

元氣

周報

聯合報

2012年10月28日 星期日

● 健康的 ● 樂活的 ● 環保的

● 每周日出刊

No.235



行走、移位、沐浴、如廁

你不知道的 輔具資源福利

P2

流程篇

我 能 申 請 身 心 障 礙 手 冊 嗎 ？ 有 哪 些 福 利 與 權 利

案例故事1

張媽媽80多歲，十幾年前就覺視力不佳，看醫師後並未改善，就這樣一日復一日，視力逐退化，沒有配戴眼鏡，不再出門，生活漸無樂趣……。

案例故事2

蕭小姐在台北工作，住在中部鄉下的爸爸罹患巴金森氏症和心血管疾病，為了幫爸爸申請身心障礙證明，她請假返鄉跑了鄉公所兩趟，又請假陪爸爸就醫，因不好再請假，爸爸至今尚未辦妥身心障礙證明……。

案例故事3

蕭小姐的婆婆葛奶奶，住在台北，臥床多年，很早就有身心障礙手冊，多問多打聽之外，加上公益團體的協助，這幾年陸續申請到輔具補助費用，有氣墊床、抽痰機、化痰機，也因維生器材而申請到電費補助……。

案例故事4

謝伯伯70多歲，因意外導致下半身幾癱瘓，經醫師填單子申請重大傷病卡，一個月後，收到審核未通過的通知，去電詢問，才知是醫師引用的條文讓審核單位判斷錯誤，誤以為申請者可經由復健而康復。醫師改引用更符合病情的條文，兩次申請才拿到，隨後再申請身心障礙證明。

案例故事5

張媽媽因年紀大、行動不便及曾兩度中風而成為輪椅族，雖有殘障手冊但也不清楚有何福利，經友人提醒，去了公所申請補助，因而換了一個更輕、更方便推動的輪椅，每天外出復健、運動及逛逛公園都方便多了。

案例故事6

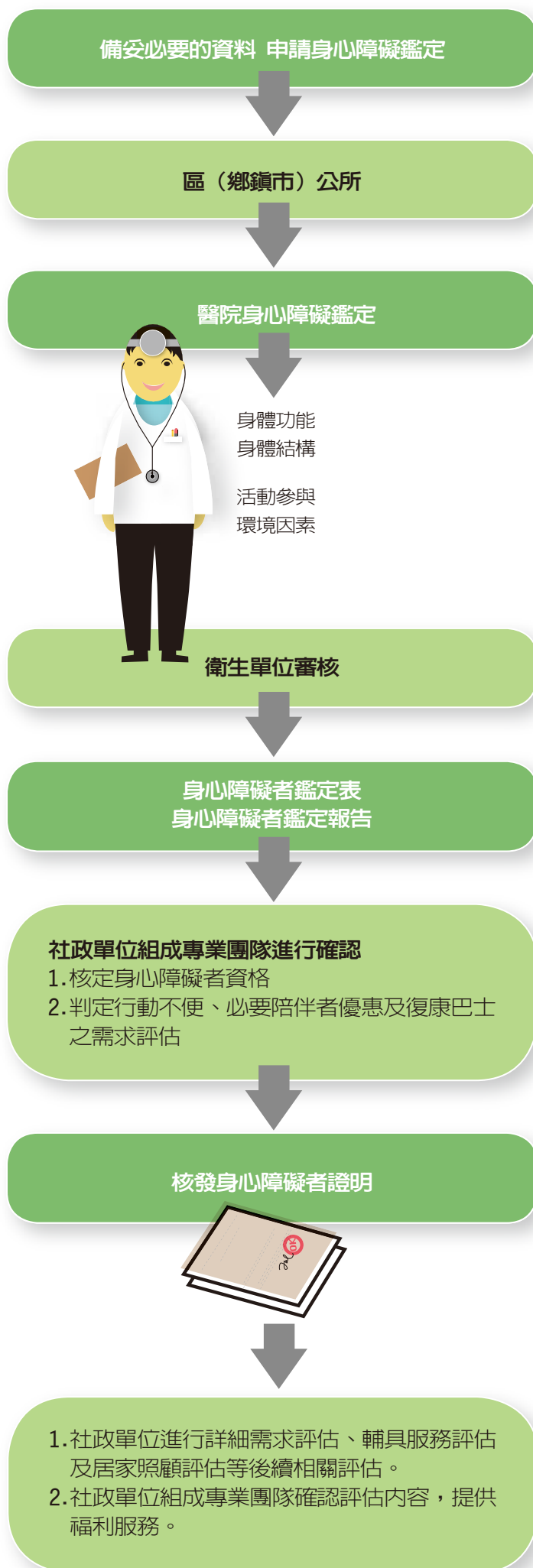
住在復健病房的王伯伯，是重度身心障礙者，依新制身心障礙鑑定，兩年內可申請四項輔具補助。家屬在復健醫師和輔具中心的建議下，向公益團體暫時租借了高背輪椅、沐浴便器椅，先申請氣墊座補助；並打算出院返家再申請氣墊床、抽痰機等補助，不敢一下子把四項全部用完……。

