

## 「外佣护老培训试验计划」 照顾中风长者穿衣和脱衣技巧

本影片由卫生署和社会福利署联合制作，作为「外佣护老培训试验计划」参考资料。卫生署拥有影片内容的版权。本影片只供作非商业用途，严禁租售及作其他牟利用途。

### 免责声明：

本影片示范照顾中风长者穿衣和脱衣技巧，旨在提供参考及作教育用途，或许不适用于所有人及所有情况。如对有关护理技巧的应用有任何疑问，请咨询医护人员的意见。

### 照顾中风长者穿衣和脱衣技巧

中风长者因脑部受损  
部份人士会出现短暂或者永久活动能力下降  
從而影响日常自我照顾的能力

### 协助中风长者穿上衣的基本技巧

以下介绍协助中风长者穿脱上衣的基本技巧  
协助中风长者穿上衣基本技巧  
先介绍协助长者穿上衣的过程  
首先，让长者稳坐在床上或椅子上面  
照顾者应该坐在长者弱势的一邊  
如果长者需要穿着套头上衣  
先把衣袖套进患手  
再穿上好手衣袖  
顺带将上衣穿过头部  
再将上衣拉下  
调整好衣服的正面和背面

### 协助中风长者脱上衣基本技巧

建议脱套头上衣的过程  
脱套头上衣  
应先将套头上衣滑过头部  
再脱好手  
最后再脱患手部份

### 协助中风长者穿外套基本技巧

以下介绍中风长者穿脱外套的技巧  
协助中风长者穿外套基本技巧  
先介绍长者穿外套的过程  
先把衣袖套进患手  
用手拉着衣领  
沿肩膀把外套拉至好手并随即穿上衣袖

整理好外套  
扣好钮扣

### 协助中风长者脱外套基本技巧

建议脱外套的过程  
松开钮扣  
先脱穿在好手的衣袖  
沿肩膀把外套脱至患手  
便可以脱掉外套

### 协助中风长者穿长裤基本技巧

先介绍穿长裤的过程  
让长者稳坐在床上或椅子上面  
将裤管套进患脚  
然后将好脚放进裤管  
调整长裤  
让长者扶着稳固家具站起来  
将裤头拉起至腰间  
绑紧裤头绳

### 协助中风长者脱长裤基本技巧

建议脱长裤的过程  
先松开裤头绳  
让长者扶着稳固家具站起来  
将裤头拉落至大腿  
让长者扶着稳固的家具坐下来  
先脱好脚  
然后再脱患脚

本影片由卫生署和社会福利署联合制作