

廁所為發生跌倒事件的高危險區域，為確保患者居家的安全，事前的衛教及預防措施就顯得極為重要。另外，患者和家屬可與醫師和治療師討論，是否需要使用輔助器具，以協助患者順利自行盥洗和如廁。

一、注意事項

1. 選用合適的輔助器具(如：便椅、便壺)，有助提高如廁安全，減少跌倒意外。
2. 協助患者處理如廁問題時，應先準備所需物品再協助患者轉位，避免患者遠離照顧者視線。
3. 廁所地板應保持乾燥，並在地板放置止滑墊或貼止滑條。(下圖)
4. 馬桶旁和洗手台加裝扶手，不可扶洗手台，避免其掉落爆裂，亦不可扶毛巾架。
5. 夜間開夜燈，或浴廁加裝感應式照明設備。
6. 可步行的患者須注意小心跨越廁所門檻。

防滑條（垂直於行進方向貼置，一腳須踩到兩條以上）→



二、如廁轉位方式

圖一：將輪椅移向馬桶，健側靠近馬桶並使輪椅與馬桶呈45度角。將輪椅煞車鎖上，患者腳移至地板上並移開腳踏板。

圖二：患者以健側手撐著馬桶或馬桶旁扶手慢慢站起來。患者力量不夠時，照護者可給予協助。

圖三：慢慢轉身坐至馬桶上。



(圖一)



(圖二)



(圖三)

三、單手擰毛巾技巧

健側手將毛巾繞過水龍頭並抓住毛巾兩端，用力將毛巾扭乾即可。(下圖)



四、各式輔具

盥洗類				
	牙膏擠壓器	加粗握柄： 方便抓握牙刷	萬用帶： 方便抓握牙刷	附底座指甲剪： 方便以患側手幫健側手剪指甲
扶手類				
	L 型扶手		U 型扶手	
馬桶類				
	便盆椅：安全如廁		馬桶增高墊：方便起身	