

☆ 手杖、拐杖、助行器易損壞的保養檢查方法以及注意事項：

部位名稱	保養方法說明
金屬部份	可用濕布擦拭，但不可用水清洗，以防鏽蝕而使支架破損。
各項配件	留意是否有鬆脫的情形，如手把、孔洞、伸縮套件組以及螺絲等，如有鬆脫或破壞情形請立即更換。
防滑膠頭	定期更換已磨損的防滑膠頭，以保持良好的抓地和防滑功能。
輪子	定期上潤滑油隔絕水氣的滲透避免生鏽，並清除附著於轉軸上的異物（例如：頭髮、灰塵等）。
注	不應自行更改治療師已調好的輔具長度或高度，否則會影響步行時的穩定與步態。
意	成長中的兒童，定期請治療師評估調整輔具的高度。
事	行進間，請保持眼望前方，不要盯著自己的腳行進，以避免跌倒。
項	穿著合適的鞋子，避免穿著容易鬆脫的拖鞋、高跟鞋以及其他便鞋。
	起身時，請先站立片刻達到平衡。如果有鬆脫的情形請勿移動，儘快找座椅坐下或尋求協助。

本中心目標為整合國內外各種輔具服務資源和推廣輔具服務，並落實『內政部體系的輔具資源整合和服務推廣』功能及扮演促進『各部會輔具資源合作』媒合。



CATRAP 內政部多功能輔具資源整合推廣中心  
 地址：台北市東區重石牌路二段322號B1  
 電話：(02)28743415-6 傳真：(02)28743386  
 http://repat.moi.gov.tw

輔具保養教育系列四

手杖、拐杖、助行器  
之選用與維護保養



CATRAP 內政部多功能輔具資源整合推廣中心  
 Center for Assistive Technology Resources and Popularization

☆ 前言：

手杖、拐杖與助行器是目前市面上常見的行動輔具，它們共同的特色是可以加強站立或行走時的穩定度及支撐力。為了讓這些輔具能夠真正發揮功能並減少二度傷害，我們必須注意使用的時機與正確的使用方式，以避免因機械方面的故障而影響使用者的安全，平時更應重視基本的保養與檢查。

本份文件介紹手杖、拐杖、助行器的相關知識。提醒您，若需要這類輔具，請先取得專業人員的輔具評估處方以確認適切的輔具。

手杖  
拐杖  
助行器



手杖、拐杖、助行器

☆ 手杖：

手杖是步行輔助器具中最簡易的一種，功能為增加步行時的支撐面；以減緩下肢或是身體骨骼結構所必須承擔的負荷。一般認為健側手使用手杖時可以“減少”患側下肢所承受的部分重量。

☆ 手杖的選用：長度一般是以能讓使用者在站立雙肩自然放鬆垂下時，持手杖側的手肘約有20度的彎曲。手肘彎曲成20度的目的，在於使手臂能自由向前活動，而不影響身體重心的改變。



☆ 拐杖：

拐杖一般需成對使用，功能與手杖相同，可提供更大的承重和步行時較強的推動力負荷。

前臂拐：  
 比起手杖可以提供下肢較多的承重，也提供較好的腕部穩定度。



腋下拐：  
 比起手杖和前臂拐可以提供下肢更多的承重。

☆ 正確使用拐杖：

1. 保持身體直立的姿勢，臀部直立或前挺不要後彎。
2. 上臂夾緊以控制身體重心，防止身體向外傾倒。
3. 拐杖的著地點應當在腳掌的前外側部位。
4. 抓握時，手腕應保持伸展。
5. 施力點應在拐杖手握柄處，而不是靠腋下平台支撐。

☆ 助行器：

在所有的步行輔助器中，助行器所能提供的支持力及穩定度最大。但助行器種類很多，應請專業人員評估，依據使用者身體狀況，提供具有不同的支持配件、輪子、握把、骨架、特殊配件…等不同功能的助行器。

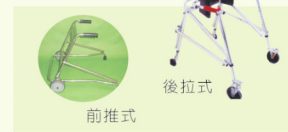
固定型助行器：



折疊式助行器：



帶輪助行器：



支持型助行器：



☆ 助行器的高度：除了支持型助行器或有特殊需求外，選擇方法跟手杖類似，扶手處的高度一般以在站立時雙肩自然放鬆垂下能讓使用者的肘關節有20度彎曲為原則。