

- Q 上衣後片可較前片短一些並開岔，以避免坐著時堆擠在臀腰上。而袖子開口應較大，除透氣性較好外亦避免推動輪椅時手臂受到牽制而不適。



- Q 背部兩層交錯，坐著不移動也能輕鬆地穿脫上衣。



- Q 上衣製作時，前片可略微加寬，使扣上釦子時不會太緊繃。褲子製作時，臀腰處可採L型剪裁，前方則可增加摺縫、腰圍放寬，褲腳加長。



(本圖教學內容由英久美老師提供，蔡忠憲老師繪圖)

- * 辦理全國輔具資源服務整合與聯繫工作
- * 建置與管理全國性「輔具資源入口網」
- * 提供輔具展示館參訪、輔具諮詢、輔具試用與評估
- * 發行「輔具之友」期刊
- * 辦理輔具教育培訓課程
- * 建構輔具相關專業人員認證制度
- * 臨床不良輔具之綜合分析報告
- * 協助訂定國內輔具標準範與規格



地址：台北市北投區石牌路二段322號B1
電話：(02)28743415-6 傳真：(02)28743386
<http://repat.moi.gov.tw>

個人照顧與保護輔具系列四

穿的方便、穿的好看

銀髮族及身障者的衣物改良

銀髮族或身心障礙者常因動作的限制造成穿脫衣物困難。為改善每日穿脫衣褲等生活功能、減輕旁人的負擔以及重拾個案之自尊與自信，除了使用穿衣輔具外，直接在衣物上做改良，也是一方便、有效的方法。

衣服的改良，其實並不難，無論是以現成的衣物去修改或自己購買透氣、吸汗的布料，請家庭裁縫師製作，只要知道重點、事先溝通好，即可改造出符合個案需要的改良衣褲。

以下根據需求對象與目的，簡單介紹衣物改良的一些思考重點：

一、方便自己穿脫

Q 上肢功能較差之個案

精細動作鈍化或有退化性神經疾病的個案，使用扣子或拉鍊時都需費時、費力；以魔术貼取代拉鍊或鈕釦，可較省事；此外，在褲腰兩側加環狀布繩，可幫助握力不好或半身不遂的人將褲子拉上。



❶ 冰凍肩患者或肩關節不靈活之個案

將上衣一側或兩側肩、臂及腋下改裝拉鍊或魔術貼，有助個案穿脫上衣時不需勉強舉高上臂。



二、方便照顧者協助穿脫及護理

對於長期臥床的重度肢障或病弱老人，可將其睡衣做局部修改，加裝拉鍊或魔術貼開口，減輕照顧者在協助穿脫衣物時的負擔。

- ❶ 將睡衣胸前的鈕釦拆除，改縫上魔術貼或在腋下處拆開，同樣改車魔術貼。



- ❷ 將內衣之兩肩及前胸處剪開縫上圓形魔術貼，使打開時成一大片，方便穿脫。



❷ 方便治療或照顧傷口

褲腿加裝隱形拉鍊，接受物理治療時，可以只露出膝蓋接受治療。穿著時也可打開拉鍊、只套褲子之上半段，可避免腳被褲腿卡住。鬆緊帶褲頭的長褲之左右兩側都有拉鍊開口，腰部並以魔術貼連結，在做腰部周邊治療時，可輪流打開左右側拉鍊，更是方便。



- ❸ 將長褲褲腿前方裁開，縫上雙頭拉鍊。



- ❹ 將長褲兩側裁開縫上分離式拉鍊（拉鍊兩邊可完全分開）。



三、預防不當脫衣

失智老人或其他重度智障者，有時會有不當脫衣，裸露身體的窘境；此時利用連身衣褲、特殊拉鍊車縫方法避免個案不當脫衣。

- ❺ 特殊拉鍊車縫方法——拉鍊前端需留較長並且反摺後固定，照顧者協助脫衣時需將反折處撐開，以便拉鍊頭通過，而失智者或智障者往往無法克服這關，也就無法自己脫掉衣褲了。



- ❻ 連身衣褲-袖子連縫手套或襪子車縫固定在褲腳



四、輪椅族

一般衣褲多以站姿量製，這樣的衣褲對輪椅族或需長時間採取坐姿的個案來說，常會出現上衣過長堆在後腰部、前胸的鈕釦被推鼓起來…等不適現象，因此，他們的衣褲一開始即應以坐姿來量製。