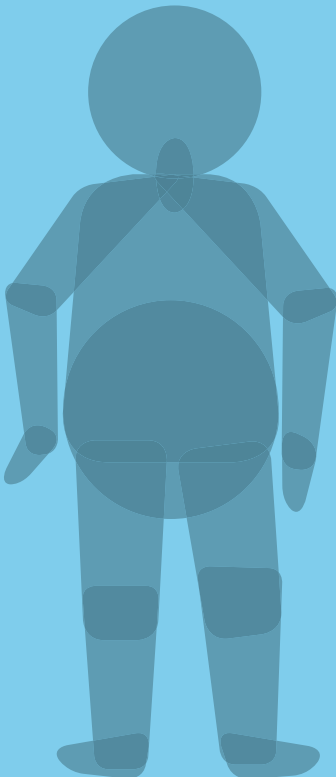
截至去年（100年）底止，台灣身心障礙者超過110萬人，也就是每100人中，約有4.7人是身心障礙者，但有多少人不知可享的服務與福利？

10月14日出刊的元氣周報，介紹了北中南的無障礙景點，推薦輪椅族秋遊最佳去處，深受讀者歡迎；本期續推出「你知不知道的輔具資源福利」專題，提醒身心障礙朋友及家屬，莫忘應擁有的福利與權利。

