

## ii. 照顧者配合病人發力站立

照顧者配合病人發力站立  
Carer assists the patient to stand up



## iii. 照顧者協助病人慢慢坐下

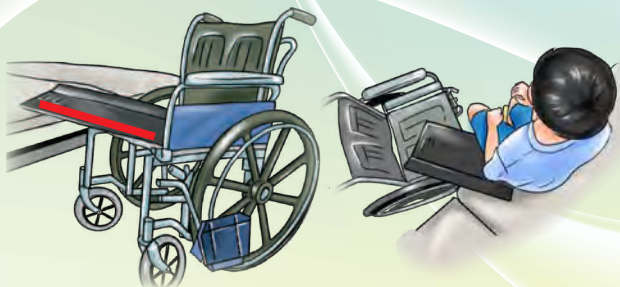
照顧者協助病人慢慢坐下  
Carer assists the patient to sit down slowly



## 2. 床 ↔ 輪椅 (使用轉移板)

床 ↔ 輪椅 (使用轉移板)  
Bed ↔ Wheelchair (Use of Transfer Board)

### i. 轉移前的準備 转移前的准备 Preparation before transfer



- 輪椅擺放於身體健側及靠近床邊  
輪椅擺放於身體健側及靠近床邊  
Place the wheelchair close to the bed
- 鎖緊輪軸 锁紧轮轴  
Place the wheelchair close to the bed
- 將轉移板安置於病人及輪椅之間  
将转移板安置於病人及輪椅之間  
Put the transfer board between patient and wheelchair

## ii. 照顧者抱緊病人肩胛位置，用下肢支撐著近輪椅側的膝蓋

照顧者抱緊病人肩胛位置，用下肢支撐著近輪椅側的膝蓋  
Carer holds patient's upper trunk below the armpit and braces patient's knee



## iii. 將病人軀幹向前傾，然後緩慢地將病人移動至輪椅上

將病人軀幹向前傾，然後緩慢地將病人移動至輪椅上  
Assists patient to lean forward, then transfers patient to the wheelchair slowly



### 其他轉移輔助工具

其他转移辅助工具 Other Assistive Devices

因應中風患者的個別情況，可運用其他工具 (例如起重吊機、扶抱帶) 以輔助轉移。

因应中風患者的个别情况，可运用其他工具 (例如起重吊机、扶抱带) 以辅助转移。

There are different assistive devices (e.g. mobile hoist, transfer belt) that are selected with reference to patients' condition.

每個中風患者的情況也不同，因此使用的位置轉移方法也不同。如有疑問，請詢問你的物理治療師。

每个中風患者的情况也不同，因此使用的位置转移方法也不同。如有疑问，请咨询你的物理治疗师。

Stroke patients with different conditions may adopt different transfer methods. For any enquiry, please approach your physiotherapist.

鳴謝 / ACKNOWLEDGEMENT  
新界西醫院聯網 病人啟力基金  
鸣谢 / ACKNOWLEDGEMENT  
新界西医院联网 病人启力基金

Supported by  
Patient Empowerment Programme,  
New Territories West Cluster

屯門醫院物理治療部  
屯门医院物理治疗部

Physiotherapy Department,  
Tuen Mun Hospital

中風  
康復

位置轉移技巧

位置转移技巧

Stroke Rehabilitation -  
Transfer Skills



# 簡介 簡介 Introduction

中風後，大部分的患者會面對活動上的障礙，透過使用一些位置轉移技巧，可以達到以下目的：

1. 減低摔倒的風險
2. 提升自理能力及減低照顧者壓力
3. 提高活動能力及生活質素

中风后，大部分的患者会面对活动上的障碍，透过使用一些位置转移技巧，可以达到以下目的：

1. 减低摔倒的风险
2. 提升自理能力及减低照顾者压力
3. 提高活动能力及生活素质

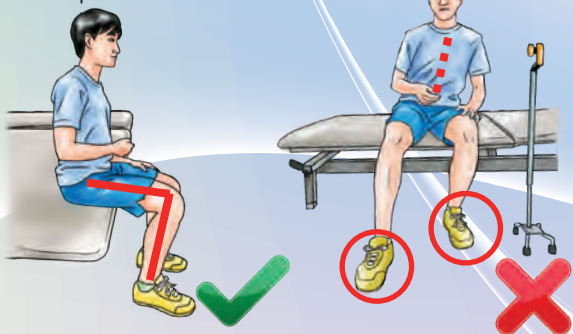
After stroke, most patients will experience difficulties in daily activities, through the use of some transfer techniques, the following objectives can be achieved:

1. Reduce the risk of falls
2. Increase self-care ability and decrease carers' stress
3. Enhance mobility level and improve quality of life

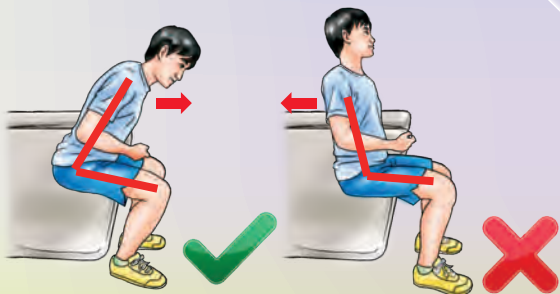
## 自助訓練方法 自助训练方法 Self-assisted Training

### 1. 坐 ↔ 企 坐 ↔ 企 Sit ↔ Stand

#### i. 適當的足部位置 适当的足部位置 Proper Foot Placement



#### ii. 軀幹向前傾 軀干向前傾 Trunk Lean Forward



### iii. 站立時保持平衡

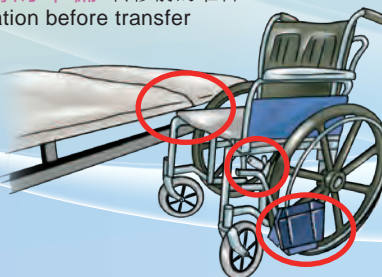
站立时保持平衡  
Keep Balance during Standing



## 2. 床 ↔ 輪椅 (健側方向)

床 ↔ 轮椅 (健侧方向)  
Bed ↔ Wheelchair (Good Side Approach)

### i. 轉移前的準備 转移前的准备 Preparation before transfer



#### • 輪椅擺放於身體健側及靠近床邊

轮椅摆放於身体健侧及靠近床边  
Place the wheelchair next to body's unaffected side and close to the bed

#### • 鎖緊輪軸 锁紧轮轴 Lock the wheelchair

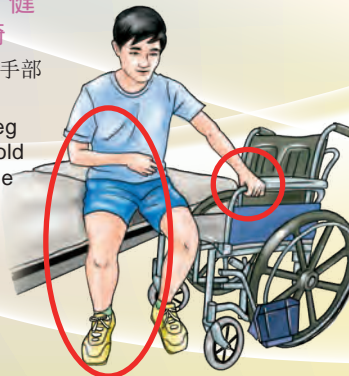
#### • 移開腳踏板 移开脚踏板 Sway away the foot rest

#### • 移開扶手板 移开扶手板 Remove the arm rest

### ii. 放好患側手腳，健側手部扶穩輪椅

放好患侧手脚，健侧手部扶稳轮椅

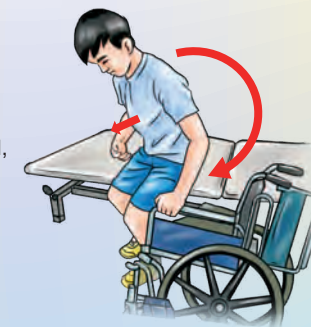
Place the affected leg and arm properly, hold the wheelchair by the unaffected hand



### iii. 軀幹向前傾，將重心轉向輪椅

軀干向前傾，將重心轉向轮椅

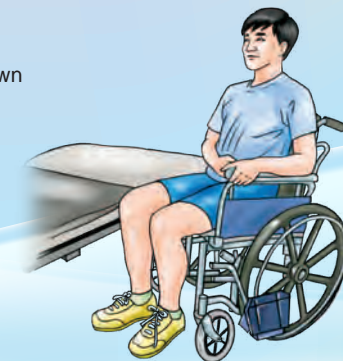
Lean the trunk forward, shift the weight to the wheelchair



### iv. 轉身坐

转身坐

Turn and sit down



## 照顧者方法 照顾者方法 Transfer with Assistant/Aids

### 1. 床 ↔ 輪椅 (照顧者協助)

床 ↔ 轮椅 (照顾者协助)

Bed ↔ Wheelchair (Assisted by carer)

#### i. 照顧者扶住病人患側手部及臀部

照顾者扶住病人患侧手部及臀部

Carer holds patient's affected arm and pelvis

