

協助上下床

一、適用對象

健康情況穩定，但無法自行上下床活動之病人。

二、目的

1. 增加活動量、增強肌肉之力量，預防關節萎縮。
2. 拓展活動空間、擴大視野範圍、提升生活情趣。
3. 促強肺活量，清除呼吸道分泌物之功能。
4. 促進胃腸蠕動，增強消化功能，減輕腹脹。
5. 增強自信心、穩定情緒。
6. 執行日常生活所需之活動，如吃飯、如廁...等。

三、注意事項

1. 依協助身體移位(上下床)技術執行。
2. 向病人說明用意，取得其同意與合作。
3. 準備輪椅，無法坐於床沿者宜使用高背輪椅。
4. 下床前，採漸進式將床頭抬高呈坐姿，觀察是否有頭暈等不適情形(預防姿勢性低血壓)。
5. 下床前後觀察病人之表情、膚色、呼吸及脈搏速率，有異狀則續監測血壓，預防意外發生。
6. 灌食後 30~60 分鐘內，避免下床活動。
7. 有人工氣道者(氣切管路)，下床前先確認是否需要給予抽痰。
8. 尿布、尿套使用者，完成清潔排泄，再予下床。
9. 使用導尿管引流之病患，下床時應先將尿管移置身側並預防尿液回流現象。
10. 病人坐於輪椅需注意安全措施及適當支托，必要時使用約束帶、約束衣、枕頭...等固定之。

