

半身偏癱病人的轉位法—無支撐從地面站起



1. 好邊側躺在地面



2. 抬頭，身體前彎，用好邊手肘支撐



3. 肩膀抬高，將上半身撐起來。



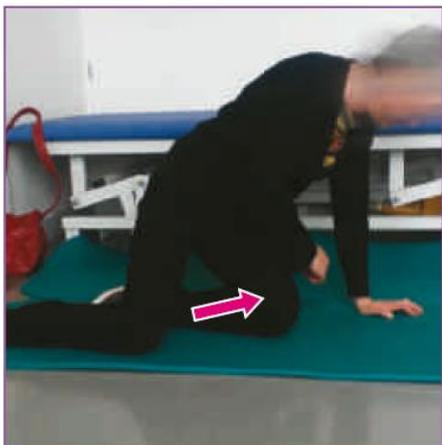
4. 身體前彎，手臂伸直，用好手支撐地面



5. 側坐在好邊，好手支撐



6. 好手支撐，將臀部抬高，轉為跪姿



7. 好邊膝蓋往外推，將臀部



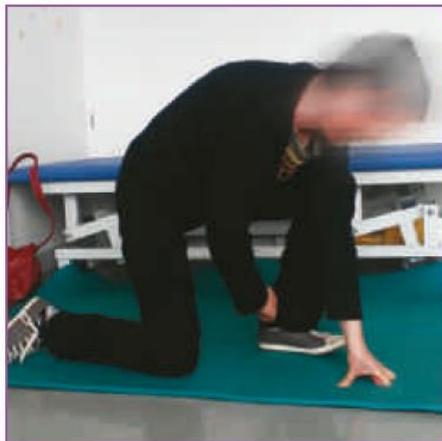
8. 用患側膝蓋與好手支撐，



9. 好腳往前，平踩在地面

抬高撐起身體

讓好腳往前跨出



10. 好腳再往前跨一步



11. 身體往前彎，重心往前放在前腳掌，兩邊膝蓋伸直
站起



參考資料

Self rehabilitation booklet for hemiplegic patients. Available at:

http://www.beyondstroke.ca/file/SelfRehab_Booklet_crop_EN.pdf. Date retrieved: 2020.09.23

若您想對以上的內容進一步了解，請洽諮詢電話：05-2756000 轉 70 病房分機 7001、7002

Stm 天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院 關心您
2022 年 07 月校閱