



脊髓損傷患者 穿脫衣物訓練原則

脊髓損傷患者主要產生肢體四肢癱瘓的現象，因此家屬常因患者肢體無力而完全協助患者穿脫衣褲，造成患者日常生活無法完全獨立。以下為脊髓損傷患者可自行穿脫衣褲的方法，建議家屬與患者將穿脫衣褲做為一種訓練肢體的活動，藉以強化四肢的恢復並提升獨立性。

※上衣過肩穿脫法（口訣：雙手抬高，過肩穿上）

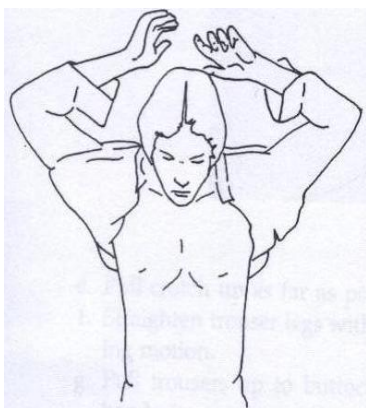
1. 雙手套進衣服袖口。



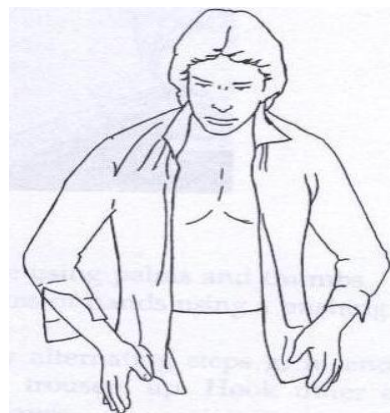
2. 雙手抬高將衣服過肩套入。



3. 雙手將衣服往後撥。



4. 拉好衣服做整理。



※反之則為脫下方式（雙手抬高，過肩脫下）。

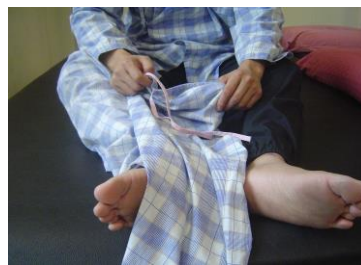


脊髓損傷患者 穿脫衣物訓練原則

脊髓損傷患者主要產生肢體四肢癱瘓的現象，因此家屬常因患者肢體無力而完全協助患者穿脫衣褲，造成患者日常生活無法完全獨立。以下為脊髓損傷患者可自行穿脫衣褲的方法，建議家屬與患者將穿脫衣褲做為一種訓練肢體的活動，藉以強化四肢的恢復並提升獨立性。

※長褲坐姿穿脫法

1. 坐姿下以雙手將一腳彎曲，套入褲管。
2. 套入褲管後，將彎曲腳擺平。
3. 以此方法換另一隻腳。



4. 套入褲管後，雙腳擺平。
5. 在躺姿下側翻身，將褲頭往上拉。
6. 依此方式，再翻另一側即可。



※鞋、襪穿脫方法（坐姿下屈腿穿法）

