

## 半身偏癱病人的轉位法—從地面坐回椅子



❶ 坐在地上，好手支撐地面



❷ 臀部抬高，用好手及雙膝撐起身體



❸ 好手扶椅面，將身體挺直，成跪姿。



❹ 用好手扶椅面，將好腳往前抬高，踩在地面



❺ 身體往前彎，用好手及好腳支撐站起。



❻ 將臀部轉向椅面，然後慢慢坐下。

### 參考資料

Self rehabilitation booklet for hemiplegic patients. Available at:

[http://www.beyondstroke.ca/file/SelfRehab\\_Booklet\\_crop\\_EN.pdf](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