

# 移位訓練

國泰綜合醫院復健科物理治療組編印 著作權人：國泰綜合醫院  
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

## ■ 目的

對於無法自行移位的患者給予不同程度的協助，以幫忙病人由床上移位到輪椅或從輪椅移位到床上，利於病人進行各種日常生活活動。

## ■ 移位訓練

### ■ 從床上移位到輪椅上：

先將輪椅靠近病人有力的那一邊，將輪椅煞車固定好，如果有其他人可以幫忙則請其幫忙在輪椅後方固定輪椅。協助病人至床邊坐起，從床上慢慢往前移直到兩腳都著地為止，照顧者站在病人前方，雙手繞到病人後方扣住肩胛骨，若病人可以配合，則請病人的手扶著輪椅的扶手，用兩膝由前向後夾住病人無力側的膝蓋，請病人有力側的腿幫忙出力，數到三時讓病人身體前傾站起並轉位到輪椅

上做下，若病人坐得不夠深，則用兩膝由前夾住病人的膝蓋，雙手由腋下穿過扣住肩胛骨拉起病人，同時照顧者雙膝向前頂，讓病人坐深一點。

#### ■從輪椅上移位到床上：

將輪椅以病人有力側靠近床邊固定好煞車，移位到床上跟移位到輪椅上的方法一樣，若床的高度可以調整，要把床的高度調的比輪椅低，移位時用雙膝夾住病人無力側的膝蓋，病人可以配合的話讓病人手扶床上，有力側的腿出力幫忙，數到三後讓病人身體前傾站起，移位坐到床上，讓病人身體偏右邊，把病人左腳往後移，再偏左邊把右腳往內移，慢慢讓病人坐深一點，並站在無力側防止病人倒下。

下圖為「由輪椅移位到床上」之分解動作圖



圖 1 左腳是患側腳，  
雙膝夾住病人的膝蓋



圖 2 扣住病人的肩  
胛骨，讓他手撐床



圖 3 數到三讓病人重  
心往前，移位到床上



圖 4 病人坐到床上  
後，用好手撐床



圖 5 讓病人身體偏右，把他的左腳抬起往後移，讓他坐進去



圖 6 病人坐在床上以好手撐住，照顧者站在其患側防止傾倒

## ■ 注意事項

- 移位前要先確定輪椅的煞車有固定好，移位過程中，兩膝必須夾住病人的無力側膝蓋，以免讓病人腿軟跌到地上，若病人完全無法配合出力，則把病人兩膝一起夾住固定。
- 移位到床上或輪椅後，務必要讓病人完全坐進去，以免病人往後仰而前滑到地上。若是移位到床上則要站在病人的無力側以防止病人往無力側傾倒。

- 若病人為雙腿皆無力、下肢截肢、四肢軟癱、換人工髖關節、癌症已有骨骼轉移、嚴重骨質疏鬆、成骨不全（或任何骨質不良）之患者，**不完全適用以上介紹之移位方式**，首次移位前建議詢問醫師或物理治療師。

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師或治療師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院 (02)27082121 轉 3733

我們將竭誠為您服務！國泰綜合醫院關心您

AP110.170.2023.06 三修

2024.05 審閱