

協助下床注意事項

一. 適用對象：

- 病情穩定但是長期無法自行下床活動之病患。

二. 目的：

1. 減少併發症，降低醫療耗用：下床活動可增加肺活量並促進肺部清除分泌物之功能，促進腸蠕動強化消化功能並減輕腹脹，並可增強肌肉之力量，更能預防關節萎縮以及泌尿道感染等合併症之發生。
2. 獨立自主照護，參與社交活動：更能讓病患可以執行日常生活所需之活動，如吃飯、如廁……等，有增強自信心及穩定情緒的功效，更可增加活動空間、擴展視野

範圍、提升生活情趣。

三. 注意事項：

1. 下床前準備：

- (1). 向個案說明用意，取得其同意與合作。
- (2). 下床前，有人工氣道者，必需先予抽痰；並將尿套/袋排空、或處理完大小便問題後再下床。

2. 預防姿勢性低血壓及其他問題：

- (1). 下床前後均需測量呼吸、心跳及血壓，並觀察病患表情，臉色，皮膚之變化，以預防意外發生。
- (2). 病患下床前，採漸進式先將床頭抬高採坐姿，

觀察是否有頭暈等不適情形，再協助病患下床坐輪椅活動。

- (3). 使用導尿管引流之病患，下床時應防尿液回流現象(可先將引流管用橡皮筋綁住)，尿袋需放置比膀胱低。
- (4). 下床前可先穿好彈性襪，預防下肢血液回流不佳所導致淋巴水腫。
- (5). 灌食後 30~60 分鐘內，避免床上關節運動及下床活動，以免逆流。
- (6). 下床前，可協助病患做肢體關節的活動，可以鬆弛其骨骼肌肉。

3. 安全輪椅及協助功能轉位：

(1). 準備合適的輪椅(頭部無自行控制能力者，應給予使用高背戒護型輪椅)，輪椅應配置有骨盆帶及胸帶者尤佳。

(2). 病患坐於輪椅上須注意安全，需使用骨盆帶及胸帶(或使用約束衣或床單替代)等固定以防跌倒；並可使用小被子、小毛毯等覆蓋下半身，並可使用枕頭等協助支托上肢，以提供更穩固的軀幹支撐並增加舒適感。

(3). 依協助病患功能移位(上下床)技術執行，盡可能有第二人協助並使用合

適的轉移位輔具，如移位腰帶、移位滑板等。



移位腰帶



坐姿移位板

雲林基督教醫院
關心您！

參考資料：

曾雍淑等編著(2003)·最新基本護理學·
(pp.345-409 休息與活動)·台北：永大

制定日期：2015年01月

協助下床注意事項



復健技術課 製作
諮詢專線：

(05)5871111 轉 2011

59720-C-P-003-01



雲林基督教醫院
YUNLIN CHRISTIAN HOSPITAL
648-66 雲林縣西螺鎮市場南路375號

協助下床注 意事項	指導者	病人/ 家屬簽名