

偏癱病人早期，常因為昏迷、意識不清、患側完全癱瘓而臥床不動。伴隨而來的可能是褥瘡、肺炎、關節僵硬和肌肉攣縮等併發症。所以早期物理治療的介入首要工作就是教導家屬，如何將病人的肢體擺在適當的姿勢，避免併發症的產生。

所有的姿勢在病人感到不舒服時就必須改變，如果是意識不清楚的病人，至少每1-2小時要變換一次姿勢。

### 姿勢的擺位有哪些好處

- ① 避免褥瘡
- ② 避免姿勢不良造成的關節攣縮
- ③ 避免不當姿勢造成的不正常張力
- ④ 避免不當的姿勢造成軟組織傷害或關節脫位

### 床上的姿勢擺位

#### ① 平躺

頭頸部些微前傾，患側上肢的手肘伸直，從肩膀下墊一枕頭，患側的下肢膝蓋自然伸直，臀部及大腿下墊一枕頭，避免大腿外轉。



#### ② 側躺：患側在下

頭頸部些微前傾，患側上肢肩膀呈90度，手肘伸直，手掌朝上，患側下肢髖關節伸直往後，膝關節微彎，健側下肢髖關節、膝關節彎曲約70-90度，下方墊枕頭讓病人放鬆。



#### ③ 側躺：患側在上

頭頸部些微前傾，患側上肢肩膀約呈90度，手肘伸直，手掌朝下，下方墊枕頭，患側下肢髖關節、膝關節約彎曲70-90度，下方墊枕頭，健側下肢髖關節、膝關節微彎。



#### 4 床上坐姿：

將床頭盡量搖高或背後墊枕頭，使身體可些微前傾，若膝關節肌肉太緊無法伸直，可在下方墊一枕頭讓膝微彎，患側手用餐桌支撐，或用枕頭墊高。



#### 輪椅上坐姿擺位

臀部盡量坐至輪椅最末端，讓骨盆不後傾，患側手可用枕頭墊高在身體前側，雙腳平貼在踏板上。



錯誤姿勢



↑ 正確姿勢—正面



↑ 正確姿勢—側面

感恩 尊重 愛



大林慈濟醫院復健科 關心您  
地址：622嘉義縣大林鎮民生路2號  
健康諮詢專線：(05) 2648000轉5550  
本院網址：<http://www.tzuchi.com.tw>

8R2876670-01



佛·教·大·林·慈·濟·綜·合·醫·院

## 偏癱患者的 姿勢擺位

