

從床上轉移至便坐不容易！

在轉移過程中可能會出現以下狀況

護理人員協助轉移時，
手臂可能會被卡住。

在轉移過程中，使
用者手臂可能被卡
在某個位置！



腿和臀部撞到便坐

被活動式便坐支腳卡住，或臀部撞到扶手。



站起來時感到暈眩

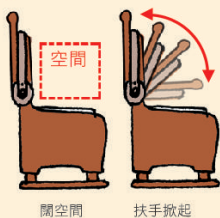


選擇扶手類型時，要考慮轉移位置時要進行的動作。

主要適用於在**轉移位置時**需要護理人員
協助的人士

主要適用於能**自行轉移**位置的人士

上掀式扶手



容易轉移位置，臀部和
扶手也較不容易撞到便坐。

垂直升降式扶手



如座面跟床的高度一樣，
便可水平轉移位置，
既方便又舒適。

如果是上掀式，
坐上便後，難以把
扶手拉回原位。



不錯！

很容易把扶手
拉回原位！

真不方便！

很難接觸！

在家裡安置一件**幫助轉移位置、坐下及站起來的設備**，讓家居生活更自主舒適！

關鍵在於全面考慮各項因素，便可充分利用周圍環境。

床欄

可水平轉移位置，而毋需花太多力氣站起來，
亦有助於減輕護理人員的負擔。

注意事項：請不要對活動式便坐的扶手及靠背施加太大力氣，
以免便坐翻倒。



支撐扶手

支撐式扶手不但能幫助您轉移位置，
也讓您更容易穿上或脫下褲子。



支撐扶手



平面扶手容易支撐雙手、
手臂及肘部。

切記要調節成**最合適的高度和角度**，以確保使用者隨時都覺得舒適。請諮詢你的醫生或護理人員。

請留意：即使座面向後傾，同樣有跌倒的危險。如使用者容易跌倒，則須有護理人員的協助，或者在其面前放置一張桌子以作支撐。

AGELifeFree
Solution

Panasonic



活動式便坐

- 可安置在房間的活動式便坐
- 消除異味
- 支撐使用者順利到便坐



產品詳情

如果在使用家裡的廁所如廁時出現問題，您就需要考慮這項選擇。

穿著紙尿布

躺著排便



難以立刻排便！

坐在便坐上

坐著排便



較容易
立刻排便

坐在便坐上排便比穿著紙尿布排便更舒適。但如果出現在夜間要多次如廁或者無法忍到往廁所的狀況，那麼您可能首先要考慮同時使用家用廁所及活動式便坐！

第1步

我的身體健康狀況尚好，就是夜間如廁次數比較多，以及無法忍到往廁所。

配合家用廁所使用

我開始在夜間使用活動式便坐，日間則配合使用家用廁所等。如果出現在夜間要多次如廁或者無法忍到往廁所的狀況，您可能要傾向在夜間使用活動式便坐，而在日間使用家用廁所。配合兩者可以減輕使用者的焦慮及心理負擔。



我開始在夜間使用活動式便坐，日間則配合使用家用廁所等。如果出現在夜間要多次如廁或者無法忍到往廁所的狀況，您可能要傾向在夜間使用活動式便坐，而在日間使用家用廁所。配合兩者可以減輕使用者的焦慮及心理負擔。

第2步

若無護理人員協助，有跌倒之虞...

放在床邊

為免出現獨自去廁所時跌倒的狀況，建議考慮使用活動式便坐。



護理人員難以在場提供協助、有跌倒之虞、無法忍到往廁所，以及在冬天時因房間和走廊溫度差大而增加心臟壓力等等狀況，均可能令您在獨自上廁所時遇到困難，此時應考慮在床邊放置活動式便坐。

