

高雄榮民總醫院 復健醫學部 一般衛教文件

科別	復健醫學部	編號：4200007
主題	手杖、柺杖與助行器	2003.07.01 訂定
製作單位	復健醫學部	2023.08.30 審閱/修訂

患者 (一)因疾病導致平衡或穩定度較差

(二)因骨關節疾病而無法承受全部體重

(三)需藉分擔下肢承重以減少疼痛或減緩疾病進行有上述情形常需考慮使用步行輔助器

步行輔助器分類如下：

手杖

- (1) 正確長度：患者站直時手肘彎曲 20-30 度，由手掌量至第五腳趾頭外側 15 公分處
- (2) 一般正確拿法應拿在健側手，手腕勿過度壓迫

柺杖

- (1) 正確長度：患者平躺從腋下量至腳跟再加2 英吋
- (2) 柺杖握把應調節至手肘彎曲 20-30 度
- (3) 腋下柺之著力點應在手握柄，而非腋下平臺，以免壓迫神經造成神經麻痺

助行器

- (1) 助行器所能提供之支持及穩定度最大
- (2) 助行器量法與手杖類似，扶手應夠高使肘關節可彎曲 20-30 度

病患適合使用何種步行輔助器，需先評估病人之肌肉力量及平衡功能，請找專業之復健醫師及復健團隊安排評估及訓練，以使步行輔助器用得安全有效率。

備註：每年修訂或審閱乙次。

警語：所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法取代醫師診斷與相關建議，若有身體不適，請您儘速就醫，以免延誤病情。