

# 助行器使用須知



阮綜合醫院  
阮綜合醫療社團法人  
YUAN'S GENERAL HOSPITAL

## 壹、使用助行器目的

2022/08 修訂

當下肢受傷或手術後的病人要行走時，為了避免受傷或手術後的肢體(以下簡稱為患肢)負荷身體的重量，藉由助行器的使用，讓患肢在完全不負荷或部分負荷身體的重量，以達到患肢適當的休息及癒合復原。

## 貳、如何使用合宜的助行器

(一)助行器測量與高度的調整：挺直站立，手扶握把時，手肘彎曲 15 至 30 度。

(二)常用之步態：

1. 三點式步態 (尚不熟悉助行器使用方式時適用)

1.1 挺直腰背，雙手同時將助行器舉起向前移動 25~30 公分。

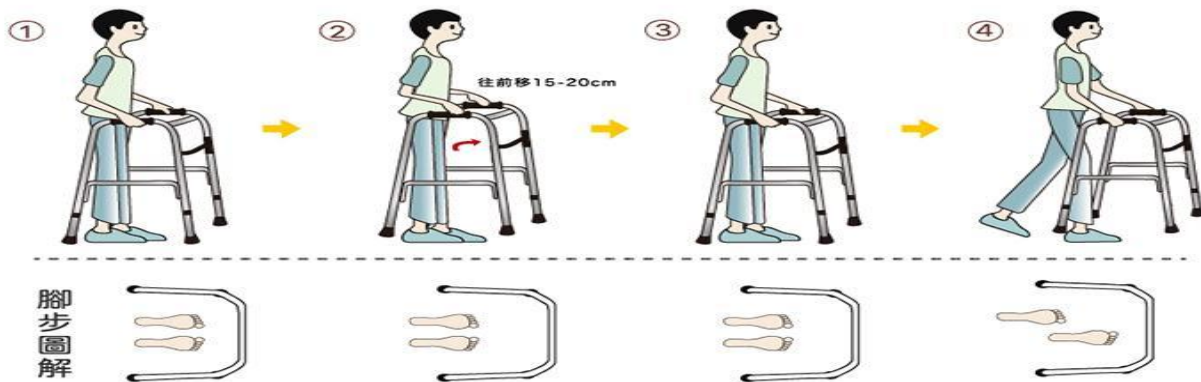
1.2 雙手臂伸直支撐體重(患腿可用少許力支撐)，需遵照醫師或物理治療師指示跨出。

2. 兩點式步態(已熟悉助行器時適用)好腳與患腿齊平、挺直腰背。

2.1 挺直腰背，雙手同時將助行器舉起，連同患腿向前移動離 25~30 公分。

2.2 雙手臂伸直支撐體重(患腿可用少許力支撐，需遵照醫師或物理治療師指示)，跨出好腳與患腿齊平，挺直腰背。

## 助行器使用方法



1. 確實地握好助行器的手握把。
2. 將助行器往上提且往前移動約15-20cm。
3. 將助行器放下並確認四腳都有確實著地。
4. 雙腳緩緩往前移動到後腳跟約莫平行於助行器的後腳。

### 參、注意事項

1. 助行器底部皆須附有橡皮墊。
2. 穿著適當長度褲子及合腳防滑的鞋子。
3. 維持地面乾燥，走道通暢。
4. 行走前先站穩，步伐不宜太大。
5. 第一次下床使用助行器，  
應有醫療人員在旁協助與指導，  
以避免使用不當造成傷害。
6. 漸進式增加行走的活動量。
7. 助行器不適合上下階梯。
8. 使用助行器時，當打開助行器時一定要聽到”卡”一聲，確認助行器確實已固定卡好，並注意勿壓到按鈕造成活動時助行器不穩現象。
9. 助行器使用完畢後，要摺疊收納，避免跌倒情形發生。

一鍵折疊 方便省力 攜帶收納都方便



一鍵摺疊

無需用力，輕輕按下  
彈珠即可折疊



參考資料：袁素娟(2020)•成人內外科護理-下冊(第八版)•出版地：華杏出版股份有限公司

製作單位：護理部 7A 護理站 諮詢電話：07-3351121 轉 2707