在房間內放置便坐時請留意以下幾點！

保護私隱，以及確保活動路線不受阻礙

活動式便坐

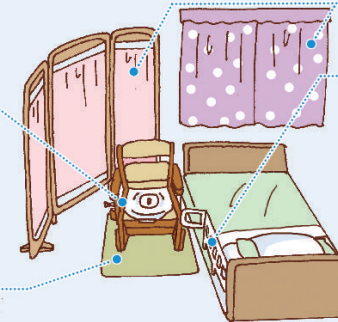
安裝時切記要考慮到活動路線因素！

活動式便坐應放在哪裡？

如要先坐在床邊，然後坐上便坐，則建議把便坐安置在右圖所示位置。在物色方便的位置時，當然要考慮身體狀況及空間大小等因素。

除臭及防水墊

可消除難聞氣味！



屏風及窗簾
維護使用者的尊嚴和私隱！

床邊扶手

為使用者在轉移位置、坐著及站立時提供支撐。



要點

- 安裝時要避免與床之間留有空隙和高低不平。
 - 安置在床尾。
- 把這些因素納入考慮，並確保使用者能自行使用廁所較長時間。

如何在不同種類的活動式便坐之中作出選擇的要點：

真糟糕

距離廁所很遠！



夜間要常常上廁所！

膝蓋受傷！

不同種類的活動式便坐，
我應該怎樣選擇呢？



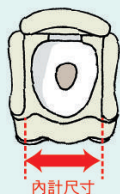
再看看以下四個重點：

重點 1 扶手的內計尺寸

基本原則是兼顧保持坐姿及便於活動。

如果內計尺寸偏窄

則易於保持坐姿，但太窄會令使用者難以清潔臀部及脫下褲子等。



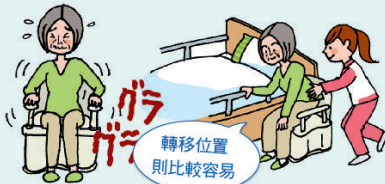
內計尺寸

穿太多衣服了，很難清潔臀部...



如果內計尺寸太闊

雖然容易活動，但有時會難以保持坐姿。



轉移位置則比較容易

重點 2 容易轉移位置

• 上掀類型

(主要適用於轉移位置時需要護理人員協助的人士)



掀起扶手，提供較大空間。

• 垂直升降類型

(適用於可自行轉移位置的人士)



轉移位置後，容易自行將扶手降低。

請留意！

- 使用活動式便坐時，在轉移位置過程中發生事故的主因。
- 由於扶手阻礙活動路徑而引致臀部及手臂瘀傷。
- 由於偏離一側手臂的活動容易不受控，因此可能會碰撞座位靠背等地方或被卡住。
- 由於護理人員協助使用者轉移位置而沒留意縮起的雙腿，而致雙腿碰到床架或輪椅腳踏或被其卡住。

首先有塑料及木質活動式便坐



塑料製

輕便，方便攜帶！

所有組件均可清洗，容易保持清潔！



木製

感覺像傢俱，容易配合房間格調！

比較重，但感覺更穩健。



具備高度和角度調節功能的活動式便坐

重點 3 座面高度

以坐下時膝蓋之下的腿長作參考



要點

座面高度是以膝蓋之下的腿長作參考，您可根據狀況調高或調低。



膝蓋之下的腿長

如高於膝蓋之下的腿長

優點

- 對於站起來時膝蓋會疼痛人士，使用起來比較方便。
- 有助減輕關節活動受限的人士的負擔。

座面愈高，愈容易站起來。

缺點

- 座面愈高，雙腳分擔的體重就愈少。可能有人會因而失衡並跌倒。

如低於膝蓋之下的腿長

優點

- 身體不向前傾可增加腹部壓力。
- 座面高度較低，可方便床鋪在地上的人士上活動式便坐。



缺點

- 座面愈低，愈難以站起來。

重點 4 座面角度

座面向前傾

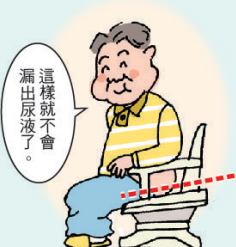
優點



由於身體比容易向前傾，從而增加腹部壓力，因此更容易排便。



請留意，如在身體不向前傾的情況下用力排便，會引致血壓上升，從而增加心臟和血管的負擔。



這樣就不會漏出尿液了。



如因做過股骨手術等情況而導致關節活動幅度受限，站起來會比較容易。

※如曾接受人工骨頭置換或關節置換手術，可能會因關節過度屈曲而脫臼（此外，還有其他肢體部位容易引致脫臼。詳情請諮詢相關專業人士）



不會過度屈曲，讓您更安心！

座面向後傾

要點

如果站起來有困難，可調節扶手及床的護欄。

優點

如因呼吸疾病等情況而影響正常呼吸，您通常會採取向前傾姿勢、趴在面前放置的桌子，以助排便，但有些人喜歡使用向後傾的廁板，並以靠著靠背的方式增加腹部壓力。



如您體型纖細，向後傾的廁板更適合您。