

柏金遜症患者 日常生活照顧技巧



簡介

柏金遜症患者有幾個主要癥狀，包括顫抖，肌肉僵硬和行動遲緩等，影響他們日常生活的表現。照顧者可以透過一些簡單的技巧及提示，降低病徵對患者的影響，協助他們更順暢地進行日常活動。

1 柏金遜症患者的照顧技巧



站起來前，適當的準備動作，可以協助患者安全地站起。



配合藥物生效或減效的情況，有效地安排生活日程。

2 柏金遜症患者的聽覺及視覺提示



聽覺提示 一些合適的口號，例如「1212」，可提供合適節奏協助患者進行活動。



視覺提示 地板上可以貼有一些顏色對比強烈的膠布，以提示患者以合適步距步行及順暢轉彎。



每天活動時間表

日期：

星期 一 / 二 / 三 / 四 / 五 / 六 / 日

時間	服用柏金遜藥物	活動
00:00-0:00		
08:00-09:00		
09:00-10:00		
10:00-11:00		
11:00-12:00		
12:00-13:00		
13:00-14:00		
14:00-15:00		
15:00-16:00		
16:00-17:00		
17:00-18:00		
18:00-19:00		
19:00-20:00		
20:00-21:00		
21:00-22:00		
22:00-23:00		
23:00-00:00		

鳴謝

新界西醫院聯網 病人啟力基金
Acknowledgement
Patient Empowerment Programme
New Territories West Cluster

製作日期：2025年1月
Version: Jan 2025

醫院管理局
版權所有 翻印必究
Hospital Authority
All Rights Reserved.

新界西醫院聯網病人資源中心
Patient Resources Centre, NTWC



<https://www3.ha.org.hk/ntwc/msc>

協助需要中度或高度協助的患者

日常生活照顧技巧

簡介

受到疾病影響，患者在日常生活方面或需要他人的協助。而長期臥床的患者更因活動能力減退，有患上壓力性損傷及出現哽塞的風險。照顧者亦需因應患者的能力提供適當協助或使用輔助器具，同時避免自身出現過度勞損。如有疑問，請向職業治療師查詢。

1 預防壓力性損傷

- 合適的臥床姿勢



2 減壓用具的使用方法



3 床上餵食

- 餵食時保持合適的床上姿勢



4 協助臥床患者穿脫褲子

- 患者配合一名照顧者輔助



5 轉移過床方法一

- 患者自行使用過床板



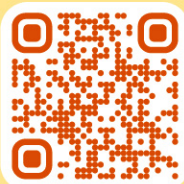
6 轉移過床方法二

- 照顧者協助患者使用過床板



7 轉移過床方法三

- 二人協助



8 協助患者在便椅上穿脫褲子

- 協助患者坐著左右轉移重心

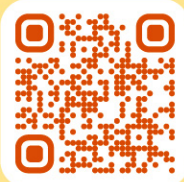


9 坐著的減壓方法

- 約每半小時做一次減壓動作



10 使用助行架進出狹窄房間



鳴謝

新界西醫院聯網 病人啟力基金
Acknowledgement
Patient Empowerment Programme
New Territories West Cluster

製作日期：2025年1月
Version: Jan 2025

醫院管理局
版權所有 翻印必究
Hospital Authority
All Rights Reserved.

新界西醫院聯網病人資源中心
Patient Resources Centre, NTWC



<https://www3.ha.org.hk/ntwc/msc>