（元氣編輯室）

身心障礙者鑑定流程





流程篇

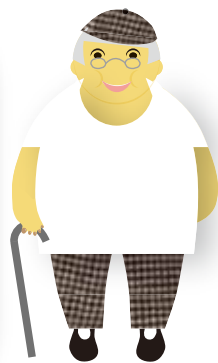
我是身心障礙者 如何申請輔具資源補助？

輔具申請流程

【我有身心障礙新制證明】

依新制完成身心障礙鑑定，並經ICF需求評估人員確認有輔具需求者。

註：ICF國際健康功能與身心障礙分類系統



【我有身心障礙舊制手冊】

障礙者認有申請輔具需求（含尚未依新制完成身心障礙鑑定及需求評估者）

直轄市、縣（市）主管機關受理申請（得委託公所、政府設置或委託辦理之輔具服務單位、醫療院所），協助完成申請案之填表後，將受理案件轉介至輔具評估單位實施評估。

輔具評估單位（政府設置或委託辦理之輔具服務單位或指定之醫療院所）實施評估

1. 由輔具評估人員實施評估
2. 完成評估10日內，將報告併同申請表，送書面審查及核定單位。（報告副本送交申請人）

書面審查及核定直轄市、縣（市）主管機關辦理（得委託公所、政府設置或委託辦理之輔具服務單位）

符合規定

不合規定

書面審查及核定單位應於收訖評估報告書15日內，將補助之核定結果函發申請人。核定書應載明補助項目、購買期限

發不予補助核定函

申請人是否接受審定結果

不接受

是否申請複查

複查

接受

不複查

申請人於審定後6個月完成輔具購置及請款。採實物給付時，直轄市、縣（市）政府（得委託公所或輔具中心、供應商）提供輔具。申請助聽器者C款補助者另需實施效益驗證。

直轄市、縣（市）政府主管機關於請款文件（申請助聽器C款者應附效益驗證合格報告）備齊後1個月內撥款。

結案



行|動|篇

要買輪椅嗎？ 先評估恢復期、使用功能

記者趙容萱、林思宇／報導 記者陳俊吉／攝影 協力拍攝／天群醫療輔具展示中心

案例故事1：78歲林伯伯近年來因年老、關節退化，加上前陣子住院開刀，無法行走，家屬想為老人家添購輪椅代步，但所費不貲，老人家也排斥坐輪椅，讓家屬苦惱……。

案例故事2：20歲的謝姓大學生因為車禍骨折，靠輪椅代步，謝媽媽也想問「需要買輪椅嗎？」

購買前評估 使用意願與期限

中山醫學大學附設醫院輔具中心職能治療師林映華說，行走輔具大致上可分為拐杖、助行器，以及輪椅，因功能不同，可依病患的病況進程，調整使用輔具。

市面上琳琅滿目的輔具，如何選購呢？林映華建議，除了考量輔具的售價、使用期限外，可以先評估病患的恢復期需要多久時間，是否有意願使用、是否有符合病患的需要，最好陪同病患到輔具中心試用，再決定是否購買。

例如，輪椅動輒上萬元，使用的期限也較長，年輕病患因恢復速度較快，有的不到一個月就能下床復健，輪椅對他只是暫時性的輔具，家屬就可考量用租借取代購買。

拐杖種類多 留意膠頭磨損

林映華說，最簡單的輔具就是拐杖，拐杖可細分為單拐、四腳拐、腋下拐、前臂拐等，功能略有不同。

（請見P 5）

要提醒的是，拐杖與地面接觸的防滑設計「膠頭」（膠套）因不斷與地面磨擦，耗損速度快，一旦發現膠頭上的刻痕磨損，建議更換膠頭，以免磨損嚴重滑倒。

新北市輔具資源中心主任楊忠一說，只要走路有點不穩就要使用行走類輔具。

每種輔具從簡單到複雜都有，例如拐杖就有好幾種，包括單手、雙

手、有輪子、沒輪子，有些輔具是要經過評估，如果真的需要，才會給補助。

用哪種輔具 要視病況而定

楊忠一說，以中風為例，單側一隻手無法使用，僅剩另外一隻手，常常會發生平衡問題。單手輔具方面，

看使用者是否平衡好，如果平衡不好，就要使用四個腳的拐杖；而腳退化疼痛的老人家，適合用助行器，這是靠手撐出力。

又例如巴金森氏症僵硬患者，楊

輪椅

使用任何形式拐杖的族群，通常伴隨下肢肌耐力和行走速度下降的問題，無法應付長距離的行走。因此在外出旅遊或出差，建議使用結構簡單、重量輕的鋁合金骨架輪椅，以方便攜帶。

輕便型輪椅，適合外出使用（右圖）。

圖／中山醫學大學附設醫院輔具中心
職能治療師林映華提供



高背輪椅可調整椅背傾斜度（上圖）。

忠一說，要此類病友走路拿助行器，恐怕一步都走不出去，此類病友不可以使用一般助行器，而是要使用有輪子的助行器。

貴不一定好 學會正確使用

中華安全行動照護協會理事長郭外天說，輔具幾十種，一些身心障礙輔具要經過輔具中心專業評估；民眾一定要知道，輔具不是錢多就好，要買最適合自己的，同時要知道如何正確使用，基本的如拐杖都有使用撇步，如果使用不當，不但沒發揮效果，還可能有害，選購時要謹慎。



把手可拆卸的輪椅，方便病患做轉位（上圖）。

當爸爸和媽媽 都要買新輪椅時

讀者仁傑（台北）

因父母親相繼不良於行，為了選購輪椅，我才知道小小一張輪椅，其實學問很大。

先談母親，在室內室外都必須撐著拐杖走路，因此我們選購了一個穩穩的、有四爪的拐杖。在把手的地方，我們用紗布一層一層的包起來，讓母親在使用時，手部比較舒服。

母親的第一張輪椅，就在一般的醫療器材行買的，自費數千元即有多種選擇。母親每天早上由外傭推去復健，約莫一公里多路程，下午則去附近公園走走，再加上休假日出去玩，算起來使用率挺頻繁的，因此一會兒輪胎沒氣，一會兒移動時，輪子不好轉動。在友人提醒下，我們拿著母親的殘障手冊，去了區公所申請輔具資源補助，有了三千元的補助，我們選購了一萬元出頭的輪椅，輪子大、椅身輕，座椅透氣，媽媽和外傭都滿意極了，原本的舊輪椅，就捐出去了。

