



輪椅可協助不便行走之身心障礙者移行，並增進患者與環境互動的機會。為避免輪椅乘坐者或協助推行者因操作不當而造成身體傷害，以下將介紹輪椅正確使用方式與輪椅減壓活動。


一、乘坐輪椅時需注意事項

注意事項		<ol style="list-style-type: none">1. 壓住座墊兩邊金屬桿，確實展開輪椅。2. 繫安全帶(骨盆帶或胸帶)，避免患者滑出輪椅。3. 注意雙手是否在輪椅內(手臂不可掉在輪圈外)，雙腳是否放在踏板上，以防掉落造成傷害。4. 頭頸部控制不佳時，需附加頭靠，或選用高背/特製輪椅。
------	---	---

二、遇到障礙物時需注意事項

他人推行時		照顧者可輕踩大輪後之防傾桿，即可翹高前小輪，方便跨過障礙物。
自行推行時		用輪椅倒轉的方式，由大輪先跨過或訓練「翹前輪」的方法，適用於 3 公分內的障礙物。

三、上下坡推進時需注意事項

他人推行時		如坡度較陡，下坡時輪椅應以倒轉方式，乘坐者面朝上方，身體向後傾。
-------	---	----------------------------------

日常生活 輪椅操作篇

自行推行時		上坡時，乘坐者保持身體前傾，以保持平衡；下坡時，身體保持後傾，以防往後跌倒。
-------	---	--

四、 輪椅轉位時須注意事項

		
輪椅盡量靠近轉位處	將兩側煞車鎖緊	將腳踏板/小腿腳靠旋開 不能站在腳踏板上轉位

五、 減壓活動與減壓座墊介紹

長期乘坐輪椅者，易因臀部受壓時間過長而發生褥瘡，建議每 20 分鐘做以下運動，分散臀部壓力或選用減壓座墊，分散臀部壓力，預防褥瘡。

		身體向前後左右方傾斜，釋放臀部壓力
		各式減壓座墊