準備所需物品再協助患者轉位，避免讓患者遠離照顧者視線。
4. 浴缸旁應加裝扶手，不可扶洗手台，避免其掉落爆裂，亦不可扶毛巾架。
5. 避免水溫過高，熱水溫度在40°C左右較適當。
6. 可步行的患者須注意小心跨越浴室門檻。
7. 建議須具備獨立坐姿平衡能力的患者較適合在浴缸內洗澡。
8. 在浴缸外沐浴的患者可將洗手台的水龍頭改成含蓮蓬頭式的，方便自行開水洗澡和調整水溫。(如下圖)



二、浴缸轉位方式

站立式

1. 移動至浴缸旁，健側手握住浴缸前扶手然後舉起健側腳跨進浴缸內。
2. 轉握浴缸旁L型扶手，將患側腳跨入浴缸，慢慢坐下，然後進行洗澡。

坐姿式

1. 浴缸上擺放轉位板，將輪椅移向浴缸，健側靠近浴缸並使輪椅與浴缸呈45度角。將輪椅煞車鎖上，患者腳移至地板上並移開腳踏板。
2. 患者以健側手撐著轉位板慢慢站起來。若患者力量不夠時，照護者可以從旁給予協助。然後慢慢轉身坐至轉位板上。
3. 健側腳跨進浴缸內，再用健側手協助患側腳跨入。調整姿勢後開始進行洗澡。

三、各式輔具

1. 安全轉位類

		
<p>洗澡椅</p>	<p>浴缸轉位椅</p>	<p>防滑貼條： 垂直行進方向， 一腳須踩到兩條以上。</p>

2. 清潔類

		
<p>長柄海綿刷： 方便清潔背部和下肢。</p>	<p>彎柄洗澡刷： 方便清潔背部。</p>	<p>弧形洗髮刷： 方便清潔頭部。</p>
		
<p>沐浴手套： 不需抓握肥皂，方便塗抹。</p>	<p>圈繩海綿條： 套在手上，輕易清洗。</p>	