再談父親輪椅的選購過程，在復健師的建議下，我們到輔具中心尋求評估，先確認父親自己無法操作輪椅，且不是在床上就是在輪椅上，必須長期時間使用。

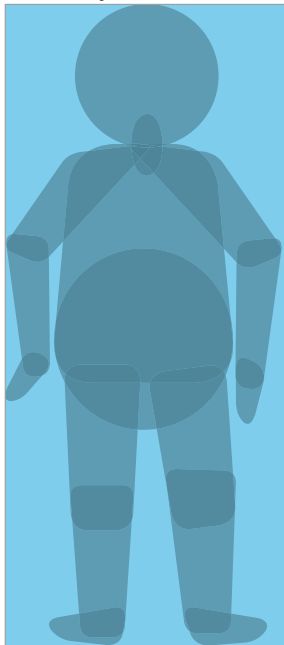
量了父親的手肘呈直角時的長度、臀到膝窩的長度、膝窩到腳底的長度、頭部的高度和支撐力、頸子到臀部的高度、肩膀的寬度…等，並確認脊柱有無變形、臀部有無壓瘡，小腿需要可旋開式、可拆卸式靠腿墊，我們填了表格後，申請了一張費用不低的高背式輪椅，而且坐墊可拆下來，換上更好更厚更軟的坐墊，也可搭配準備購買的約萬元的氣墊座……。

在這之前，我完全不了解買輪椅有這麼多要注意的事，也不知道政府的輔具中心和醫院提供這樣的協助。

行動篇

拐杖助行器 患部不同 選對才好走

記者趙容萱／報導 記者陳俊吉／攝影



■ 單拐（單點手杖）

誰適合用：使用者通常可自行行走，但步行的平衡稍差，如輕微中風、單腳扭傷、銀髮族等。

使用方法：握於健康這一側（健側），建議握扶手時，手肘彎曲約20度到30度為佳。

注意事項：單拐以協助病患平衡為主，僅能分攤少部分受傷肢體的承重。



可摺疊單拐，收納方便。

左圖多了四個爪子的單拐，適合平衡較差者，且不必靠牆就可站立。



■ 四腳拐（中風拐）

誰適合用：常見中等程度中風患者使用。

使用方法：使用者受傷一側（患側）的肌力較單拐使用者更差，行走更困難，因四腳拐與地面接觸面積較大，較單拐更能分攤患側重量，協助平衡效果也更好。

注意事項：若長期使用，易養成過度依賴健側，導致患側更加退化，因此在使用期間仍應加強患側的復健。

■ 助行器

誰適合用：下肢肌力退化的銀髮族。

使用方法：需雙手同時抓握，將部份重心分攤至助行器上，可減輕雙腳出力程度，甚至可協助長者由坐到站，由於使用簡易，適合動作協調、功能退化的使用者。以四腳助行器來看，助行器往前提，不痛的腳先站出去，所有重量在雙手上，痛的腳再站出去，此時就可以手用力、腳不痛。

注意事項：助行器僅能在平地使用，無法上下樓梯，體積也較拐杖大，碰撞聲響也較大聲。另外，也有附輪的助行器，有二輪及四輪等選擇，也不用抬起助行器，但必須衡量使用者的平衡能力，避免無法控制輪子而失去平衡。



■ 前臂拐

誰適合用：適用對象同腋下拐使用族群。

使用方法：與腋下拐不同之處，在於前臂拐靠手掌及前臂兩點支撐拐杖，因有前臂套環的設計，讓使用者可短暫放開拐杖，空出雙手拿取物品，因為這樣的方便性，在歐美國家是行動不便的民眾主流使用的拐杖形式。

注意事項：相較於腋下拐，手掌承重較多，易造成手部神經壓迫，因此市面上另有握把具人體工學設計的前臂拐，可減緩此問題。



■ 腋下拐

誰適合用：常見因意外導致單腳或雙腳骨折，或嚴重的下肢扭傷，導致韌帶撕裂傷或拉傷患者。

使用方法：腋下拐有腋下軟墊及扶手墊，使用時拐杖腋下軟墊的上緣距腋下約兩指寬，再以上臂內側夾於腋下，使用時可依下肢損傷程度選擇單側或雙側使用，缺點是體積較大，攜帶不易。

