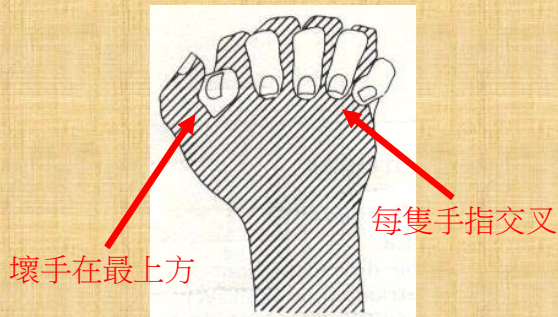




半側癱瘓患者 上肢被動關節運動

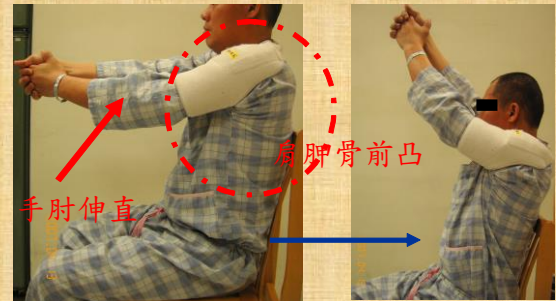
上肢被動關節運動

預備動作: 兩手合握，利用好手帶壞手執行運動



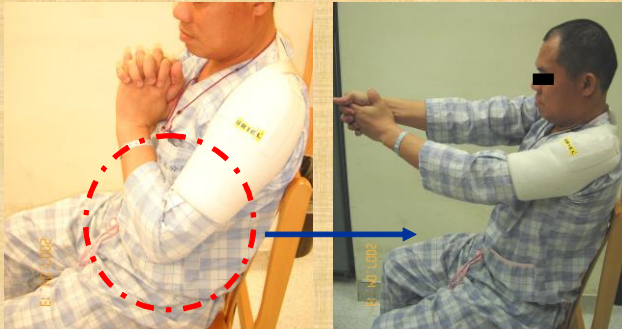
第一步: 肩部運動

雙手手肘向前伸直，讓肩胛骨前凸，慢慢將上肢抬高到不會疼痛的角度，抬高過程手肘不彎曲。抬高放下算一次，共作10次。



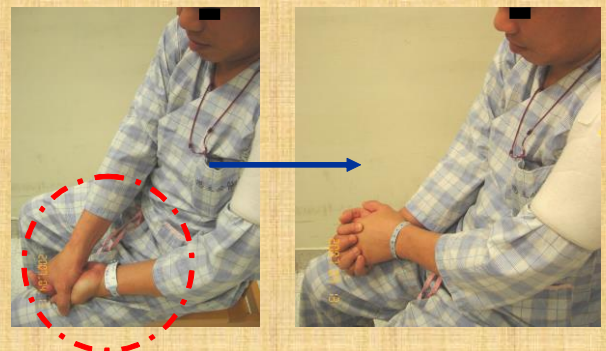
第二步: 手肘運動

雙手手肘先彎曲，再向前伸直，來回算一次，共作10次。



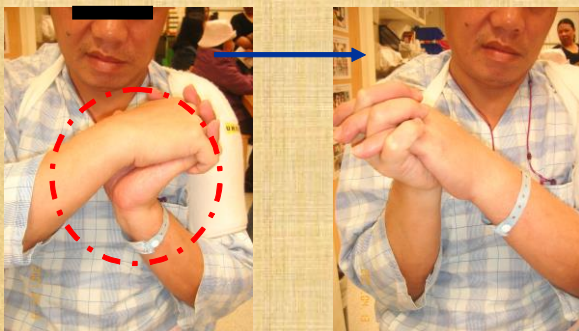
第三步: 前臂運動

雙手輪流把手掌面翻上，施力點在手腕上，再翻到手背面朝上，來回算一次，共作10次。



第四步: 手腕運動

雙手輪流把手腕往後壓，施力點在手腕上，再把手腕往前彎，來回算一次，共作10次。



第五步: 手指運動

雙手輪流把四隻手指彎曲，再把四隻手指扳直，然後彎曲拇指再拉直，來回算一次，共作10次。

