

拐杖使用須知

1. 使用拐杖時：

- (1)保持身體平衡。
- (2)把拐杖尖端置於您腳旁四英吋(10 公分)處。
- (3)不要把身體的重量全部支持在腋下的拐杖上，這樣會造成神經系統的損害。
- (4)要把身體的重量置於兩手上。
- (5)保持手肘打直。
- (6)若可能的話將患肢彎曲。

2. 行路時：

- (1)把拐杖尖端置放於您面前 10 公分前，使您與您的好腳夠成三角形。
- (2)身體向前移動，與拐杖平行而走。

3. 上下樓梯時：

- (1)上下樓梯時健肢先上。
- (2)上下樓梯時拐杖先下。

.....

新泰綜合醫院關心您

02-29962121

制定日期:106/05/12
修定日期:114/04/06

拐杖使用須知