注意事項：許多患者經常誤以「頂住」腋下方式使用，造成腋下神經及血管受到壓迫而感到不適，須注意使用方式。



貼心小物

它長得像拐杖，但不是拐杖。它可協助不方便彎腰蹲下的人，拾取地上物品，或夾取高處櫃子裡的東西。



圖／中山醫學大學附屬輔具中心職能治療師林映華提供

居|家|篇

移轉位輔具 搬動患者 不用蠻力

記者楊欣潔／報導 記者陳俊吉／攝影 示範麻豆／Jill、小白

案例故事：80歲身體硬朗的鄭奶奶，平時以農用車代步，一次不慎發生車禍，造成胸椎、骨盆及右小腿骨折，幾乎全身都無法動彈，住院一個月才康復出院。

住院期間，鄭奶奶的行動都需要他人的幫忙，醫師囑咐家屬應每2小時翻動奶奶一次，並定時替她擦背。奶奶的女兒及兒子、媳婦輪流負責照顧，但奶奶體重不輕，加上翻動時總會不小心碰觸到受傷部位，常弄得她哇哇大叫還不斷的掙扎。每次都需要兩個人一同搬動，照顧者甚至手部、背部的肌肉都拉傷。

幸好鄭奶奶的孫子是職能治療師，看到自己的姑姑與父母很吃力替奶奶移位後，就立刻教導他們如何使用輔具，幫助奶奶移動。平常都要花費兩個人才能移動奶奶，現在他們一個人就能輕鬆替她翻身，奶奶也不會再受到移動時的疼痛折磨。

錯誤移轉位 照護者易受傷

「錯誤的移位、轉位，不只容易造成患者二次傷害，也會讓照護者受傷。」中華安全行動照護協會秘書長林慧婷表示，照護中運用正確的搬運，對照護者與患者都是一種保護。

零抬舉政策 避免職業傷害

中華安全行動照護協會理事長郭外天表示，美國一項研究指出，前六項職業傷害最嚴重的行業，都與看護有關，因此許多國家已實行的「零抬舉政策」（No-Lift Policy），立意在於保護醫護人員避免職業傷害。郭外天說，從字面上來看，零抬舉也就是避免徒手搬運、抬舉患者，是一套符合人體工學的照護服務方法。

郭外天表示，零抬舉政策最重要的概念是搬運過程應符合人體工學，比如禁止照護中徒手搬運超過自己體



多功能移轉位滑墊，可用來翻身（上圖）、起身（下圖）、轉位乘坐輪椅（右圖、右下圖），防止照護者扭傷、拉傷。



搬運患者3大原則

國泰醫院物理治療師簡文仁建議照護者搬運患者時遵守三大原則。

- 1.搬運時，切勿呈半蹲及彎腰的姿勢，膝蓋、腰椎會負荷過大，容易受傷。
- 2.搬運時應先用力再動作，也就是先施力後，再做移動。
- 3.轉換位置時應轉腳不扭腰，照顧者在搬運過程中，要轉動身體應先從腳部開始轉位，而非扭腰以免傷到腰椎。

除了保護照護者免於職業傷害外，搬運過程中，患者的安全也很重要。簡文仁表示，在搬運過程中不只要注意患者的固定，照護者也應隨時觀察個案的反應，若患者表現出不適，要特別注意或停止動作。



上半身仍有行動能力的患者，可使用蝴蝶移位滑板，自主移位。

重三分之一的患者，並強調教育照護者正確善用輔具的觀念。

簡單輔具 起身翻身變容易

搬運過程，輔具扮演重要角色，不但能減輕照護者的負擔，也能提供患者更穩定的固定效用。郭外天說，選擇適當的輔具可依患者狀況、價位、場地大小以及操作容易度而定。「無需購買昂貴的輔具，有些幾百元至千元的輔具，就能小兵立大功。」

1. 多功能移轉位滑墊

郭外天說，目前家庭照護者七成爲女性，在搬動被照護者時常體力無法負荷。

他建議，移轉位時，可利用簡易的輔具如多功能專利移轉位滑墊，無需使用大型設備，就可協助照護者輕易的幫行動不便、臥病在床的病患移位、起身、翻身、轉位等，也能固定患者的身體，避免再度受傷。

2. 蝴蝶移位滑板

若是上半身可支撐，下半身癱瘓的民眾，林慧婷建議可使用「蝴蝶移位滑板」，運用一片蝴蝶狀的坐墊，以滑動的方式，幫助患者轉身或是從床上移動至輪椅上。

「輔具的運用，可幫助行動不便的民眾走進社會。」郭外天說，也能增進行動不便者的生活品質。