

	文件類別	衛教單張	文件編號			3-063-058		
			版次	2	頁次	Page 1 of 1		
	文件名稱	使用拐杖的注意事項	制定日期			2013/01/31		
			修訂日期			2017/06/15		

- 一、 種類:四角拐、二點拐，依需要選用適當種類。
- 二、 使用拐杖之前，先施行手臂運動，以增加手臂三角肌的力量。
- 三、 使用拐杖時，應將重量放在手掌上，而不是腋下。
- 四、 拐杖與腳成三角形，不可成一直線，其寬度與肩相同，且不可傾斜。
- 五、 地面溼滑時應特別注意。
- 六、 與腋下接觸面應以毛巾或厚布纏裹，以減少與腋下磨擦。
- 七、 拐杖長度測量之方法:
 1. 自腋下到地平面再加 2 吋。
 2. 自腋下到腳跟旁 6 吋的斜線長度。
 3. 平躺的身高減去 16 吋。
- 八、 上下樓梯注意事項:上樓梯先用健側，下樓時先用患側。
- 九、 若有使用上的疑問，最好能詢問護理人員。